

**МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА**

10.04 – МР. 2244 “С” 2023.12.11. 009 ПЗ

**Косяченко Влада Юріївна**

**2024 р.**

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

**ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**УДК:**

**ПОГОДЖЕНО**

Декан гуманітарно-  
педагогічного  
факультету  
кандидат філософ. наук, доцент

\_\_\_\_\_ Інна САВИЦЬКА

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

**ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО  
ЗАХИСТУ**

Завідувач кафедри соціальної  
роботи та реабілітації, доктор  
педагогічних наук, доцент

\_\_\_\_\_ Ірина СОПІВНИК

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

**МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА**

на тему: **«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ  
ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ  
МУЗЕНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ»**

Спеціальність 231 «Соціальна робота»

Освітньо-професійна програма: «Соціально-психологічна реабілітація»

Орієнтація освітньої програми: освітньо-професійна

**Керівник магістерської роботи**

Професор \_\_\_\_\_ Ірина ДЕМЧЕНКО

Виконала \_\_\_\_\_ Влада КОСЯЧЕНКО

**КИЇВ – 2024**

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

**ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри соціальної  
роботи та реабілітації

\_\_\_\_\_ Ірина СОПІВНИК.  
(підпис) (ПІБ)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

**ЗАВДАННЯ  
ДО ВИКОНАННЯ МАГІСТЕРСЬКОЇ  
КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ**

Косяченко Владі Юрїївні

Спеціальність 231 «Соціальна робота»  
Освітня програма «Соціально-психологічна реабілітація»

Тема магістерської кваліфікаційної роботи

**«« СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ  
ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ  
МУЗЕЙНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ»,**

затверджена наказом ректора НУБіП України від 11 грудня 2023 р. № 2244 «С».

Термін подання завершеної роботи на кафедру «15» листопада 2024 р.

Вихідні дані до бакалаврської кваліфікаційної роботи: *наукові розробки вітчизняних і зарубіжних учених; матеріали періодичних видань; навчальна та довідкова література з теми дослідження.*

Перелік питань, які потрібно розробити:

- 1) Узагальнити теоретичний матеріал з проблеми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців у науковій літературі.
- 2) Підібрати відповідний діагностичний інструментарій та провести діагностику рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців.
- 3) Теоретично обґрунтувати та перевірити ефективність програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії.
- 4) Розробити практичні рекомендації для реалізації програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії.

Дати видачі завдання « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_ р.

Керівник магістерської кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Ірина ДЕМЧЕНКО

Завдання прийняла до виконання \_\_\_\_\_ Влада КОСЯЧЕНКО

## РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна магістерська робота на тему «Соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії» має таку структуру: 1) картку кваліфікаційної магістерської роботи; 2) титульний аркуш; 3) завдання до виконання кваліфікаційної магістерської роботи; 4) реферат; 5) зміст; 6) вступ; 7) основну частину (III розділи); 8) загальні висновки; 9) список використаних джерел; 10) додатки. У роботі подано \_\_\_ додатків, 7 таблиць, 2 рисунка. Список використаних джерел складає \_\_\_ позиції. Обсяг магістерської кваліфікаційної роботи \_\_\_ сторінки.

У першому розділі висвітлені теоретичні основи соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців, зокрема подано сутність поняття «соціально-психологічна реабілітація» демобілізованих військовослужбовців в контексті сучасних наукових знань, обґрунтовано засоби музейної арт-терапії для соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців.

У другому розділі «Діагностика рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців» було проаналізовано та узагальнено вітчизняний досвід щодо діагностичного інструментарію з питань тривожності, дезадаптації, депресії. Підібрано діагностичні методики для виявлення рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців та обґрунтовано програму дослідно-експериментальної роботи. Результати проведеної діагностики рівнів соціальної дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців засвідчили потребу в оновленні форм і методів соціально-психологічної реабілітації.

У третьому розділі «Експериментальна робота з перевірки ефективності програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців методами музейної арт-терапії» подано обґрунтування та реалізація програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців методами музейної арт-терапії; впроваджено соціально-

реабілітаційні умови формування гуманних взаємин у сім'ї; проведено аналіз та інтерпретацію результатів експериментальної роботи.

**Ключові слова:** соціально-психологічна реабілітація, соціальна дезадаптованість, учасник бойових дій, демобілізовані військовослужбовці музейна арт-терація, тривожність.

Перелік умовних скорочень: ПТСР – постравматичний стресовий розлад, АТО - антитерорестична операція, ООС - операції Об'єднаних сил, ВООЗ - Всесвітньої організації охорони здоров'я, ООН – Організація Об'єднаних Націй, СД – соціальна дезадаптація.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ МУЗЕЙНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	
1.1. Ступінь розробленості проблеми у психолого-педагогічній та спеціальній науковій літературі.....	
1.2. Особливості використання музейної арт-терапії в соціально-психологічній реабілітації демобілізованих військовослужбовців .....	
Висновки до першого розділу.....	
РОЗДІЛ 2. ДІАГНОСТИКА РІВНІВ ДЕЗАДАПТОВАНОСТІ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	
2.1. Організаційно-методичне обґрунтування програми дослідно-експериментальної роботи .....	
2.2. Діагностика рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців .....	
Висновки до другого розділу.....	
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ МУЗЕЙНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	
3.1. Обґрунтування та реалізація програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії....	
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи.....	
Висновки до третього розділу.....	
ВИСНОВКИ.....	
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	
ДОДАТКИ	

## ВСТУП

**Актуальність теми** Через сучасні виклики, пов'язані з поверненням демобілізованих військовослужбовців до цивільного життя після проходження військової служби, військовослужбовці після участі в бойових діях часто відчувають глибоку психологічну травму, стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та труднощі соціальної адаптації. За цих умов необхідне впровадження ефективних методів реабілітації, які не лише відновлюють психічне здоров'я цих воїнів, а й сприяють їх інтеграції в суспільство.

Арт-терапія в музеях – це інноваційний підхід, який поєднує мистецтво з психотерапевтичними практиками в музейному просторі. Такий підхід дозволяє демобілізованим бійцям не лише працювати над власними емоціями через творчість, а й занурюватися в культурний контекст, що сприяє осмисленню власного досвіду, особистісному зростанню та відновленню соціальних зв'язків.

Отже, дослідження ефективності музейної арт-терапії як компенсації соціально-психологічної реабілітації є надзвичайно актуальним у контексті сучасних програм реабілітації військових.

Важливість арт-терапії в реабілітації підкреслюється в роботах таких дослідників, як Дж. Герман, Бессел ван дер Колк, які досліджують травматичний стрес і його лікування. К. Малчик та С. Хог, Р. Хейлі вивчали вплив мистецтва на психічне здоров'я, а А. Піньоні і Ф. Бьортелоні, Ш. Карсон зосереджуються на музейних арт-терапевтичних програмах для ветеранів.

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії

Досягнення поставленої мети вимагає рішення наступних **завдань**:

1. Узагальнити теоретичний матеріал з проблеми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців у науковій літературі.
2. Підібрати відповідний діагностичний інструментарій та провести діагностику рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців.

3. Теоретично обґрунтувати та перевірити ефективність програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії.

4. Розробити практичні рекомендації для реалізації програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії.

**Об'єкт дослідження** – соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців.

**Предмет дослідження** – програма соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії

Для розв'язання поставлених завдань, досягнення мети використано комплекс **методів** наукового дослідження:

- теоретичні методи: аналіз літератури для визначення структурованого опису змісту поняття «соціально-психологічна реабілітація», «соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців», порівняння та систематизації виокремлених компонентів соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців; аналіз, синтез, узагальнення під час розроблення програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії;

- емпіричні методи: діагностичний комплекс для вивчення стану дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців; експерименти – констатувальний, формувальний і контрольний-аналітичний, завдяки чому відстежено динаміку та перевірено ефективність експериментальної програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії;

- математико-статистичні – описова статистика, кореляційний аналіз, обробка емпіричних даних, що застосовані для доведення достовірності й ефективності результатів педагогічного експерименту.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідно-експериментальна робота на констатувальному, формуальному та контрольному-аналітичному етапах

дослідження виконувалася на базі с. Стави, Обухівського району, Київської області.

Вибірку склали 18 демобілізованих військовослужбовців.

**Наукова новизна дослідження** полягає у доповненні теорії соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців; розробці програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії.

**Практичне значення одержаних результатів** передбачає, що реалізація розробленої програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії дасть змогу подолати дезадаптованість і сприятиме відновленню психоемоційного стану, позитивній комунікації і соціалізації.

**Структура магістерської роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, ... додатків (... сторінок), списку використаних джерел (... найменувань, з них ... - іноземними мовами, ... Інтернет-сайтів). Повний обсяг роботи становить ... сторінок, основного тексту - ..... сторінок. Робота містить ... таблиці і ... рисунки на ... сторінках основного тексту.

# РОЗДІЛ І

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ МУЗЕЙНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ

### 1.1. Ступінь розробленості проблеми у психолого-педагогічній та спеціальній науковій літературі

Сьогодні українське суспільство потребує особливої уваги щодо нової соціальної групи – демобілізовані військовослужбовці. Їх нестабільний соціальний статус ускладнює інтеграцію в суспільство, а на сьогоднішній день існують труднощі з їх інтеграцією та відсутністю умов для ефективної соціально-психологічної реабілітації. Успішна соціальна адаптація демобілізованих військовослужбовців потребує комплексний підхід, що включає соціально-психологічну підтримку та реабілітаційні заходи, що сприяють їхньому поверненню до мирного життя.

Тема соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців є надзвичайно актуальною в сучасному суспільстві. Військовий досвід, особливо участь у бойових діях, впливає на психоемоційний стан військовослужбовців, що часто призводить до стресових розладів, депресії та інших психологічних проблем. Перебуваючи в умовах надзвичайного стресу, військовослужбовці розвивають психічну стійкість і адаптивність, але після повернення до цивільного життя багато з них стикаються з труднощами відновлення психічного здоров'я та соціальної інтеграції.

Суспільство також зацікавлене в успішній реінтеграції ветеранів, оскільки вони мають цінний життєвий досвід і можуть зробити вагомий внесок у розвиток країни. Тому комплексна реабілітація сприятиме не лише покращенню якості життя ветеранів, а й зниженню соціальної напруги, що підвищує загальний рівень добробуту в суспільстві.

У психолого-педагогічній та спеціальній науковій літературі поняття «реабілітація» має широкий контекст і багатогранне значення. Воно охоплює відновлення фізичного, психологічного та соціального стану особи після травматичних подій або стресових ситуацій. За визначенням В. Франкла, «реабілітація є процесом, який має на меті не лише фізичне відновлення, але й психологічну стабілізацію особистості, допомогу в адаптації до нових умов життя» [В. Франкл «Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі»].

У контексті демобілізованих військовослужбовців реабілітація є комплексним процесом, який охоплює різні аспекти: від подолання фізичних наслідків травм до психологічного та соціального відновлення. Згідно з статтею В. Мельника, демобілізовані військові часто стикаються з проблемами соціалізації та інтеграції у мирне життя, тому реабілітаційний процес має бути всебічним, враховуючи фізичні, емоційні та соціальні потреби цих осіб [В. Мельник. Соціальна адаптація демобілізованих військових: аспекти реабілітації].

В. Сокрут, Л. Алексеєва зазначають, що термін «реабілітація» походить від латинських слів «re-» - відновлення і «habilis» - здатність, тобто «Rehabilis» — відновлення здатності (властивостей), валідності індивідуума. [Методичні рекомендації для викладачів на медичному факультеті з дисципліни «Медична реабілітація»]. Науковиці розглядають її як відновлення здоров'я, функцій та працездатності внаслідок захворювання, травми або фізичних, хімічних та соціальних факторів. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) дуже близька до такого визначення реабілітації: «реабілітація – це комплекс заходів, призначених для адаптації людей з інвалідністю через хворобу, травми та вроджені вади до нових умов життя в суспільстві, в якому вони живуть [Методичні рекомендації для викладачів на медичному факультеті з дисципліни «Медична реабілітація»].

Отже, реабілітація демобілізованих військовослужбовців виступає як комплекс заходів, спрямованих на відновлення їх психічного та фізичного

здоров'я, соціальної активності та здатності до повноцінного життя в мирних умовах.

Для глибшого розуміння сенсу реабілітації демобілізованих військовослужбовців необхідно детально розібрати поняття «соціально-психологічна реабілітація» та її основні складові.

Соціально-психологічна реабілітація в науковій літературі трактується як спеціалізована допомога, спрямована на відновлення психологічної рівноваги особи та її успішне повернення до соціального життя. Як зазначає О. Блінов «соціально-психологічна реабілітація включає в себе не лише психологічну допомогу, але й заходи соціальної підтримки, які допомагають людині адаптуватися до нових умов. У випадку демобілізованих військовослужбовців, цей процес є надзвичайно важливим, оскільки вони стикаються з низкою психологічних проблем, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривожність, депресія та дезадаптація». Науковець зазначає, що соціально-психологічна реабілітація для демобілізованих військових повинна бути багаторівневою і включати психологічну допомогу, соціальну інтеграцію та індивідуальну підтримку. Важливими аспектами є надання психотерапевтичної допомоги (групові та індивідуальні сесії) та соціальної адаптації, яка може включати навчання новим професіям, підтримку у працевлаштуванні, а також роботу з сім'ями ветеранів.[О.Блінов. Організаційні ресурси психологічної реабілітації військовослужбовців]

Науковці А. Караян та І. Сиромятников у книзі «Прикладна військова психологія» [А.Г. Караян та І.В. Сиромятников «Прикладна військова психологія» 20, с. 154-156] пояснюють, як саме соціально-психологічна реабілітація вирішує широкий спектр завдань соціально-психологічної допомоги для учасників бойових дій. До основних цілей такої реабілітації належать:

- нормалізація психічного стану;
- відновлення порушених (втрачених) психічних функцій;

– гармонізація «Я–образу» ветеранів війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідність тощо);

– надання допомоги у встановленні конструктивних відносин з референтними особами та групами [А.Г. Караян та І.В. Сиромятников у книзі «Прикладна військова психологія» 20, с. 154-156].

Соціально-психологічна реабілітація за визначенням В. Лєскова це «система психолого-педагогічних і соціальних заходів, спрямованих на відновлення, корекцію або компенсацію порушених психічних функцій і станів, особистісних і соціальний статус військовослужбовців, які отримали психічну травму [Лєсков В. О. Теоретичні основи соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців. Наука і освіта. № 5-6. С. 56-60. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/12335> ].

На нашу думку, цікавим поглядом на соціально-психологічну реабілітацію є бачення Т. Титаренко, яка зазначає що соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців не є роботою метою якої є просто повернення до життя, яке було до війни, чи до бойової травми тощо. Соціально-психологічна реабілітація є активізацією «здатності життєтворення, тобто здатності перепроєктовувати власне життя та втілювати, реалізовувати ці оновлені проекти в сімейній, особистій, професійній та інших сферах».

Таким чином, визначимо що соціально-психологічна реабілітація охоплює відновлення емоційного стану, гармонізацію самооцінки та підтримку в побудові здорових соціальних зв'язків, що сприяє покращенню якості життя ветеранів та їх успішному поверненню в суспільство.

В рамках нашого магістерського дослідження необхідно проаналізувати поняття «демобілізація» та «демобілізований військовослужбовець».

Демобілізація – це звільнення військовослужбовців зі служби після закінчення строку контракту, військової кампанії або після звільнення за законними підставами в особливий період, воєнний стан. Тобто, це перехідний етап у житті військовослужбовця, коли він після військової служби повертається

до мирного цивільного життя [Демобілізація в Україні – хто може звільнитися з військової служби. URL: <https://legalaid.ua/ua/demobilizacziya/>].

Демобілізовані військовослужбовці – це особи, які завершили військову службу і повертаються до цивільного життя після участі у військових конфліктах. Вони часто стикаються з труднощами у поверненні до нормального життя через психологічні та емоційні травми, отримані під час війни. Як вказує Т. Гурко, демобілізовані військовослужбовці є однією з найбільш уразливих соціальних груп, що потребує спеціалізованої підтримки для подолання наслідків військової служби [].

Наукові дослідження показують, що демобілізовані військові стикаються з низкою проблем:

- соціальна ізоляція;
- відчуженість;
- труднощі у встановленні або відновленні сімейних та соціальних відносин.

За словами М. Козяра, ці особи часто мають глибокі емоційні травми, які ускладнюють їхнє повернення до повноцінного життя, що робить соціально-психологічну реабілітацію обов'язковим елементом їхнього відновлення [].

Таким чином, соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців вимагає комплексного підходу, який поєднує елементи психологічної допомоги, соціальної адаптації та індивідуальної підтримки. Цей процес є критично важливим для забезпечення успішної інтеграції демобілізованих військовослужбовців до мирного суспільства.

Демобілізовані військовослужбовці, повертаючись до цивільного життя після участі у військових конфліктах, часто стикаються з серйозними труднощами, пов'язаними з адаптацією до нових умов. Для успішного вирішення цих проблем важливу роль відіграє система соціально-психологічної реабілітації, яка забезпечує комплексну підтримку військових, що зазнали фізичних та психологічних травм. В Україні це питання регулюється низкою нормативних документів.

Законом України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» (1993 р.) визначено правовий статус ветеранів війни, включаючи демобілізованих військовослужбовців, та їхні права на соціальний захист. У законі зазначено, що ветерани мають право на отримання реабілітаційних послуг, які включають медичну, соціальну, психологічну допомогу та відновлення трудових прав.

Аналізуючи Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні» від 2015 року варто відзначити, що він спрямований на створення умов для відновлення фізичного, соціального та психічного стану осіб з інвалідністю з метою їх інтеграції в суспільство. Реабілітація спрямована на підвищення функціональних можливостей осіб з інвалідністю, їх самостійності, самореалізації та активної участі в суспільному житті. Закон закріплює право осіб з інвалідністю на безоплатне отримання державними реабілітаційних послуг, що включає медичну, фізичну, психологічну, соціальну та професійну реабілітацію.

Важливим аспектом є створення системи закладів надання реабілітаційних послуг, які можуть бути державними, комунальними та приватними. Для кожного громадянина розробляється індивідуальна програма реабілітації, яка враховує її потреби, стан здоров'я та особливості, що дозволяє забезпечити комплексний підхід до реабілітаційних заходів. Також цей документ передбачає державний контроль за дотриманням стандартів надання реабілітаційних послуг та захистом прав осіб з інвалідністю для запобігання дискримінації.

Постановою Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку надання соціальних послуг особам, які мають право на соціальний захист» (2015 р.) визначається механізм надання соціальних послуг демобілізованим військовим. Постанова окреслює принципи і порядок реалізації реабілітаційних програм, включаючи психосоціальну допомогу, що є критично важливою для адаптації ветеранів до цивільного життя.

Національна стратегія з підтримки ветеранів війни (2021 р.) покликана визначати основні напрями державної політики щодо підтримки ветеранів,

зокрема надання реабілітаційних послуг. Зазначена стратегія передбачає створення спеціалізованих центрів реабілітації, які будуть забезпечувати військових комплексною медичною, психологічною та соціальною допомогою.

Згідно з цими нормативними документами, система реабілітації для демобілізованих військовослужбовців повинна бути комплексною, доступною та адаптованою до потреб військових, які пережили стресові ситуації. Важливо, що законодавство України гарантує ветеранам права на отримання допомоги, що включає психологічну підтримку, медичну реабілітацію та програми соціальної адаптації.

На сьогоднішній день необхідно звернути увагу на реальні проблеми реалізації цих прав на місцевому рівні, де недостатня кількість ресурсів та недостатня обізнаність серед населення можуть ускладнювати доступ до реабілітаційних послуг. Зокрема, існує потреба в розробці більш ефективних програм, що включають арт-терапію, групові заняття та інші методи підтримки, які можуть допомогти демобілізованим військовослужбовцям подолати психологічні бар'єри та повернутися до нормального життя.

Демобілізовані військовослужбовці, повертаючись до цивільного життя після участі у військових конфліктах, стикаються з серйозними викликами, які можуть вплинути на їхнє психоемоційне та соціальне становище. Законодавство України, зокрема Закон України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» та інші нормативні документи, визначають права військовослужбовців на отримання реабілітаційних послуг, зокрема медичної, соціальної та психологічної підтримки. Однак, навіть наявність законодавчої бази не завжди забезпечує ефективність реабілітаційних процесів.

Для ефективного вирішення проблем з якими стикаються демобілізовані військовослужбовці важливо використовувати різноманітні методи соціально-психологічної реабілітації:

- індивідуальна терапія спрямована на глибоку переробку травматичного досвіду, поліпшення емоційного стану та підвищення впевненості в собі демобілізованих військовослужбовців.

– групова терапія – дозволяє ветеранам або іншим учасникам підтримувати один одного, ділитися досвідом, зменшувати відчуття ізоляції та вдосконалювати соціальні навички.

– когнітивно-поведінкова терапія спрямована на розвиток здатності долати стрес, змінювати негативні моделі мислення та поведінки.

– методи арт-терапії, включають малювання, ліплення та інші види творчості, які дозволяють виражати емоції та знижують рівень тривожності.

– музикотерапія, використання музики для зняття емоційної напруги, зменшення стресу та покращення настрою.

– лікувальна фізкультура, включає в себе комплекс вправ, спрямованих на розслаблення м'язової напруги і поліпшення фізичного стану демобілізованих службовців.

Ще одним із перспективних напрямків соціально-психологічної реабілітації є відносно новий напрям музейна арт-терапія, яка активно використовується в роботі з демобілізованими військовослужбовцями. На відміну від традиційних методів арт-терапії, музейна арт-терапія базується на інтеграції мистецьких і культурних виставок у реабілітаційний процес, що дозволяє учасникам зануритися в особливу атмосферу споглядання та інтерпретації творів мистецтва, розширити власний світогляд і знайти внутрішнє балансу.

## **1.2. Особливості використання музейної арт-терапії в соціально-психологічній реабілітації демобілізованих військовослужбовців**

Музейна арт-терапія – це інноваційний підхід у соціально-психологічній реабілітації, який поєднує елементи мистецтва, освітніх практик і терапії для підтримки емоційної стабілізації та адаптації демобілізованих військовослужбовців. Цей метод заснований на використанні музейних експонатів і спеціальних техніках арт-терапії, які допомагають відвідувачам зануритися у світ мистецтва, усвідомити та виразити власні емоції та внутрішні переживання, що важливо в процесі реабілітації.

Різноманітність творів мистецтва в музеях, особливо мистецьких профілів, відкриває широкі можливості для багаторівневої інтерпретації, яка реалізується через різноманітні традиційні та інноваційні форми роботи з відвідувачами різного віку та соціального статусу. Використання психологічних знань у культурно-освітніх програмах музеїв сприяє створенню ефективних, практично орієнтованих підходів до взаємодії з публікою. Пошук адаптивних підходів у процесі інтерпретації музейних експонатів за допомогою зорових, слухових, тактильних, кінестетичних і сенсорних засобів ґрунтується на засадах музейної психології та враховує психологічні особливості сприйняття естетичних об'єктів та експозиції в цілому (Ваньшин , 2018).

Як зазначає О. Харченко, важливим аспектом є інклюзивність музеїв, яка надає рівні можливості для взаємодії з культурним середовищем усім відвідувачам, незалежно від їхніх фізичних чи психологічних особливостей. У контексті соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців інклюзивні музейні програми можуть створити середовище, яке сприяє самовираженню та знижує рівень тривожності, допомагає їм знайти нові форми соціальної взаємодії та емоційного зцілення [Харченко О. Теоретичні аспекти культурно-освітньої роботи з відвідувачами різного віку: розвиток музейної психології у музеях художнього

профілю.

URL:

[http://museum-](http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818)

[monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818](http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818) ]..

Залучення відвідувачів до музейного простору відбувається на різних рівнях, що забезпечує багатоканальне або багаточуттєве сприйняття музейного контенту. Ефективна популяризація та інтерпретація експонатів художніх музеїв досягається тоді, коли мова йде не лише про візуальне сприйняття творів мистецтва. Розвиток культурно-освітніх форм діяльності з урахуванням різноманітних каналів сприйняття музейної інформації – зорового, слухового, тактильного та нюхового – дозволяє глибше відчувати естетичні та символічні образи мистецтва, сприяє зануренню в індивідуальне розуміння та розуміння мистецтва [Харченко О. Теоретичні аспекти культурно-освітньої роботи з відвідувачами різного віку: розвиток музейної психології у музеях художнього профілю.

URL:

[http://museum-](http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818)

[monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818](http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818) ].

Поєднання музейної арт-терапії з музеєзнавством у соціально-психологічній реабілітації демобілізованих військовослужбовців відкриває нові можливості для роботи з психологічною адаптації та підтримки цих осіб через залучення до культурного простору. Музеєзнавство як наукова дисципліна вивчає специфічне музейне ставлення людини до дійсності та досліджує, як музейні предмети можуть стати засобом передачі суспільно значущої інформації. У цьому контексті музейні предмети здатні виконувати важливу терапевтичну функцію, сприяючи емоційному відновленню та соціальній інтеграції тих, хто пережив травматичний досвід [Гайдай О. М. Музеєзнавство: навч. посіб. / О. М. Гайдай. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2021. 212 с.].

Об'єкт музеєзнавства, яким є музей як соціальний феномен, і його здатність зберігати та передавати культурні цінності дозволяє створювати експозиції, що містять у собі терапевтичний потенціал. Завдяки комплексній роботі з музейними експонатами, яка враховує не лише художню, а й емоційну цінність предметів, арт-терапія сприяє зняттю психологічної напруги, створює

умови для самоусвідомлення та самовираження відвідувачів [Гайдай О. М. Музеєзнавство : навч. посіб. / О. М. Гайдай. – Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2021. – 212 с].

Використання музейної арт-терапії в поєднанні з музеологічними методами (порівняльний аналіз, типологія, експериментальне використання експонатів) дозволяє розширити можливості реабілітаційної роботи, забезпечити доступ до естетичних і чуттєвих переживань, які сприяють відновленню психологічної рівноваги демобілізованих військовослужбовців. Така взаємодія посилює терапевтичний ефект і робить музейне середовище інклюзивним простором для психосоціальної підтримки та реабілітації [Гайдай О. М. Музеєзнавство: навч. посіб. / О. М. Гайдай. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2021. 212 с].

Ще з другої половини ХХ століття зарубіжні експозиції почали будувати на основі мультисенсорного підходу, який передбачає, що при ознайомленні з музейними експонатами відвідувачі будуть використовувати різні способи сприйняття, активно задіяні будуть різні органи чуття. Сучасні домашні музеї перейняли ефективність індивідуальних мультисенсорних форм, особливо в практиці роботи з людьми з вадами зору та слуху. У стадії вивчення та експериментального впровадження перебувають корекційні психологічні методи, які можуть бути ширше використані в культурно-освітній роботі вітчизняних музеїв. Як відчувається відвідувач у залах, які емоції забирає від виставки чи експозиції, які у нього психологічні потреби та як їх задовольнити. На цей фактор також можуть впливати різноманітні чинники, які мають суб'єктивний характер, але водночас формують загальне враження від музею [Харченко О. Теоретичні аспекти культурно-освітньої роботи з відвідувачами різного віку: розвиток музейної психології у музеях художнього профілю. URL: <http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818> ].

Музейна арт-терапія є ефективним методом соціально-психологічної реабілітації завдяки своїй здатності стимулювати емоційну рефлексію, сприяти соціальній інтеграції та полегшувати адаптацію до нових умов. Відвідування

музеїв і участь у творчих практиках надають демобілізованим військовослужбовцям можливість осмислити та виразити свої емоції в безпечному середовищі, що сприяє вивільненню травматичних переживань. Групові заняття в рамках арт-терапії також створюють можливість для соціальних контактів і зміцнення підтримуючих зв'язків, що є важливим для побудови нових соціальних зв'язків та інтеграції в суспільство. Окрім цього, участь у мистецьких заходах допомагає ветеранам опанувати нові способи самовираження, сприяючи їхній адаптації до цивільного життя та відновленню психологічної рівноваги.

У музейній арт-терапії використовуються різноманітні засоби, які враховують принципи вікової психології та сенсорного сприйняття. Кожен з методів має свої особливості та терапевтичні ефекти.

**Експозиції.** Музейні експозиції можуть бути адаптовані для роботи з демобілізованими військовослужбовцями, враховуючи їхні інтереси та емоційні потреби. Важливо, щоб експонати викликали позитивні асоціації та допомагали в процесі терапії. Наприклад, експозиції, що фокусуються на темах патріотизму, дружби, героїзму, можуть бути особливо значущими для ветеранів. [ О. Татаріна Глибинна терапія: практики трансформацій [Детальніше: https://soulbooks.com.ua/ua/p2133518555-glibinna-art-terapiya.html](https://soulbooks.com.ua/ua/p2133518555-glibinna-art-terapiya.html)]

### **Арт-терапевтичні техніки**

**Нейромалювання.** Техніка базується на малюванні без обмежень, що дозволяє учасникам вивільнити творчі можливості та поліпшити емоційний стан.

Автором, який популяризує цей метод, доводить, що нейромалювання допомагає активувати внутрішні ресурси особи.

**Кляксографія.** Використання фарб і кляксів може стати засобом самовираження та створення унікальних мистецьких творів. досліджував цю техніку у контексті арт-терапії, підкреслюючи її здатність допомагати людям візуалізувати свої емоції і думки.

**Колаж.** Створення колажів допомагає мобілізованим військовослужбовцям візуалізувати свої переживання і думки. Олена Татаріна у

своїй книзі "Практикум з арт-терапії: скринька майстра" аналізує, як колаж може стати потужним інструментом для самовираження та рефлексії. [О. Татаріна Практикум з арт-терапії: скринька майстра с.120]

**Ліплення.** Робота з глиною чи іншими матеріалами може стати терапевтичним процесом, який знижує стрес і допомагає розвинути моторні навички. Дослідниця підкреслює, що ліплення може допомогти в розвитку чуттєвих навичок і емоційного вираження.

**Презентації книг і зустрічі.** Презентації книг та зустрічі є важливими компонентами музейної арт-терапії, оскільки вони створюють можливість для соціалізації, обміну досвідом та підтримки емоційного здоров'я демобілізованих військовослужбовців. Участь у таких заходах може допомогти ветеранам відчутися себе частиною спільноти, зменшуючи відчуття ізоляції, яке часто супроводжує процес адаптації до цивільного життя.

Книги, що стосуються військової тематики, особистісного зростання, психології та арт-терапії, можуть стати важливими ресурсами для ветеранів. Презентації можуть включати:

- Обговорення змісту книги.
- Дискусії щодо її значення в контексті військового досвіду.
- Запрошення авторів або експертів, які можуть ділитися своїми думками та досвідом.

Такі заходи не лише розширюють кругозір ветеранів, але й надають їм можливість знайти нові підходи до роботи з емоціями і переживаннями.

Організація зустрічей з іншими ветеранами, психологами, арт-терапевтами або людьми, які пережили подібний досвід, може створити платформу для підтримки і обміну переживаннями. Ці зустрічі можуть проходити у формі:

- Групових терапевтичних сесій.
- Мистецьких майстер-класів.
- Панельних дискусій на теми адаптації, травми та відновлення.

Такі заходи допомагають ветеранам побачити, що вони не одні у своїй боротьбі, і можуть бути корисними в процесі реабілітації. В Україні, особливо в умовах україно-російської, відзначено зростання ініціатив, спрямованих на реабілітацію ветеранів через літературу та мистецтво. Зокрема, реабілітологи та науковці активно впроваджують такі практики:

Оксана Збанацька, психолог і арт-терапевт, проводить майстер-класи з арт-терапії для демобілізованих військовослужбовців, в рамках яких використовується література як засіб самовираження та рефлексії. Вона акцентує увагу на важливості літературних творів, які відображають досвід війни, для створення емоційного зв'язку та розвитку комунікаційних навичок [<https://ube.nlu.org.ua/article/%D0%97%D0%B1%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D1%86%D1%8C%D0%BA%D0%B0%20%D0%9E%D0%BA%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B0%20%D0%9C%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0> ].

М. Перун, український соціолог, досліджує соціалізаційний потенціал літературних зустрічей та обговорень книг як одного з важливих засобів інтеграції ветеранів у суспільство після завершення військової служби. Він наголошує, що такі заходи можуть сприяти не тільки психологічній реабілітації, але й відновленню соціальних зв'язків, що суттєво впливає на якість життя ветеранів та їхню адаптацію до мирного середовища. [ О. Вознесенська, В. Волошина, М. Перун, Л. Подкоритова Київ, 2024. – 138 с.]

У своїх дослідженнях О. Вознесенська описує приклади успішних проєктів, спрямованих на соціалізацію та емоційну підтримку ветеранів через творчість. Основна ідея цих проєктів полягає у створенні безпечного та підтримуючого простору, де ветерани можуть відкрито ділитися власними переживаннями та досвідом. Зазвичай це відбувається у формі літературних зустрічей або воркшопів з написання текстів (есе, оповідань чи поезії), де ветерани не лише слухають, але й обговорюють твори одне одного.

Такі заходи дозволяють ветеранам відкриватися перед іншими, висловлюючи глибоко особисті думки і почуття. За спостереженнями

В. Костюченка, через творчий процес учасники мають можливість переосмислити власний досвід, подолати відчуття відчуженості та ізоляції, які часто виникають після повернення з зони бойових дій. Крім того, участь у колективному обговоренні та творчих вправах допомагає ветеранам налагоджувати нові соціальні зв'язки, що, у свою чергу, сприяє їхньому поверненню до активного суспільного життя.

Досвід літературних зустрічей для ветеранів є потужним інструментом для подолання психологічних труднощів, оскільки дозволяє їм вербалізувати травматичний досвід у безпечному і розуміючому середовищі. Крім того, залучення ветеранів до творчості надає їм можливість не лише зцілити власний емоційний стан, але й поділитися своїми історіями з суспільством, сприяючи ширшому розумінню труднощів, з якими вони стикаються.[Наталія Калька та Зоряна Ковальчук. Практикум з арт-терапії с.84 2020]

Таким чином, літературні зустрічі та обговорення книг постають важливим інструментом у процесі соціалізації ветеранів. Вони не тільки допомагають полегшити психологічний стан учасників, але й сприяють зміцненню їхніх соціальних зв'язків, а також розширюють можливості для комунікації та взаємодії з іншими членами суспільства.

Психолог і фахівець з арт-терапії, організовує літературні клуби, де ветерани можуть не лише читати, але й обговорювати свої емоції та переживання під час війни. Такі клуби забезпечують простір для відкритої комунікації та підтримки.

Презентації книг і зустрічі в контексті музейної арт-терапії демонструють позитивний вплив на соціально-психологічну реабілітацію демобілізованих військовослужбовців. Вони сприяють розвитку емоційної грамотності, покращенню соціальних навичок, формуванню нових підтримуючих зв'язків, а також допомагають ветеранам усвідомити та обробити свої переживання. Використання такого підходу у поєднанні з іншими арт-терапевтичними техніками (такими як малювання, музикотерапія, ліплення) може значно

підвищити ефективність процесу реабілітації. [Наталія Калька та Зоряна Ковальчук. Практикум з арт-терапії с.70 2020]

Окрім цього, важливою частиною таких програм є **літературне письмо**. Демобілізовані військовослужбовці можуть писати власні історії, вірші або щоденники, що дозволяє їм не лише висловити власні переживання, але й осмислити та трансформувати свій досвід. Дослідження показують, що письмо є потужним інструментом самоаналізу та подолання травматичних переживань. Вознесенська О., одна з провідних фахівців з арт-терапії, підкреслює важливість творчого процесу у реабілітації ветеранів, особливо в тих випадках, коли безпосереднє вербальне вираження емоцій є складним [Вознесенська О. Л. / Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки].

Вознесенська О., зазначала, що групова робота, яка включає творчу взаємодію, допомагає покращити соціальні навички, сприяє емоційній стабільності та підвищує самооцінку. Взаємодія ветеранів у літературних клубах або під час музейних заходів створює можливість для безпечного обговорення складних тем і досвіду, що допомагає знизити тривогу і почуття відчуженості. [Вознесенська О. Л. / Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки]

Поєднання літературних ініціатив з іншими формами арт-терапії — таким як музикотерапія, малювання чи танцювально-рухова терапія — дозволяє створити цілісний підхід до реабілітації, що враховує різні аспекти психологічного і соціального відновлення ветеранів.

**Мистецькі студії.** Проведення занять під керівництвом професійних художників або терапевтів дозволяє учасникам вчитися новим технікам та знаходити шляхи до самовираження. Такі студії можуть включати живопис, скульптуру, графіку та інші види мистецтва, що допомагає ветеранам розширити свої творчі горизонти.

**Сенсорні, мультимедійні та віртуальні технології.** Використання сенсорних технологій та віртуальних музеїв може значно розширити можливості для взаємодії з мистецтвом. Інтерактивні виставки та мультимедійні інсталяції створюють нові враження, що стимулює емоційний відгук і дозволяє ветеранам

взаємодіяти з мистецтвом на новому рівні. Віртуальні тури до музеїв можуть допомогти ветеранам дослідити різноманітні культури та історії, створюючи нові контексти для самовираження.

Музейна арт-терапія є потужним інструментом у соціально-психологічній реабілітації демобілізованих військовослужбовців. Вона забезпечує можливості для емоційної рефлексії, соціальної інтеграції та розвитку нових навичок, що є важливими для успішної адаптації до цивільного життя. Використання різноманітних арт-терапевтичних технік і музейних ресурсів дозволяє створити унікальну програму, яка відповідає потребам ветеранів та сприяє їхньому зростанню та відновленню.

Цифрові технології дозволяють відвідувачам музею занурюватися у віртуальну реальність виставок і творів мистецтва (Харченко, 2015). Завдяки електронним засобам вони можуть змінювати зовнішній вигляд експонатів і навіть імітувати власні віртуальні композиції. Наприклад, у Токійському музеї цифрового мистецтва (Mori Digital Art) відвідувачі можуть створювати інтерактивні «живі картини», де зображення реагують на рухи тіла та дотики на сенсорних панелях. Картини можуть змінюватися, розквітати та набувати тривимірних форм, а відвідувач сам стає частиною художнього процесу через чуттєву та емоційну участь. Сучасні гаджети, такі як віртуальні шоломи, сенсорні камери та мобільні додатки, розширюють можливості взаємодії, дозволяють переглядати експонати у форматі 3D, читати документи, подорожувати простором творчості художника чи віртуально відтворювати зображення. Завдяки цьому відвідувачі можуть не лише поринути у світ митця, а й отримати можливість «помандрувати в часі», відчувати зв'язок минулого та сучасного крізь призму сучасного сприйняття [Харченко О. Теоретичні аспекти культурно-освітньої роботи з відвідувачами різного віку: розвиток музейної психології у музеях художнього профілю. URL: <http://museum-monument.knukim.edu.ua/article/view/205314/205818> ].

У 21 столітті художні музеї з метою розширення впливу музеїв на відвідувачів пропонують активне використання смартфонів у процесі

сприйняття музейних експонатів: відчуй себе частиною музейного простору – зроби селфі на фоні відомого експонату, здійснити віртуальну подорож у минуле, відвідати театральну екскурсію з історичними персонажами, огляд експонатів у світлі нічних екскурсій. Частиною практики музеїв є сучасні форми поширення інформації за допомогою QR-кодів, які можна сканувати мобільним телефоном і зчитувати деталі через смартфон.

Отже, музейна арт-терапія є ефективним засобом соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців, оскільки поєднує творчі процеси з музейною експозицією, що сприяє емоційному розвантаженню, покращенню психологічного стану та соціальній адаптації. Завдяки спеціально підібраним експозиціям і арт-терапевтичним методам, таким як нейромалювання, правопівкульний малюнок, колажі та скульптури, ветерани можуть вивільнити внутрішні переживання, знизити рівень стресу та розвинути нові навички самовираження. Участь у групових заходах, особливо в презентаціях і зустрічах, сприяє відновленню соціальних зв'язків, що важливо для інтеграції в цивільне життя.

## Висновки до першого розділу

Соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців є надзвичайно важливим і багатогранним процесом, що має враховувати комплекс фізичних, психологічних та соціальних потреб ветеранів. Основна мета цієї реабілітації полягає в тому, щоб допомогти військовослужбовцям подолати наслідки військової травми, відновити емоційну рівновагу та сприяти їхній інтеграції в суспільство. Особливе значення в цьому контексті має музейна арт-терапія, яка поєднує мистецькі елементи з психотерапевтичними методами, створюючи безпечний простір для самовираження та емоційної стабілізації.

Теоретичний аналіз проблеми показує, що музейна арт-терапія є ефективним засобом соціально-психологічної реабілітації демобілізованих воїнів, оскільки поєднує творчі процеси з музейною експозицією, сприяючи таким чином емоційному розвантаженню, покращенню психологічного стану та соціальній адаптації. За допомогою спеціально підібраних експонатів і технік арт-терапії, таких як нейромалювання, колажі та скульптури, ветерани можуть вивільнити внутрішні переживання, зменшити рівень стресу та розвинути нові навички самовираження. Участь у групових заходах, включаючи презентації та зустрічі, допомагає відновити соціальні зв'язки, що є важливим аспектом інтеграції в цивільне життя. Такий підхід дозволяє не тільки знизити рівень емоційного виснаження, а й сприяє розвитку комунікативних навичок і почуття єдності серед учасників. Таким чином, музейна арт-терапія стає важливим інструментом у комплексній системі соціально-психологічної реабілітації, що позитивно впливає на стан ветеранів та сприяє зміцненню соціальної стабільності в суспільстві.

## РОЗДІЛ II

### ДІАГНОСТИКА РІВНІВ ТРИВОЖНОСТІ ДЕЗАДАПТОВАНOSTІ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

#### **2.1. Організаційно-методичне обґрунтування програми дослідно-експериментальної роботи**

Соціальна дезадаптація є складним соціально-психологічним явищем, яке включає як порушення адаптації до соціуму, так і внутрішні конфлікти, що призводять до емоційної нестабільності, труднощів у комунікації та ізоляції. Для демобілізованих військовослужбовців це явище може бути спричинене не лише травматичними подіями, пережитими під час бойових дій, але й труднощами, пов'язаними з поверненням до мирного життя, нових соціальних ролей та вимог.

Метою діагностики є виявлення рівнів соціальної дезадаптації та тривожності демобілізованих військовослужбовців, щоб розробити ефективні програми психологічної та соціальної реабілітації, які враховують їхні індивідуальні потреби та складнощі.

Завдання діагностики:

1. Виявити рівні соціальної дезадаптації та визначити їхню природу.
2. Оцінити ступінь тривожності, що супроводжує процес дезадаптації.
3. Визначити вплив соціальних, психологічних та фізичних факторів на адаптаційний потенціал військовослужбовців.
4. Розробити індивідуальні стратегії реабілітації для кожного ветерана на основі отриманих результатів.

Етапи діагностики:

1. Підготовчий етап:
  - Вибір відповідних діагностичних методик.
  - Підготовка ветеранів до участі в дослідженні (роз'яснення цілей і завдань).
2. Основний етап:

– Проведення діагностичних заходів: анкетування, тестування, опитування.

### 3. Аналітичний етап:

– Обробка та аналіз результатів дослідження.

### 4. Заключний етап:

– Підготовка рекомендацій щодо психологічної та соціальної реабілітації.

Критерії та показники діагностики:

Для комплексної оцінки соціальної дезадаптації демобілізованих військовослужбовців виділено три основні критерії:

#### **1. Емоційна стабільність**

Показники: рівень тривожності, схильність до депресії, емоційна напруга.

*Методики:*

– Методика Спілбергера – Ханіна (оцінка тривожності) [https://lib.iitta.gov.ua/\\_16.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/_16.pdf). Цей інструмент складається з двох частин: перша оцінює реактивну тривожність (стан у даний момент), друга — особистісну тривожність (як стійку рису). Реактивна тривожність може коливатися залежно від зовнішніх обставин, тоді як особистісна відображає тривалий, хронічний стан тривоги. Шкала дозволяє визначити рівні тривожності від низької до високої, що є важливим для оцінки психоемоційного стану ветеранів.

– Міні-мульти (Скорочений багатofакторний опитувальник для дослідження особистості) ([https://lib.iitta.gov.ua/\\_16.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/_16.pdf)). Цей тест базується на класичному ММРІ та допомагає визначити схильність до депресивних станів, емоційної дезорганізації та інших порушень.

– WHOQOL-BREF) (<https://kozuharenko.com/surveys/who-quality/>). Цей опитувальник ВООЗ дозволяє оцінити якість життя в контексті фізичного та психічного здоров'я, що є важливим для визначення загальної емоційної стабільності.

#### **2. Соціальна інтеграція**

Показники: здатність до побудови соціальних зв'язків, комунікативні навички, соціальна підтримка.

*Методики:*

– Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність-200». Він оцінює рівень інтеграції особистості в соціум, її здатність до адаптації в нових умовах та схильність до ізоляції. Питання стосуються самооцінки, сімейних відносин, ставлення до оточуючих та здатності до комунікації.

– Анкета соціальної підтримки. Ця методика спрямована на оцінку рівня підтримки, яку ветерани отримують від близьких та соціального середовища, що може значно вплинути на їхню здатність до адаптації.

– Шкала соціальної адаптації. Вона дозволяє оцінити, наскільки успішно людина вписується в суспільство, чи дотримується соціальних норм і чи здатна формувати нові соціальні зв'язки.

### ***3. Мотивація до саморозвитку та адаптації***

Показники: прагнення до особистісного зростання, мотивація до соціальної інтеграції, готовність приймати нові умови.

*Методики:*

– Анкета особистісної мотивації. Вона оцінює прагнення людини до змін, мотивацію до самовдосконалення та соціальної адаптації. Важливо визначити, наскільки демобілізований військовослужбовець зацікавлений у реінтеграції в суспільство.

– Міні-мульти. Ця методика також допомагає оцінити настанови на адаптацію чи уникнення соціальної інтеграції.

– WHOQOL-BREF. За допомогою цього опитувальника можна оцінити загальний рівень задоволеності життям, що є важливим показником мотивації до змін.

Нами виділено наступні рівні дезадаптації, кожен з яких характеризує ступінь складності адаптаційних труднощів і необхідний підхід до підтримки учасників.

### **Низький рівень дезадаптованості**

Демобілізовані військовослужбовці демонструють здатність до адаптації в нових умовах, успішно інтегруються в соціум, мають розвинені комунікативні навички та отримують належну соціальну підтримку. Емоційний стан стабільний, рівень тривожності низький або помірний. Така група потребує мінімальної підтримки в процесі реінтеграції, що може включати короткострокові психологічні консультації та участь у групах підтримки.

### **Середній рівень дезадаптованості**

Демобілізовані військовослужбовці стикаються з певними труднощами в адаптації до нових соціальних умов, відчувають емоційну нестабільність, підвищену тривожність та інколи фрустрованість. Соціальні зв'язки можуть бути слабкими або нестабільними, комунікативні навички розвинені недостатньо, що призводить до ізоляції або труднощів у спілкуванні. Така група потребує більш активної психологічної та соціальної підтримки, включаючи групові та індивідуальні психотерапевтичні сесії, а також соціальні тренінги для розвитку комунікативних навичок.

### **Високий рівень дезадаптованості**

Демобілізовані військовослужбовці мають значні труднощі в адаптації до мирного життя. Вони відчувають сильну тривожність, емоційну напругу, часто стикаються з депресією або іншими психічними розладами. Соціальні зв'язки слабкі або відсутні, спостерігається значна ізоляція та відчуженість. Відбувається неадекватна реакція на соціальні норми та конфлікт із суспільством. Високий рівень дезадаптованості потребує комплексного підходу до реабілітації, включаючи інтенсивну психотерапію (як індивідуальну, так і групову), арт-терапевтичні методики, а також довгострокову соціальну підтримку для поступової реінтеграції.

Комплексна діагностика рівнів соціальної дезадаптованості та тривожності у демобілізованих військовослужбовців є важливим етапом у процесі їх реабілітації. Використання різноманітних тестів, анкет та опитувальників дозволяє виявити не тільки зовнішні прояви дезадаптації, але й глибинні

психологічні проблеми, що перешкоджають інтеграції в суспільство. На основі результатів діагностики можна розробляти ефективні програми підтримки, спрямовані на відновлення емоційної рівноваги, соціальної активності та якості життя демобілізованих військовослужбовців.

### **Діагностика рівнів соціально-психологічної дезадаптованості учасників бойових дій**

Проблема діагностики рівня тривожності та дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців набуває надзвичайної актуальності в умовах сучасних військових конфліктів. Незважаючи на значний обсяг наукових досліджень, питання психосоціальної адаптації осіб, які пройшли бойові дії, залишається недостатньо дослідженим. Існуючі дослідження, здебільшого зосереджені на медико-психологічних аспектах реабілітації, рідко висвітлюють соціально-психологічні наслідки бойового досвіду для демобілізованих військовослужбовців (В. Каширін, В. Корзунін, О. Маклаков, С. Чермянін) [35].

У сучасній військовій психології вивчення соціально-психологічної дезадаптації спрямоване на дослідження теоретичних і практичних підходів до подолання наслідків травматичного досвіду. Психологи Т. Єрьоміна та Н. Крюкова, наприклад, розглядають соціальну реабілітацію як процес відновлення психічного здоров'я та соціальних ролей військовослужбовців після участі в бойових діях, наголошуючи на важливості психологічної підтримки в процесі соціалізації та відновлення рівноваги та самопочуття. Симптоми тривоги та посттравматичного стресового розладу (ПТСР), які є поширеними серед військових ветеранів, можуть ускладнити процес адаптації. 50–80% осіб, які пережили сильний стрес, демонструють клінічні симптоми дезадаптації, включаючи небажані спогади, нав'язливі думки та зміни в когнітивних процесах і реактивності [42].

Тому діагностика рівня тривожності та дезадаптації у демобілізованих воїнів є важливим кроком для розробки програм психосоціальної підтримки, які сприяють їх успішній інтеграції в мирне життя.

Діагностика рівня соціально-психологічної дезадаптації демобілізованих військовослужбовців є важливою частиною процесу реабілітації та інтеграції у мирне суспільство. Повернення до цивільного життя часто супроводжується труднощами, пов'язаними з пережитими травмами, стресом і проблемами з адаптацією до умов мирного часу. Це може призвести до розвитку різноманітних психосоціальних проблем, таких як порушення міжособистісних стосунків, зниження соціальної активності, підвищення рівня агресії та підвищення ризику розвитку психічних розладів. Оцінка рівня дезадаптації дозволяє визначити ступінь впливу військових подій на людину та розробити ефективні стратегії подолання цих негативних наслідків.

Респондентами опитування стали демобілізовані військовослужбовці, уродженці села Стави, Обухівського району, Київської області у кількості 18 осіб.

### **2.1. Р. О. Варлам**

Руслан Олександрович Варлам народився 12 вересня 1976 року. У 1993-му закінчив Ставівську середню школу. У 1994-1996 рр. проходив дійсну строкову службу в Збройних силах України, а після її завершення вирішив залишитися в українській армії. Відтак, з 1997 по 2000 рр. – він прапорщик 72 МД. Одружений. Разом з дружиною Юлією Володимирівною, 1977 року народження, вони мають трьох дітей. Старша донька Євгенія, 1997 року народження; Єлизавета (народилася у 2002-му) та син Арсеній, який народився у 2009 році [23].

Варлам Р. О. Був призваний в АТО 29 січня 2015 року, проходив підготовку в селі Старичі Львівської області. 7 березня 2015-го направлений до міста Волновахи Донецької області. Проходив службу в селі Старогнатівка Волноваського району.

«[...] У той момент, – згадує Руслан Олександрович, –у мене працювала тільки логіка і інстинкт самозбереження за мене і моїх друзів-побратимів.

Повірте, страх відійшов, тут просто треба змиритися [...]». Молодому поколінню ветеран бажає радіти життю, щоб ніколи не довелося воювати. «[...] За що ми любими Батьківщину? Що вона нам дала? Багато, що дала. Але Батьківщину люблять не за те, що вона тобі дає. Батьківщину люблять за те, що вона – Батьківщина» [14].

## **2.2. А. В. Васільєв**

Анатолій Вікторович Васільєв народився 22 березня 1985 року. Пізніше родина переїхала до села Стави, де Анатолій у 2002 р. закінчив середню школу, а потім і Ржищівський ліцей. Васільєв А. В. був призваний на військову службу в зону АТО та з 14 березня по 22 квітня 2015 року проходив підготовку на Яворівському полігоні Львівської області. Служив у селі Новотроїцьке Волноваського району на Донеччині [9].

Життєва доля Анатолія Вікторовича склалася так, що він не проходив строкової служби в Збройних сил України, однак, коли стало потрібно, залишив вдома стареньку бабусю і маму та пішов на фронт. «[...] Ми мусимо любити Батьківщину сьогодні, маючи її, бо це наше покликання наш обов'язав, наша віра. Нам потрібен сплав досвіду, вміння, молодості, завзяття. Це запорука нашої перемоги [...]» .

## **2.3. С. В. Вербіцький**

Сергій Васильович Вербіцький народився 30 жовтня 1988 року. У 1995-2005 рр. навчався в Ставівській середній школі. Після закінчення Ржищівського будівельного технікуму вступив до Київського Національного університету будівництва та архітектури, який успішно закінчив. Одружений, має дружину Вікторію, 1990 року народження.

Коли почалася війна на сході України Сергій мав добре оплачувану роботу, молоду дружину. Що ще потрібно? Але вагань не було. На схід. Був призваний на військову службу в зону АТО 5 липня 2015 року. Від 24 травня до 3 липня 2015 року проходив підготовку в Рівненському навчальному центрі. Надалі служив у 24 ОМБР на Луганщині. Місця дислокації його підрозділу: Попасне, Кримське, Щастя, Кряківка, Трьохізбенка. За словами Сергія Васильовича, на

фронті «[...] складно було звикнути до невідомості, до розуміння того, що твої рідні нічого не знають про тебе [...]». На зустрічі з учнями Ставівської середньої школи він говорив: «[...] Хочу, щоб ви були розумними, зваженими, добрими, загартовуйте себе [...]».

Як дивовижно часом підвішене життя на такій тонесенькій ниточці, що багато подій у житті відбуваються абсолютно випадково і часом шанси на те, що щось відбудеться, мізерні, і надія видається абсолютним дивом. Але дива трапляються. І волею долі після розлуки в липні 2016 року Сергій повернувся до дружини і своєї родини [7].

#### **2.4. В. В. Вітрогон**

Василь Васильович Вітрогон народився 11 січня 1982 року. Проживає в селі Стави. У 1989-1999 рр. навчався у Ставівській середній школі. У 2000-2001 рр. проходив дійсну строкову військову службу в Прикордонних військах України. Пізніше вступив до Київського національного університету будівництва і архітектури, який закінчив у 2010 р.

Вітрогона В. В. призвали на службу в зону АТО 9 березня 2015 року. Проходив підготовку на Яворівському полігоні Львівської області (в/ч ППВ 2970). Опісля більше року служив на сході. Етапами його бойового шляху стали: Артемівськ, Троїцьке, Світлодар, Озиме, Луганське.

Василь Васильович – великий оптиміст, патріот і зразок цілісної особистості. У нього «[...] майже все добре [...]». Він просто не звик бути іншим. За його словами «[...] люди не хотіли війни. Вони хотіли мирно жити. І жили. Солдати теж хотіли мирно жити, але помирали [...]». Чому Василь поїхав на схід? Чому погодився? Мабуть тому, що не злякався, точніше зумів перебороти в собі цілком природний, притаманний кожній людині, інстинктивний страх. У липні 2016 року Василь Вітрогон демобілізувався [19].

#### **2.5. Д. О. Вітрогон**

Дмитро Олексійович Вітрогон народився 21 червня 1982 року. У 1989-1999 рр. навчався в Ставівській середній школі. У 2001-2002 рр. проходив строкову

службу в Збройних силах України, в Білій Церкві. Має військове звання – молодший сержант.

Вітрогон Д. О. був призваний на військову службу до зони АТО 17 липня 2015 року. Із 19 липня по 27 серпня 2015 року проходив підготовку на Рівненському полігоні. Службу проходив у складі приданого 10-й бригаді 8-го окремого гірсько-штурмового батальйону в містах Попасній, Мар'янка та селі Оріхове. Його бойовим побратимом був Ігор із села Григорівки, а командир – Анатолій Буржинський, який навчався з Романом Вітрогоном в Сільськогосподарській академії у Києві, бував в Ставах [5].

«[...] Мамо! Ти не уявляєш, яка це радість почистити зуби, одягнути чисту білизну, випити каву з бутербродом. Так мало потрібно людині [...]» [34]. Зі слів Дмитра Олексійовича, «[...] всі обстріли списують на наших солдат [...] Поки тривав бій, ніч змішала день. Із задимлених руїн іще з годину лунали стогони, але потім і вони затихали. В Попасному життя на терезах долі не переважувала смерть, скоріше навпаки [...]». За службу в зоні АТО він нагороджений пам'ятним знаком Всеукраїнської громадської організації «Спілка ветеранів та працівників силових структур України «Звитяга» – «За Україну, за її волю» та медаллю «Захисникам Вітчизни» [5].

## **2.6. С. М. Денисов**

Сергій Миколайович Денисов народився 21 вересня 1987 року на Полтавщині. Закінчив Тарасівську середню школу Гребінківського району Полтавської області. Працював на меблевій фабриці м. Пирятин. Служив в Збройних силах України у селищі Попільна. Нині з родиною мешкає в селі Стави. Одружений та разом із дружиною Наталією Романівною (1990 року народження) виховує двох синів – Дмитра, 2009 року та Олександра, 2014 року народження.

Денисов С. М. був призваний на військову службу в зону АТО 9 березня 2015 року. З 10 березня по 15 квітня 2015 року проходив підготовку на Яворівському полігоні (в/ч ППВ 4264). Служив у Краматорську Донецької області. За його словами «[...] Держава не повинна перекладати відповідальність

за прийнятті рішення на народ. У нас діти і ми за них несемо відповідальність. Україна починається з нас. Разом її захистимо і разом реформуємо [...]» [8].

### **2.7. В. Р. Друзенко**

Владислав Ростиславович Друзенко народився 9 січня 1988 року. У 1994-2004 рр. навчався в Ставівській середній школі. У 2004-2006 рр. навчався в ЕПТ при МАУП. У 2006-2007 рр. проходив строкову службу в Збройних силах України в одній із київських військових частин ( в/ч АО799). Одружений. Разом із дружиною Галиною, 1988 року народження, виховують маленького сина Кирила (народився 20 липня 2011 року).

Друзенко В. Р. був призваний на військову службу в зону АТО 21 квітня 2015 року. В період з 22 квітня по 4 червня 2015 року проходив фахову підготовку у в/ч ПП ВО213. Потім був направлений до міста Первомайськ (в/ч 3500). Служив на Донеччині (сmt. Володарське). «[...] Пішов не думаючи, бо дід кадровий військовий. Не можна присязі зраджувати! Присяга це совість солдата [...]» – сказав Владислав на зустрічі з учнями нашої сільської школи.

### **2.8. І. С. Кучеренко**

Іван Сергійович Кучеренко народився 5 квітня 1991 року. Протягом 1998-2008 рр. навчався у Ставівській середній школі. Одразу ж вступив до Ржищівського професійного ліцею та закінчив його у 2009-му. У 2009-2010 рр. проходив строкову службу в Збройних силах України у місті Чернігів.

У березні 2015 року Кучеренко І. С. був призваний на службу в зону АТО. В період із 28 квітня по 28 травня 2015 року проходив підготовку на 130-му Рівненському полігоні. 28 травня 2015 року був направлений в сектор «А» (пізніше ОТУ «Луганськ»). Служив на Луганщині у містах Станиця Луганська, Сіверодонецьк, Попасна, селах Кримське та Трьохізбенка [4].

Нелегкі фронтові будні пробудили в Іванові Сергійовичу поетичний талант:

З чого починається війна?

Де війна бере початок?

Там, де розтроснені мости?

Де сиві скроні в хлопчиків, дівчаток?

Там, де розбиті блокпости...

Він дуже любить свою маму та молодшого брата, а тому вирішив стати військовим – пішов на службу за контрактом. «[...] Буду оберігати сон. мами [...]». На зустрічі з учнями Ставівської середньої школи Іван Сергійович сказав: «Якщо буде можливість, я обов'язково повернуся до своїх хлопців».

### **2.9. М. І. Лисенко**

Михайло Іванович Лисенко народився 25 вересня 1970 року, виховувався в сім'ї військових. Нині проживає в м. Кагарлик, одружений. Разом з дружиною Людмилою має двох синів – Артема 1995 року та Богдана 1994-го. У 1989-1992 рр. служив у Збройних силах Радянського Союзу.

11 березня 2014 року призваний в зону АТО. Служив у Донецькій та Луганській областях (Червонопартизанськ, Амвросіївка, Волноваха).

Кордон з Росією, Луганщина і їх в окопах шестеро бійців, а кругом б'ють і так 10 днів практично без води та їжі...

Сьогодні не має нічого важливішого, ніж оборона нашої держави від зовнішнього агресора. Сьогодні Михайло Іванович очолює районну організацію учасників АТО. У Ставівській ЗОШ знаходиться державний прапор переданий воїнами 72-ї бригади. Майже рік він майорів над багатьма населеними пунктами Донеччини та Луганщини. Цей прапор був оберегом на багатьох блокпостах. Він став честю і гідністю воїнів 72-ї бригади. В березні 2015 року Михайло Лисенко передав цей прапор в Ставівську школу з пам'ятними підписами учасників АТО.

З 28 квітня 2016 року Михайло Іванович знову їде в зону АТО до своїх побратимів, адже підписав контракт. Перемога у війні з підступним ворогом залежить не тільки від дій влади, але і від суспільства, його громадян. Боєць не боїться війни, він боїться залишитися з нею сам на сам.

### **2.10. С. Б. Ничипоренко**

Сергій Борисович Ничипоренко народився 5 травня 1989 року в селі Ставах. У 1995-2006 рр. навчався в Ставівській середній школі, потім в Ржищівському ПТУ № 28 за програмою підготовки: водій транспортних засобів

категорії «С». У 2009-2010 рр. служив у ЗСУ, має військове звання сержант. Ничипоренко С. Б. був призваний на військову службу в зону АТО 12 лютого 2015 року. До 5 березня 2015 р. проходив підготовку на Рівненському полігоні, а потім служив на Донеччині. Місцями його бойових буднів стали селище Велика Новосілка, село Зелений гай та місто Авдіївка [10].

Особисто Сергій Борисович ішов на війну «[...]щоб захищати своїх рідних, щоб Україна була єдиною державою. Щоб мати не плакала [...]». І цей молодий юнак впевнений, що «Так буде!» На запитання авторки про взаємовідносини в підрозділі Сергій Борисович відповів: «[...] Взаємовиручка, все спільне. Разом зі мною служать хлопці з Західної України [...]». Він добрим словом згадав свого лейтенанта Дмитра Короткого, «[...] який дуже за них турбувався [...]». Сергій був один із молодих юнаків який в 2015 році пішов захищати свою землю, який зрозумів, що перемогти військову міць Росії може лише сильна боєздатна і патріотична армія.

У результаті після закінчення бойових дій військовослужбовець не може повноцінно повернутися до «мирного життя»: відсутність розуміння, поваги, визнання, соціальних гарантій робить його агресивним, вразливим, дратівливим. Саме тому при створенні системи соціальної адаптації осіб, які брали участь у бойових діях, необхідно враховувати насамперед відновлювальний реабілітаційний характер, що складається з медичної, психологічної допомоги та соціальної підтримки державою та близькими. Цілком очевидно, що механізм ресоціалізації учасників бойових дій має бути мінімум двоступінчастим.

За результатами діагностики синдрому соціально-психологічного розладу у відсотковому співвідношенні демобілізованих військовослужбовців виявлено показники, які відображають поширеність серед учасників різноманітних психоемоційних та соматичних розладів.

**Результати діагностичної роботи  
з виявлення рівнів дезадаптованості**

<b>Критерій</b>	<b>Показники</b>	<b>Відсотковий розподіл (%)</b>
<b>Тривога</b>	Високий рівень	11,11
<b>Астенія</b>	Схильність до слабкості	5,55
<b>Невротична депресія</b>	Висока схильність	27,77
<b>Обсесивно-фобічні порушення</b>	Схильність до фобій	22,22
<b>Істеричний тип реагування</b>	Сильні емоційні реакції	16,66
<b>Вегетативні порушення</b>	Проблеми з нервовою системою	16,66

Як видно з таблиці 2.1. тривога, що характеризується відчуттям постійного внутрішнього неспокою, хвилювання та надмірної настороженості, що може ускладнювати адаптацію до цивільного життя, перешкоджати соціальним контактам та посилювати напругу в емоційній сфері проявляється в 11,11 % демобілізованих військовослужбовців.

Астенія що характеризується як стан фізичної та психічної слабкості, який проявляється зниженням працездатності, відчуттям втоми, а також утрудненням виконання навіть простих повсякденних справ, що негативно позначається на життєдіяльності проявляється у 5,5 % демобілізованих військовослужбовців.

Невротична депресія, що свідчить про значний рівень емоційного виснаження та втрати інтересу до життя. Невротична депресія ускладнює процес одужання, оскільки супроводжується зниженням настрою, відчуттям безвиході та порушеннями сну, апетиту та загального самопочуття виявлено у 27,77 % демобілізованих військовослужбовців.

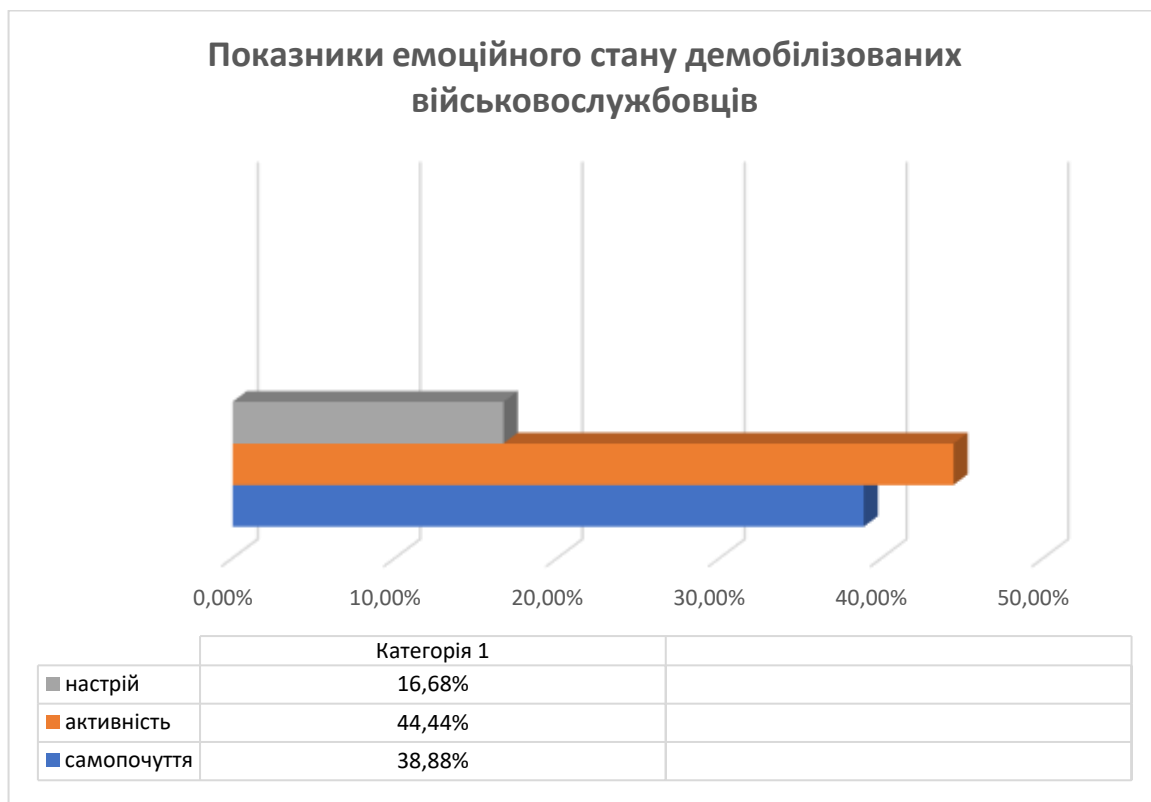
Обсесивно-фобічні розлади, тобто наявність нав'язливих думок, страхів і ритуалів, які викликають дискомфорт і заважають нормальній соціальній взаємодії виявляється у 22,22%. Такі порушення є наслідком високого рівня стресу та тривалого психоемоційного напруження, з яким стикаються військовослужбовці.

Істеричний тип реакції проявляється у 16,66 % емоційно насичених реакції, схильність до демонстративності та перебільшення емоцій, що може бути проявом труднощів у регуляції емоційного стану та спробах привернути увагу в умовах адаптації до нової реальності.

Вегетативні розлади виявляють 16,66 % - дисфункція вегетативної нервової системи, що проявляється у вигляді головного болю, пітливості, прискороного серцебиття та інших соматичних симптомів, що вказують на підвищений рівень внутрішньої напруги та стресу.

Результати діагностики вказують на багатогранність і комплексність проблем, з якими стикаються демобілізовані військовослужбовці. Виявлені симптоми потребують комплексного підходу до реабілітації, що включає соціально-психологічний супровід, корекційно-профілактичні заходи, застосування методів психотерапії.

За діагностикою емоційної сфери демобілізованих військовослужбовців маємо такі показники у відсотковому співвідношенні: самопочуття – 38,88 %, активність – 44,44 % та настрій – 16,68 % (рис. 2.1.).



**Рис. 2.1. Показники емоційного стану демобілізованих військовослужбовців**

Як видно з рисунку 2.1. виокремлено три ключові показники емоційного стану:

- самопочуття (38,88%) – це рівень, що відображає загальне фізичне та психічне самопочуття респондентів. Значний відсоток демобілізованих військовослужбовців має порушення в цій сфері, що свідчить про фізичне та психологічне виснаження.

- активність (44,44 %) – цей показник відображає здатність демобілізованих військовослужбовців підтримувати фізичну та соціальну активність. Низька активність може бути наслідком як фізичних проблем, так і емоційного виснаження.

- настрій (16,68 %) – емоційний настрій характеризує загальний рівень позитивного чи негативного сприйняття життя. Високий відсоток негативного настрою вказує на депресивні стани та проблеми з адаптацією.

Також було встановлено рівні прояву ПТСР у демобілізованих військовослужбовців за такими показниками як: вторгнення, втеча, збудливість, провина, суїцидальні схильності. Результати опитування зображено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

### Рівні ПТСР

<b>Критерій</b>	<b>Показники</b>	<b>Відсоткові показники (%)</b>
<b>Вторгнення</b>	Наявність травматичних спогадів	27,77
<b>Втеча</b>	Уникання соціальних контактів	33,33
<b>Збудливість</b>	Підвищена емоційна напруга	38,88
<b>Почуття провини</b>	Відчуття відповідальності за події	11,11
<b>Суїцидальні схильності</b>	Наявність думок про самогубство	5,55

Як ми можемо бачити, в таблиці 2.2 наведено основні симптоми ПТСР, які були виявлені у демобілізованих військовослужбовців:

- вторгнення (27,77 %) – наявність нав'язливих спогадів про бойові дії, які постійно повертаються у свідомість респондентів. це один із ключових симптомів ПТСР.

- втеча (33,33 %) – тенденція уникати соціальних контактів або ситуацій, що нагадують про війну. це свідчить про намагання уникнути переживання негативного досвіду.

- збудливість (38,88%) – постійна емоційна напруга, агресивність або нервозність, які є ознаками тривоги та страху.

- почуття провини (11,11 %) – демобілізовані військовослужбовці можуть відчувати провину за те, що пережили бойові дії, або за дії, які відбулися під час війни.

– суїцидальні схильності (5,55 %) – цей показник свідчить про наявність суїцидальних думок серед демобілізованих військовослужбовців, що є важливим для вчасної психологічної підтримки.

Можемо вважати, що опитувані потребують допомоги спеціаліста передусім через складність їхньої соціалізації під час повернення до звичайного буденного життя, пошуку заробітку та взаємодій із соціумом, якому важко увити пережиті події бійця, пошук мотивації. Можемо виділити такі критерії дезадаптації учасників: ворожість або недовір'я до світу; соціальна відстороненість; відчуття спустошення й безнадія; хронічне відчуття хвилювання, постійної загрози, існування «на межі»; відчуження.

Отже, наступні рекомендації варто включити в реабілітацію військовослужбовців: члени родини можуть знизити ймовірність негативних проявів поведінки, а саме:

- надавати військовослужбовцю можливість проводити якусь частину вільного часу віч-на-віч із кожним членом родини або близьким другом;
- підтримувати його у стосунках з іншими, але в той же час також надавати йому якийсь час провести наодинці з самим собою;
- надавати можливість проводити певний час з бойовими друзями та товаришами;
- проводити спільний час з військовослужбовцем при різноманітних обставинах (прогулянки, відвідування театрів, тощо);
- висловлювати впевненість в возз'єднанні родини та вирішенні будь-яких проблем;
- розподілити домашні обов'язки та обговорити ймовірні нові зобов'язання;
- поважати думки та дії кожного, при потребі йти на компроміси.

## Висновки до 2 розділу

Соціальна дезадаптація є складним соціально-психологічним явищем, яке включає порушення адаптації до суспільства та внутрішні конфлікти, що призводять до емоційної нестабільності, труднощів у комунікації та ізоляції. У демобілізованих військовослужбовців вона може виникати через травматичні події, пережиті під час бойових дій, та труднощі повернення до мирного життя з його новими соціальними ролями та вимогами. Основною метою дослідження є діагностика рівнів соціальної дезадаптації та тривожності серед ветеранів для розробки ефективних програм реабілітації, що враховують їхні індивідуальні потреби та виклики.

Нами було виокремлено діагностичні критерії для оцінки соціальної дезадаптації, які поділяються на емоційну стабільність, соціальну інтеграцію та мотивацію до саморозвитку та адаптації. Для оцінки емоційної стабільності застосовуються такі методики, як Спілбергера-Ханіна, Міні-мульти (скорочений багатофакторний опитувальник особистості), та WHOQOL-BREF (оцінка якості життя).

Демобілізовані військовослужбовці з низьким рівнем дезадаптації здатні адаптуватися до нових умов, інтегруються в соціум, мають стабільний емоційний стан і низький або помірний рівень тривожності.

Середній рівень дезадаптації характеризується труднощами в адаптації до нових умов, підвищеною тривожністю, емоційною нестабільністю і певною фрустрацією. Соціальні зв'язки можуть бути слабкими, а комунікативні навички недостатньо розвиненими.

Високий рівень дезадаптації спостерігається у демобілізованих військовослужбовців, які відчувають сильну тривожність, емоційну напругу та часті депресивні стани. Соціальні зв'язки у них слабкі або відсутні, а емоційні реакції можуть бути неадекватними. Така група потребує комплексної реабілітації, що включає інтенсивну психотерапію, арт-терапію та довгострокову соціальну підтримку.

Проведення комплексної діагностики рівнів соціальної дезадаптації та тривожності є важливим етапом у реабілітаційному процесі демобілізованих військовослужбовців. Використання різноманітних тестів, анкет та опитувальників дозволяє виявити не тільки зовнішні прояви дезадаптації, але й глибинні психологічні проблеми, що перешкоджають інтеграції в суспільство.

## РОЗДІЛ 3

# ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ МУЗЕЙНОЇ АРТ-ТЕРАПІЇ

### **3.1. Обґрунтування та реалізація програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії**

У сучасному суспільстві арт-терапія посідає значну роль у суспільстві, допомагаючи людям різного віку й соціального статусу краще розуміти себе та світ, розвивати емоційну стійкість і покращувати психічне здоров'я. Візити до музею, де проводять арт-терапію, сприяють розслабленню, зниження рівнів стресу та тривоги. Особливо це є корисним для тих хто переживає складні життєві обставини, зокрема ветеранів, людей, що зазнали втрат, що переживають складності в інтеграції в мирне життя.

Музейна арт-терапія допомагає учасникам почуватися частиною суспільства, що особливо стосується демобілізованих військовослужбовців, які мають труднощі із інтеграцією в суспільство. Проведення арт-терапії в музеях сприяє зміні ставлення до психологічного здоров'я. Такі програми створюють більш толерантне і відкрите суспільство, де обговорення ментального здоров'я стає нормою, а не проблемою, що важливо в соціально-психологічній реабілітації демобілізованих військовослужбовців.

Музейна арт-терапія є цінним інструментом для зміцнення ментального здоров'я та соціальної згуртованості. Вона відкриває нові можливості для самовираження, соціальної адаптації та культурного розвитку, що сприяє формування гармонійного і здорового суспільства.

Розроблена нами програма спрямована на подолання дезадаптивних станів демобілізованих військовослужбовців після повернення із зони бойових дій,

сприяння зниженню рівня емоційно-психологічного стресу, відновленню почуття причетності до суспільства та пошуку нового сенсу повсякденного життя. Програма включає три етапи, кожен з яких має свою роль у поступовому подоланні бар'єрів дезадаптованості.

До завдань нашої програми входить досягнення таких цілей:

- 1) поглибити суспільну роль демобілізованих військовослужбовців та познайомитися з відчуттями, допомагаючи учасникам усвідомити значущість їхнього зовнішнього середовища в захисті країни, шляхом відвідування музеїв та історичних експозицій, де ветерани можуть відчувати зв'язок із суспільством та відновити почуття гордості за свою участь у становленні держави.
- 2) забезпечення емоційного розвантаження та дослідження емоційного стану через музейну арт-терапію, де учасники досліджують власні емоції за допомогою мистецьких образів.
- 3) сприяння формуванню нових соціальних зв'язків та взаємопідтримки серед демобілізованих військовослужбовців.

Структуру, етапи, цілі, форми і методи програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії подано нижче у таблицях.

Таблиця 3.1.

**Вступний етап програми соціально-психологічної реабілітації  
демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії**

<b>Вступний етап</b>				
<b>№ п/п</b>	<b>Захід</b>	<b>Місце проведення</b>	<b>Завдання заходу</b>	<b>Кількість годин</b>
1	Відвідування експозиції з історії бойових дій на сході України	Національний музей історії України	Поглиблення розуміння подій, у яких брали участь та відновлення емоційного зв'язку із суспільством	2 год
2	Пізнавальна екскурсія «Мистецтво як відновлення»	Національний військово-історичний музей України	Зняття емоційної напруги, дослідження власних емоцій через мистецькі образи	1 год 30 хв
3	Творчий семінар «Малюнок як дзеркало душі»	Музей сучасного мистецтва України	Використання малювання як способу самовираження та осмислення власного досвіду	2 год

Як видно з таблиці 3.1. перший етап має на меті допомогти демобілізованим військовослужбовцям знову відчувати зв'язок із суспільством і зрозуміти сенс власного внеску. Повернення до цивільного життя може супроводжуватися відчуттям ізоляції та нерозуміння, і ця фаза допомагає

ветеранам подолати ці переживання. Розпочинається цей етап з відвідування виставки «Національного музею історії України», де демобілізовані військовослужбовці мають змогу побачити події війни в ширшому контексті, усвідомивши свою роль у цій історії. Відповідно дозволяє учасникам відчутти сенс власного досвіду та зменшити відчуття відчуженості від суспільства.

В подальшому демобілізовані військовослужбовці відвідали пізнавальну екскурсію в «Національному військово-історичному музеї України», яка допомогла учасникам зняти емоційну напругу, використовуючи мистецтво як засіб глибокого самовираження та дослідження емоцій. Під час екскурсії ветерани взаємодіють з образами військового мистецтва, що дало їм змогу переоцінити бойовий досвід через естетичне сприйняття. Споглядання образів, пов'язаних із війною, дає можливість висловити складні почуття та страхи, які важко передати словами. Цей досвід допомагає ветеранам послабити емоційні бар'єри, знайти внутрішній спокій, налаштуватися на подальшу роботу над самовираженням та адаптацією.

Перший етап завершується в музеї сучасного мистецтва України, де відбувся семінар із популяризації використання малюнка як ефективного інструменту самовираження та рефлексії власного досвіду. Учасники працювали над створенням власних творів мистецтва, які дозволяють їм досліджувати та розуміти внутрішні переживання в символічній формі. Малюнок стає «дзеркалом», яке відображає їхні почуття, страхи, спогади та надії та допомагає їм глибше зрозуміти свої емоції.

**Основний етап програми соціально-психологічної реабілітації  
демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії**

<b>Основний етап</b>				
<b>1.</b>	Групова робота «Моя історія у музеї»	Історичний музей	Поділитися особистими переживаннями, знайти підтримку серед інших ветеранів через спільний досвід	1 год 30 хв
<b>2.</b>	Майстер-клас зі створення символічних артефактів	Музей декоративного мистецтва	Розвиток креативності, формування позитивних спогадів та нових соціальних зв'язків	2 год
<b>3.</b>	Терапевтична екскурсія «Шляхом перемог»	Військовий музей	Розуміння ролі військових у становленні країни, пошук нових сенсів і соціальної інтеграції	2 год

Аналізуючи таблицю 3.2. варто зауважити, що основний етап програми «Соціально-психологічна реабілітація демобілізованих воїнів засобами музейної

арт-терапії» був спрямований на посилення соціальної інтеграції, розвиток креативності та формування позитивних емоцій засобами музейної діяльності.

Першим заходом цього етапу є гурткова робота «Моя історія в музеї», яка проходила в історичному музеї. Учасники ділилися особистим досвідом, знаходили підтримку серед інших ветеранів, спираючись на спільний досвід, що в свою чергу допомогло кожному відчувати, що вони не самотні, і згуртувало групу. Тривалість заходу 1 година 30 хвилин.

Ще однією подією програми став майстер-клас зі створення символічних артефактів, який відбувся в «Музеї декоративно-прикладного мистецтва». Під час майстер-класу демобілізовані військовослужбовці розвивали свою творчість, працювали над створенням унікальних символічних предметів, які символізували їхні особисті переживання. Цей процес сприяв створенню позитивних спогадів і встановленню нових соціальних зв'язків. Тривалість майстер-класу була розрахована на 2 години.

Завершив цей етап програми захід «Терапевтична екскурсія «Шляхом перемог»», яка відбулась у військовому музеї. Екскурсія дозволила учасникам краще зрозуміти свою роль у формуванні країни та переоцінити особистий досвід, також сприяла соціальній інтеграції та допомогла ветеранам відчувати, що їхній внесок у суспільство є важливим. Екскурсія тривала 2 години.

**Заключний етап програми соціально-психологічної реабілітації  
демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії**

<b>Заклучний етап</b>				
1.	Виставка «Мир у мистецтві»	Галерея мистецтв	Розвиток навичок позитивного мислення, зменшення стресу через споглядання творів мистецтва	1 год 30 хв
2.	Пізнавальний тур «Україна крізь століття»	Етнографічний музей	Вивчення історії та культурної спадщини, формування національної гордості та відновлення відчуття власної значущості	2 год
3.	Групова рефлексія «Мій шлях до себе»	Зона арт-терапії музею	Обговорення власних здобутків і труднощів у процесі адаптації до мирного життя	1 год 30 хв
4.	Арт-семінар «Від болю до зцілення»	Музей творчості	Перетворення пережитого болю на символи, що підтримують процес зцілення	2 год

Завершальний етап програми «Соціально-психологічна реабілітація демобілізованих військовослужбовців через музейну арт-терапію» був

присвячений підтриманню психологічної стійкості, зміцненню позитивного мислення та завершенню терапевтичного процесу через мистецьку та культурну діяльність. Першим заходом цього етапу стала виставка «Мир у мистецтві», яка відбулася в картинній галереї. Під час цієї виставки учасники мали змогу споглядати твори мистецтва, які сприяли розвитку позитивного мислення та зниженню рівня стресу, що дозволило ветеранам знайти внутрішній спокій і відволіктися від травматичних спогадів.

Наступним етапом стала пізнавальна екскурсія «Україна крізь століття», організована в етнографічному музеї. Вивчаючи історію та культурну спадщину країни, ветерани мали змогу поглибити своє розуміння української ідентичності, що сприяло формуванню почуття національної гордості та відновленню почуття власної значущості. Тривалість екскурсії становила 2 години.

Опісля учасники взяли участь у груповій рефлексії «Моя подорож до себе», яка проходила в арт-терапевтичному просторі музею. Це була можливість обговорити власні успіхи та труднощі, з якими вони зіткнулися в процесі пристосування до спокійного життя. Завдяки цьому обговоренню ветерани могли побачити власний прогрес і відчутти підтримку групи.

На завершення розробленої нами програми у Музеї творчості відбувся мистецький семінар «Від болю до зцілення». На цьому семінарі учасники могли трансформувати свій досвід у символічні образи, які підтримували процес зцілення, що сприяло глибшому розумінню пережитого та полегшувало емоційне навантаження.

### **3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи**

Дезадаптація у демобілізованих військовослужбовців в даний час в Україні нерідко отримує, як відомо, широкий громадський резонанс. Тому в армії, в першу чергу, постає питання про попередження адаптивних розладів у новобранців, а також підтримку психічного здоров'я і підвищення рівня

адаптованості в умовах армії військовослужбовців різних закликів. Крім того, в даний час потребує уточнення причини й структура порушень адаптації, оскільки зазвичай в якості патогенних чинників виступає відразу безліч впливів і обставин [38].

Військовослужбовці виконують складні бойові завдання, які зазвичай супроводжуються зниженням фізичного та розумового резерву, що призводить до порушень життєдіяльності, несприятливих особистісних змін, які надалі погано позначаються на загальному стані здоров'я, працездатності, відносинах з оточуючими тощо.

Травматичний досвід, здобутий під час бойових дій, погано впливає на стан здоров'я військовослужбовців-учасників бойових дій. Зокрема, після повернення до мирної життя вони переживають нові стреси, пов'язані з соціальною адаптацією, нерозумінням близьких, труднощами у спілкуванні, професійному самовизначенні, самореалізації, створенням сім'ї тощо [41].

Формувальний етап нашого експерименту був спрямований на перевірку ефективності розробленої програми соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців засобами музейної арт-терапії. Основною метою цього етапу було зниження рівня дезадаптованості мобілізованих військовослужбовців до цивільного життя через спеціально розроблені арт-терапевтичні активності.

На наступному етапі експериментальної роботи було проведено контрольний етап. Під час нього здійснювалося порівняння рівнів дезадаптованості на початку експерименту та після впровадження розробленої нами програми.

Контрольний етап включав проведення повторних діагностичних зрізів, аналіз та узагальнення отриманих результатів із використанням методів математичної статистики. Після завершення формувального етапу були проведені контрольні-діагностичні зрізи, що дозволило кількісно визначити якісні зміни у рівнях дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців.

**Повторні результати діагностичної роботи  
з виявлення рівнів дезадаптованості**

<b>Критерій</b>	<b>Показники</b>	<b>Відсотковий розподіл на початку експерименту (%)</b>	<b>Відсотковий розподіл повторної діагностики (%)</b>
<b>Тривога</b>	Високий рівень	11,11	5,55
<b>Астенія</b>	Схильність до слабкості	5,55	0,00
<b>Невротична депресія</b>	Висока схильність	27,77	16,66
<b>Обсесивно-фобічні порушення</b>	Схильність до фобій	22,22	11,11
<b>Істеричний тип реагування</b>	Сильні емоційні реакції	16,66	5,55
<b>Вегетативні порушення</b>	Проблеми з нервовою системою	16,66	5,55

Як видно з рисунку 3.4. після реалізації програми соціально-психологічної реабілітації демобілізації військовослужбовців спостерігається зниження рівня тривожності та інших психоемоційних розладів. Завдяки регулярним заходам засобами музейної терапії кількість військовослужбовців, які відчували тривогу, зменшилася до 5,55 %. Стан стабілізувався, зникло відчуття постійного внутрішнього неспокою та настороженості, що ускладнювало адаптацію та соціальні контакти.

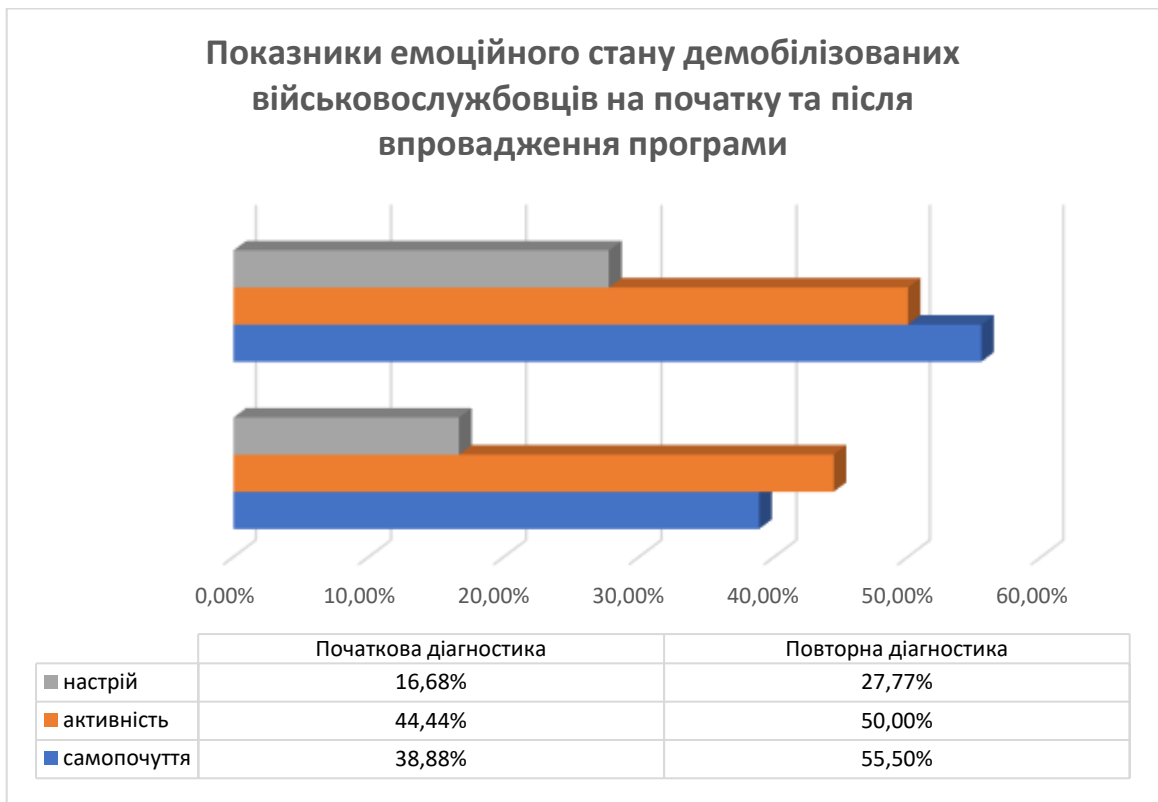
Завдяки регулярній підтримці та комплексному підходу прояви астенії, особливо фізичної та розумової втоми, що заважає виконувати повсякденні завдання не виявлено в жодного респондента.

Невротична депресія, яка раніше спостерігалася у 27,77% військовослужбовців, тепер відзначається лише у 16,66%, тобто емоційне виснаження знизилось, а загальний настрій, сон, апетит і самопочуття покращились.

Щодо проявів obsесивно-компульсивного розладу також відбулись суттєві зміни у показниках з 22,22% до 11,11%. Можна стверджувати, що підтримка допомогла зменшити нав'язливі думки та страхи, які ускладнювали соціальну взаємодію. Істеричний тип реакцій, що супроводжується демонстративністю та емоційною нестійкістю, зменшився з 16,66% до 5,55% завдяки впровадженню стабілізаційних прийомів для покращення регуляції емоційного стану.

Вегетативні розлади, які свідчать про дисфункцію вегетативної нервової системи і проявились у вигляді головного болю, прискореного серцебиття, зменшилися з 16,66% до 5,55% завдяки впровадженим заходам засобами музейної арт-терапії.

Результати діагностики свідчать про ефективність програми, яка сприяла зменшенню негативних проявів та покращенню самопочуття, активності та настрою демобілізованих воїнів. Показники емоційної сфери у відсотковому співвідношенні становлять: самопочуття – 50,00%, активність збільшилась до 55,55% та настрої – 27,77% (рис. 2.1.).



**Рис 3.1. Показники емоційного стану демобілізованих військовослужбовців на початку та після впровадження програми**

В результаті реалізації програми соціально-психологічної реабілітації вдалося значно знизити рівні основних симптомів ПТСР у демобілізованих військовослужбовців.

**Рівні ПТСР на початку та після впровадження програми**

<b>Критерій</b>	<b>Показники</b>	<b>Відсоткові показники на початку експерименту (%)</b>	<b>Відсоткові показники після впровадження програми (%)</b>
<b>Вторгнення</b>	Наявність травматичних спогадів	27,77	11,11
<b>Втеча</b>	Уникання соціальних контактів	33,33	16,66
<b>Збудливість</b>	Підвищена емоційна напруга	38,88	22,22
<b>Почуття провини</b>	Відчуття відповідальності за події	11,11	5,55
<b>Суїцидальні схильності</b>	Наявність думок про самогубство	5,55	0,00

Зокрема, рівень симптому вторгнення, що проявляється у вигляді нав'язливих спогадів про бої, знизився з 27,77% до 11,11%. Що дозволяє стверджувати наявність покращення контролю над травматичними спогадами та зменшення їх впливу на повсякденне життя. Симптом втечі, який проявляється у вигляді уникнення соціальних контактів і ситуацій, що нагадують війну, також значно знизився до 16,66 %.

Симптом збудливості, який включає підвищену емоційну напругу, нервозність та агресивність, зменшився на 22,22 %, що свідчить про значне зниження тривожності та емоційної напруги у мобілізованих військовослужбовців. Почуття провини, яке часто відчують ветерани у зв'язку з подіями воєнного часу, зменшилося з 11,11% до 5,55 %, що свідчить про покращення психічного стану та зменшення самозвинувачення.

Рівень суїцидальних схильностей при повторній діагностиці не було виявлено, що свідчить про позитивний вплив програми на психічне здоров'я та стабільність мобілізованих військовослужбовців

Отже, реалізована реабілітаційна програма значно покращила стан демобілізованих воїнів, зменшила прояви посттравматичного стресового розладу та сприяла їх соціальній інтеграції та адаптації до мирного життя.

Після проведеної соціально-психологічної реабілітаційної роботи, яка була запланована програмою соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії значно покращилися результати з проявів дезадаптованості ветеранів війни. Вдалося знизити рівні показників дезадаптованості до середнього та низького рівнів, проте в значній кількості опитаних військових залишились залишки дезадаптованості. В результаті їм рекомендовано пройти повторний курс реабілітації засобами музейної арт-терапії.

Отож, розроблена нами програма соціально-психологічної реабілітації засобами музейної арт-терапії допомогла учасникам значно зменшити симптоми тривоги, емоційного стресу, почуття провини та соціальної ізоляції. Спільна групова робота, творче самовираження через створення символічних артефактів, а також інтеграція в культурні простори музеїв сприяли подоланню травматичних переживань та формуванню почуття причетності до мирної спільноти.

Участь у музейних заходах не лише сприяла емоційному вивільненню, але й давала демобілізованим військовослужбовцям можливість досліджувати та переосмислювати свій досвід через історичний та культурний контексти. Відповідно це зменшило рівень дезадаптації, особливо соціального уникнення та відсторонення, які часто перешкоджають ефективному поверненню до повсякденного життя.

### Висновки до 3 розділу

Програма музейної арт-терапії допомогла учасникам значно зменшити симптоми тривоги, емоційного стресу, почуття провини та соціальної ізоляції. Спільна групова робота, творче самовираження через створення символічних артефактів, а також інтеграція в культурні простори музеїв сприяли подоланню травматичних переживань та формуванню почуття причетності до мирної спільноти.

. Вдалося знизити рівні показників дезадаптованості до середнього та низького рівнів, проте в значній кількості опитаних військових залишилися залишки дезадаптованості. В результаті їм рекомендовано пройти повторний курс реабілітації засобами музейної арт-терапії.

Участь у музейних заходах не лише сприяла емоційному вивільненню, але й давала учасника можливість досліджувати та переосмислювати свій досвід через історичний та культурний контексти, що відповідно знизило рівень дезадаптації.

## ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження дає підстави сформулювати наступні висновки.

1. Теоретичний аналіз проблеми свідчить, що соціально-психологічна реабілітація військових – це процес підтримки військовослужбовців, які повертаються зі служби або ветерани, для полегшення їхнього переходу до цивільного життя та відновлення психологічного благополуччя.

Вона може включати: психологічну підтримку (надання психологічної допомоги та консультивання для військових щодо стресу, посттравматичного стресового розладу, а також вирішення проблем із адаптацією до змін у повсякденному житті); соціальна підтримку (надання допомоги у вирішенні соціальних питань, зокрема знайомство з ринком праці, отримання освіти, підтримка в сімейному житті тощо); тренінги та програми для підвищення навичок, що можуть допомогти у вирішенні психосоціальних (тренінги з лідерства, комунікаційні курси, програми професійної перекваліфікації тощо); реінтеграція до цивільного життя (сприяння військовим у поверненні до нормального життя, забезпечення підтримки та ресурсів для успішної адаптації у цивільному середовищі).

Соціально-психологічна реабілітація військових є важливим етапом у допомозі військовим адаптуватися до змін після періоду служби та допомагає їм повернутися до повноцінного життя у цивільному суспільстві.

З'ясовано, що музейна арт-терапія є ефективним засобом соціально-психологічної реабілітації демобілізованих воїнів, оскільки поєднує творчі процеси з музейною експозицією, сприяючи таким чином емоційному розвантаженню, покращенню психологічного стану та соціальній адаптації. За допомогою спеціально підібраних експонатів і технік арт-терапії, таких як нейромалювання, колажі та скульптури, ветерани можуть вивільнити внутрішні переживання, зменшити рівень стресу та розвинути нові навички самовираження. Участь у групових заходах, включаючи презентації та зустрічі, допомагає відновити соціальні зв'язки, що є важливим аспектом інтеграції в

цивільне життя. Такий підхід дозволяє не тільки знизити рівень емоційного виснаження, а й сприяє розвитку комунікативних навичок і почуття єдності серед учасників. Таким чином, музейна арт-терапія стає важливим інструментом у комплексній системі соціально-психологічної реабілітації, що позитивно впливає на стан ветеранів та сприяє зміцненню соціальної стабільності в суспільстві.

2. На констатувальному етапі розроблено діагностичний інструментарій для визначення рівнів дезадаптованості демобілізованих військовослужбовців представлений критеріями і показниками: тривожності, ворожості, агресивності, суїцидальних намірів. Основною метою дослідження є діагностика рівнів соціальної дезадаптації та тривожності серед ветеранів для розробки ефективних програм реабілітації, що враховують їхні індивідуальні потреби та виклики.

Нами було виокремлено діагностичні критерії для оцінки соціальної дезадаптації, які поділяються на емоційну стабільність, соціальну інтеграцію та мотивацію до саморозвитку та адаптації. Для оцінки емоційної стабільності застосовуються такі методики, як Спілбергера-Ханіна, Міні-мулт (скорочений багатофакторний опитувальник особистості), та WHOQOL-BREF (оцінка якості життя).

Демобілізовані військовослужбовці з низьким рівнем дезадаптації здатні адаптуватися до нових умов, інтегруються в соціум, мають стабільний емоційний стан і низький або помірний рівень тривожності.

Середній рівень дезадаптації характеризується труднощами в адаптації до нових умов, підвищеною тривожністю, емоційною нестабільністю і певною фрустрацією. Соціальні зв'язки можуть бути слабкими, а комунікативні навички недостатньо розвиненими.

Високий рівень дезадаптації спостерігається у демобілізованих військовослужбовців, які відчувають сильну тривожність, емоційну напругу та часті депресивні стани. Соціальні зв'язки у них слабкі або відсутні, а емоційні реакції можуть бути неадекватними. Така група потребує комплексної

реабілітації, що включає інтенсивну психотерапію, арт-терапію та довгострокову соціальну підтримку.

Проведення комплексної діагностики рівнів соціальної дезадаптації та тривожності є важливим етапом у реабілітаційному процесі демобілізованих військовослужбовців. Використання різноманітних тестів, анкет та опитувальників дозволяє виявити не тільки зовнішні прояви дезадаптації, але й глибинні психологічні проблеми, що перешкоджають інтеграції в суспільство.

3. На формувальному етапі дослідно-експериментальної роботи розроблено та впроваджено програму музейної арт-терапії для демобілізованих військовослужбовців. Висновки щодо соціально-психологічної реабілітації демобілізованих воїнів засобами музейної арт-терапії свідчать про значне зниження рівня дезадаптації демобілізованих військовослужбовців та успішний супровід їх повернення до цивільного життя. Програма музейної арт-терапії допомогла учасникам значно зменшити симптоми тривоги, емоційного стресу, почуття провини та соціальної ізоляції. Спільна групова робота, творче самовираження через створення символічних артефактів, а також інтеграція в культурні простори музеїв сприяли подоланню травматичних переживань та формуванню почуття причетності до мирної спільноти.

Результати контрольної-аналітичного етапу дослідно-експериментальної роботи засвідчили ефективність музейної арт-терапії програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців, оскільки зафіксовано позитивну динаміку в зниженні проявів стресу, проявів дезадаптованості, ПТСР.

Участь у музейних заходах не лише сприяла емоційному вивільненню, але й давала учасникам можливість досліджувати та переосмислювати свій досвід через історичний та культурний контексти, що відповідно знизило рівень дезадаптації.

Подальшого дослідження потребують практичні розроблення з реалізації програми соціально-психологічної реабілітації демобілізованих військовослужбовців засобами музейної арт-терапії із застосуванням інших

методик та арт-терапії.