

Модель реінтеграції ветеранів війни в професійну діяльність: соціально-психологічний підхід

Вікторія Бузова

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: BuzovaVV@krok.edu.ua*

Ірина Сингаївська

*кандидат психологічних наук, професор, директор ННІ психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: irinas@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-6802-0081*

Проблема реінтеграції ветеранів війни у професійне середовище є одним із ключових викликів сучасної України, що переживає наслідки повномасштабного військового конфлікту. Військовий досвід, з одного боку, формує у ветеранів такі якості, як дисциплінованість, відповідальність, стресостійкість, лідерський потенціал, але з іншого – призводить до виникнення психологічних, фізичних і соціальних бар'єрів, які ускладнюють їхнє повернення до цивільного професійного життя [1].

З огляду на це, надзвичайно актуальним є створення цілісної системи соціально-психологічної підтримки ветеранів, що поєднує психотерапевтичні, соціальні та освітньо-професійні механізми. На основі теоретичного узагальнення та результатів емпіричного дослідження нами було розроблено Модель реінтеграції ветеранів війни в професійну діяльність, яка відображає п'ять послідовних взаємопов'язаних етапів – від психологічної стабілізації до повної професійної інтеграції.

Етап 1. Психологічна діагностика та стабілізація. Мета – виявлення потреб ветерана, подолання наслідків травматичного досвіду, зниження рівня тривожності та депресії, відновлення психологічної рівноваги. Інструменти: когнітивно-поведінкова терапія, EMDR, арттерапія, тілесно-орієнтовані практики, майндфулнес, психіатрична підтримка, а також психодіагностика за шкалами HADS і ОС ПТСР. Очікуваний результат – відновлення емоційної стійкості та базової готовності до соціальної взаємодії [2].

Етап 2. Соціально-психологічна підтримка. Мета – зниження соціальної ізоляції, формування позитивної самооцінки, розвиток мотивації до праці. Інструменти: групи взаємопідтримки, сімейне консультування, соціально-психологічні тренінги, психоедукація. Особлива увага приділяється мотиваційній діагностиці за шкалою R-MAWS, що дає змогу виявити рівень внутрішньої й зовнішньої трудової мотивації та готовність ветерана до активної діяльності. Результат – зростання соціальної включеності, розвиток усвідомленої мотивації до професійного самовираження.

Етап 3. Професійна діагностика і профорієнтація. Мета – формування або оновлення професійної ідентичності ветерана. Інструменти: Опитувальник професійної життєстійкості за О. Кокун [3], кар'єрне консультування, складання

персонального кар'єрного маршруту, аналіз ринку праці. Результат – визначення реалістичної професійної мети, підвищення впевненості у власних силах і конкурентоспроможності.

Етап 4. Освітня та кваліфікаційна підтримка. Мета – розвиток актуальних компетенцій, перекваліфікація або здобуття нової освіти. Форми роботи: навчальні курси, онлайн-програми (Prometheus, Coursera, EdEra), тренінги з цілепокладання та самопрезентації. Партнери – державні служби зайнятості, ветеранські центри, бізнес-інкубатори. Результат – здобуття сертифікованих навичок, підвищення впевненості у власній професійній спроможності.

Етап 5. Працевлаштування та адаптація на робочому місці. Мета – забезпечення сталого працевлаштування та підтримки ветерана на робочому місці. Інструменти: допомога у пошуку роботи, стажування, менторство, створення гнучких форм зайнятості, робота з роботодавцями, психологічний супровід у процесі адаптації. Результат – формування відчуття соціальної значущості, стабільного працевлаштування та зниження ризику професійного вигорання.

Очікувані результати впровадження Моделі: зниження рівня ПТСР, тривожності, депресії та соціальної ізоляції серед ветеранів; зростання рівня професійної адаптованості, впевненості у власних силах і трудової мотивації; підвищення зайнятості ветеранів на цивільному ринку праці; розвиток міжвідомчої співпраці між державними, громадськими та приватними структурами; посилення соціальної згуртованості суспільства та зміцнення людського капіталу України.

Таким чином значущість Моделі полягає у створенні стабільного механізму підтримки, що діє на трьох взаємопов'язаних рівнях: психологічному – через стабілізацію емоційного стану, подолання наслідків травматичного досвіду та розвиток стресостійкості; соціальному – через відновлення міжособистісних зв'язків, формування підтримуючого середовища та зменшення стигматизації; професійному – завдяки розвитку компетенцій, перекваліфікації та ефективному працевлаштуванню. Отже, розроблена Модель реінтеграції ветеранів війни в професійну діяльність є системним і науково обґрунтованим підходом, що забезпечує не лише відновлення працездатності ветеранів, а й сприяє формуванню активної громадянської позиції, соціальній згуртованості та зміцненню людського потенціалу нашої держави.

Список використаних джерел

1. Сингаївська І., Сокур І. Психологічна реабілітація воїнів після повернення у цивільне життя. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2025. № 3 (79). С. 421–428. URI: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-79-421-428>
2. Бузова В., Сингаївська І. Психологічна допомога ветеранам війни під час реінтеграції в професійну діяльність. *Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів: матеріали VIII Всеукраїнських психологічних читань (27 березня 2025 р., м. Умань)*. Умань: Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 2025. С. 9–13.
3. Кокун О. *Опитувальник професійної життєстійкості (українська версія)*. Проблеми екстремальної та кризової психології. Харків. НУЦЗУ, 2021. Вип. 1(1). С. 90-104 URI: <http://repositc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/20322>