



Асп. В.О. Балтян¹, асп. Л.В. Співак^{1,2}

¹ Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих
ім. Івана Зязюна Національної академії педагогічних наук
України

² Український гуманітарний інститут

Методи та засоби фізичної реабілітації для постраждалих від російсько- української війни

Російсько-українська війна триває вже понад рік. Увесь цей час Україна виборює свою незалежність на полі бою. Ціна цієї боротьби — це насамперед життя і здоров'я цивільних та військових. Кожного дня люди в Україні зазнають травм, отже слід звернути увагу на підтримку для людей що постраждали від війни, а саме на психологічну, медичну та фізичну реабілітацію. Военні дії справляють різноманітний вплив на психіку, особистості та поведінку військовослужбовця. Для окремих її учасників війна є своєрідним «моментом істини», «головною подією життя», розумінням сенсу свого призначення на Землі. Проте війна більше «спеціалізується» у тому, щоб ламати, а не творити. На жаль, людська природа дуже вразлива перед потужними стрес-факторами війни (небезпека, загибель близьких, поранення, інвалідність, жорстоке насильство, знищення противника, несподіванка зміни подій, найвища відповідальність, біль та ін.). З огляду на комплексність факторів негативного впливу, очевидним є те, що всі постраждалі потребують реабілітації. У цьому контексті не аби як актуалізується дослідження проблематики методів та засобів фізичної реабілітації.

Огляд актуальних досліджень. Нині в українському суспільстві формуються погляди про відбудову якісної та ефективної системи надання фізично-реабілітаційної підтримки. Наукові дослідження в цій сфері зумовлені триваючою російсько-українською війною. Ефективність такого роду допомоги значно посилюється із застосуванням традиційних та інноваційних технологій надання фізичної реабілітації. Наприклад, фізкультурно-спортивна реабілітація забезпечує розвиток функціональних можливостей, фізичних якостей і психологічного потенціалу людини. Якщо фізична реабілітація актуальна на етапі лікування і відновлення функцій організму,

то фізкультурно-спортивна реабілітація націлена на підтримку кондицій людини протягом всього життя. За словами Н. Москаленка, «фізкультура і спорт є ефективним джерелом розширення життєздатності і інтеграції людей з обмеженими можливостями здоров'я в суспільство» [13]. Також варто згадати науковий доробок А. Бабаніна, котрий акцентує увагу на сутність даного поняття, вчення про ушкодження від різних видів зовнішнього оточення та подальшу дію на організм кожної людини [6]. Особлива увага питанням інноваційних засобів фізичної терапії та фізкультурно-спортивної реабілітації військових приділяється у дослідженнях О. Курбасова [11]. Особливості засобів фізичної терапії досліджував А. Білоус [7]. В контексті висвітлення проблематики впровадження інноваційних технологій в фізичній реабілітації військовослужбовців із наслідками бойових дій здійснювали варто відзначити праці О. Юденка, Н. Крушинської та О. Омельчука [15]. Загалом у наведених дослідженнях основна увага акцентується на різних аспектах фізичної реабілітації. Проте, з огляду на інтенсивність розробки та розвитку методик для вирішення заявленої проблематики, саме методи та засоби фізичної реабілітації для постраждалих від російсько-української війни потребують нових комплексних досліджень. Саме тому, метою дослідження є визначення особливостей адаптивної фізичної культури з використанням фізично-спортивної реабілітації для осіб, що зазнали травм внаслідок війни.

Виклад основного матеріалу. У сучасній науковій літературі є чимало досліджень щодо ролі адаптивної фізичної культури для осіб з обмеженими можливостями, але проведення їх до реабілітації військовослужбовців з інвалідністю є поодинокими. Реабілітація — це суспільно необхідне функціо-

нальне та соціально-трудове відновлення хворих та інвалідів, що здійснюється комплексним проведенням медичних, психологічних, педагогічних, професійних, юридичних, державних, громадських та інших заходів, допомогою яких можна повернути постраждалих до звичайного життя та роботи, згідно з їх станом. Термін «реабілітація» використовується з давніх-давен часу в юридичній практиці стосовно осіб, відновлених у правах. У медицині реабілітація (лат. *rehabilitatio* — відновлення) використовується як комплекс медичних, педагогічних, професійних заходів, спрямованих на відновлення або компенсацію порушених функцій організму, працездатності хворих [4]. Медична реабілітація спрямована на відновлення здоров'я. Всі лікувальні заходи необхідно починати відразу при встановленні діагнозу і проводити комплексно з використанням усіх засобів, які сприяють підвищенню функціональних можливостей організму — відновне, хірургічне, медикаментозне та санаторно-курортне лікування з використанням фізичної реабілітації на всіх етапах лікування, включаючи і амбулаторне, при активну участь хворого [6]. Тому, медична реабілітація є фундаментом реабілітаційного процесу. Від її ефективності залежить можливість використання інших видів реабілітації, їх спрямованості, тривалості [15]. Медична реабілітація спрямована на повне або часте відновлення здоров'я людини та, зокрема, на компенсацію втраченої функції, запобігання інвалідності, підготовку одужуючих та інвалідів до побутових та трудових навантажень.

Складовою медичної реабілітації є фізична реабілітація, яка мобілізує функціональні резерви організму, сприяє їх збільшенню і, як наслідок, підвищує фізичний, психологічний потенціал хворого. Паралельно проведена психологічна реабілітація полегшує всі види реабілітації, психологічно підготувавши хворого на всіх етапах його лікування до необхідності подолання їм складнощів фізичного та психічного впливів, спрямованих на повернення людини до активного життя та трудової діяльності та обумовлюючи при цьому його соціальну реабілітацію [13]. Однак аналіз даних літератури свідчить про те, що при вдосконаленні сучасних методів фізичної реабілітації, на жаль, приділяється при цьому недостатньо уваги індивідуальному підходу, обліку статі та віку.

Адаптивна фізична культура — вид культури фізичної, метою якої є реабілітація, адаптація, соціальна та педагогічна інтеграція до суспільства осіб з відхиленнями у стані здоров'я. Дослідження у цьому напрямі охоплюють знання з фізичної культури, медицини, медико-біологічних та соціально-психологічних наукових і навчальних дисциплін. Застосування засобів фізичної активності з профілактичною чи лікувальною метою відомо з давніх часів. Стародавня Греція, Давньоримська держава — їх культура посідає особливе місце в історії людства і, зокрема, у розвитку медицини античного світу [4]. У Київському інституті вдосконалення лікарів відкривається кафедра фізичної реабілітації та мануальної терапії,

а в областях України — реабілітаційні центри та відділення. У 1994 р. в Українському державному університеті фізичного виховання та спорту, а також інститути фізкультури України кафедри лікувальної фізичної культури та лікарського контролю реорганізовані в кафедри фізичної реабілітації з метою вдосконалення системи підготовки студентів з фізичного виховання та спорту відповідно до міжнародних стандартів освіти та класифікатора спеціальностей, сучасної необхідності суспільства у фахівцях з фізичної реабілітації [15]. Медична реабілітація включає комплексну систему лікувальних, педагогічних, соціальних, психологічних та фізичної активності з метою забезпечення у мінімально можливі терміни відновлення здоров'я, загальної та спеціальної працездатності людини.

Фізична реабілітація займає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних методів. Вона заснована на широкому використанні кінезітерапії-лікування рухами за допомогою засобів фізичної культури та спрямована на лікування травм та захворювань, профілактику можливих ускладнень, відновлення психологічного статусу хворого, побутової та трудової діяльності [2].

Лікувальна фізична культура — один з основних та найпоширеніших засобів фізичної реабілітації, що проводиться в комплексі з лікувальним масажем, фізіотерапією, механо- і трудотерапією [10; 16]. Оптимальний ефект від занять фізичними вправами досягається за умови, якщо їх на спрямованість, інтенсивність та обсяг фізичних навантажень, тривалість занять підбираються індивідуально з урахуванням функціонального стану хворого [12]. Фізичні вправи є природною фізіологічним подразником для ураженої функціональної системи, що дозволяє швидше і з великим функціональним ефектом мобілізувати адаптаційні ресурси організму та підвищити в ній компенсаторний ефект.

Сучасні українські науковці розрізняють такі основні види адаптивної фізичної культури, рівень яких і вид призначається медиками та психологами до травм, які вони одержали під час війни.

1) Адаптивне фізичне виховання (АФВ) — це наука, що вивчає різні аспекти фізичного виховання людей, які втратили на тривалий час або назавжди будь-які функціональні можливості, в тому числі рухові.

2) Адаптивна фізична реабілітація є складовою частиною загальної моделі реабілітація. Основною метою фізичного виховання є розвиток рухових функцій (навиків), а метою адаптивної фізичної реабілітації є корекція їх порушень з подальшим розвитком до норми. В основі лежить тренувальний процес.

3) Адаптивний спорт (спорт вищих досягнень і рекреаційно-оздоровчий спорт). Під адаптивним спортом розуміють вид адаптивної фізичної культури, що задовольняє потреби особистості інваліда у самоактуалізації (самоствердженні), реалізації й зіставленні власних здібностей зі здібностями інших людей, у комунікативній діяльності й соціалізації.

4) Адаптивно-рухова реакція спрямована в першу чергу відновлення фізичних і духовних сил особи та оптимізацію його стану. Можу здійснюватися як поза приміщенням (напр., природні умови) та всередині приміщення спеціально обладнаного) [8].

На сьогоднішній день спеціально організована робота в масштабах країни соціально-психологічної реабілітації учасників бойових дій не відповідає сучасним вимогам. Вона, як і раніше, ведеться методом «проб і помилок», без опори на наукову базу. Тому наше дослідження спрямоване на часткове поповнення зазначеної проблеми. Результати дослідження можуть бути використані як для проведення соціально-психологічної роботи з ветеранами бойових дій, і при розробці самих соціально-психологічних програм реабілітації. Вибір конкретних методик і технік повинен визначатися глибиною та змістом стресових порушень у ветеранів бойових дій, динамікою їх розвитку, а також професійним досвідом та рівнем кваліфікації спеціаліста. Якщо застосовувана методика не досягає бажаного результату, треба використовувати іншу методику, інші технічні прийоми [8].

У роботі з ветеранами бойових дій можуть бути використані такі психокорекційні методи посттравматичних станів [3].

1. Метод раціональної психокорекції. У її основі лежить логічне, доступне розумінню людини трактування характеру та причин виникнення травматичного стресу. Основними методами тут є роз'яснення, логічна аргументація, навіювання, емоційний вплив авторитетом. Ціль психокорекційної роботи полягає в роз'ясненні людині характеру, причин, механізмів постстресових станів з тим, щоб переконати його, що такі стани є нормальною, природною реакцією людини на ненормальні обставини.

2. Дебрифінг стресу критичних ситуацій (так званий психологічний дебрифінг) за словами В. Конторович націлений на екстремальну роботу з посттравматичними стресовими розладами [2]. Дебрифінг проводиться з групами, які найбільше складаються з п'ятнадцяти військовослужбовців, які спільно пережили психотравмувальну подію. Дебрифінг проводиться протягом найближчих сорока восьмої години після його закінчення з метою корекції психічного стану та попередження розвитку синдрому постратравматичного стресу. Основними завданнями дебрифінгу є:

- надання можливості кожному учаснику висловити свої переживання та реакції та оцінити їх характер у групі;
- організація психологічної підтримки кожного учасника групою;
- мобілізація особистісних ресурсів, спрямованих на подолання стресу, створення умов для самовираження та набуття впевненості в собі.

У цьому контексті А. Караяні наголошує, що дебрифінг допомагає краще зрозуміти природу травматичного стресу, його симптоми, опанувати способи ефективного їх подолання, попередити можливість виникнення відстрочених негативних наслідків пережитого стресу [2].

3. Методи психічної саморегуляції. Особливо потрібні на ранніх етапах розвитку травматичного стресу такі методи саморегуляції, як нервово-м'язова релаксація, гіпноуггестивна терапія з елементами саморегуляції, аутогенне тренування. Методи саморегуляції ефективні, коли спостерігаються симптоми порушення балансу вегетативної нервової системи, а саме це можуть бути порушення сну, загальна м'язова скутість, тремор кінцівок, головний біль [2].

4. Методи особистісно-орієнтованої психотерапії. Її основою є положення про те, що людина сама відповідальна за зроблений вибір, і якщо вона вибирає шлях бути нещасним і жити в минулому, то це його право. За такого підходу основна мета психотерапії полягає у зміні відношення ветерана бойових дій до наявності в його житті психотравмуючої ситуації [1; 3].

Для вирішення проблем ветеранів бойових дій є оптимальними принципи гуманістичної психотерапії, зокнайменше клієнто-орієнтований підхід К. Роджерса і логотерапія В. Франкла. Крім того, використовуються різні методи та техніки психодинамічної, поведінкової, когнітивної, гештальт-терапії, нейролінгвістичного програмування, терапії мистецтвом і творчим самовираженням, трансактного аналізу, психодрами та інші психотерапевтичні підходи.

У цьому контексті всі психотерапевтичні підходи орієнтовані:

- на усвідомлення та осмислення тих подій, які спричинили актуальний психічний стан;
- на відреагування переживань, пов'язаних із спогадами про психотравмуючі події бойової діяльності;
- на прийняття того, що сталося як невід'ємної частини життєвого досвіду;
- на актуалізацію власної поведінки, необхідної для подолання негативних наслідків бойового стресу та адаптації до змінених внутрішніх і зовнішніх умов життєдіяльності [4].

Після початкових етапів індивідуальної психотерапії рекомендується розпочати проведення групових форм психотерапії.

Їх психотерапевтичними цілями є:

- емоційна стимуляція, соціальна активація та налагодження комунікацій;
- вироблення адекватних стереотипів поведінки, тренування спілкування і підвищення соціальної впевненості в собі;
- досягнення правильного уявлення про хворобу та порушення поведінки, корекція установок та відносин, оптимізація спілкування;
- розкриття змістовної сторони психологічного конфлікту, перебудова системи відносин та вироблення адекватних форм психологічної компенсації.

Отже, методики саморегуляції станів спрямовані на формування адекватних внутрішніх засобів, що дозволяють ветеранам та інвалідам бойових дій здійснити спеціально-спрямовану діяльність зі зміни свого стану та подолання наслідків посттравматичного стресу. За своїм змістом та спрямованістю ці методи є формами активного самовпливу. Таким чином, наразі сучасна медицина та психологічна

наука можуть запропонувати великий вибір технік і методик психотерапевтичної та психологічної допомоги ветеранам бойових дій. До них можна віднести методи корекції посттравматичних станів: метод раціональної психокорекції, психологічний дебрифінг, методи психічної саморегуляції, методи особистісно-орієнтованої психокорекції. Групова психотерапія також може розглядатися в рамках соціально-психологічної реабілітації, як один з основних методів надання психологічної допомоги особам, які перенесли психотравматичний стрес на війні.

Висновки. Узагальнюючи представлені дані, слід звернути увагу, що протягом багатьох десятиліть фізична реабілітація, яка є важливим складовим компонентом медичної реабілітації, що характеризується вдосконаленням своїх засобів та методів. Нині фізична реабілітація представлена комплексом засобів — лікувальною фізичною культурою, фізіотерапією, лікувальним масажем, механотерапією, трудотерапією. Лікувальна фізична культура включає комплекси фізичних вправ за рахунок включення системи опорно-рухового апарату — «умовно головної» системи при руховій активності. При цьому для створення оптимальних умов для працюючих м'язів

механізми біологічної регуляції — рефлекторний і гуморальний — залучають системи кровообігу, дихання, крові і, забезпечуючи координацію та інтеграцію функцій всіх систем організму, удосконалюють адаптаційні процеси організму для виконання запропонованої фізичної діяльності.

Отже, виконання фізичних вправ залучає, тренує та вдосконалює не тільки систему опорно-рухового апарату, але й усі вегетативні системи, а також механізми нейрогуморальної регуляції. При цьому збільшуються функціональні можливості організму працездатність, що важливо для будь-якої людини, особливо при захворюваннях. Важливим аспектом у сучасній фізичній реабілітації є індивідуальний підхід до хворого, принцип поступового збільшення фізичної навантаження, систематичність її проведення. Звертає на себе увагу той факт, що в даний час все частіше лікарі та реабілітологи враховують у комплексній медичній реабілітації статеву приналежність хворого, його вік, що має величезне значення у досягненні позитивного ефекту лікування. Важливим є і психологічний фактор, мотивація хворого до запропонованого лікування.

Список використаної літератури

1. Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремі [Електронний ресурс] : Наказ М-ва оборони України від 09.12.2015 р. № 702 : станом на 14 лют. 2020 р. — Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16#Text> (дата звернення: 05.09.2023). — Назва з екрана.
2. Питання розвитку національної системи фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни [Електронний ресурс] : Указ Президента України від 23.08.2020 р. № 342/2020. — Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/342/2020#Text> (дата звернення: 05.09.2023). — Назва з екрана.
3. Про затвердження Державного соціального стандарту фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих (померлих) ветеранів війни [Електронний ресурс] : Постанова Каб. Міністрів України від 17.11.2021 р. № 1188. — Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-п#Text> (дата звернення: 05.09.2023). — Назва з екрана.
4. Деделюк Н. Теорія і методика адаптивної фізичної культури: навч.-метод. посібник для студентів / Н. Деделюк. — Луцьк : Вежа-Друк, 2014. — 68 с.
5. Адаптивний спорт [Електронний ресурс] // Велика українська енциклопедія. — 2021. — Режим доступу: https://vue.gov.ua/Адаптивний_спорт (дата звернення: 16.08.2023). — Назва з екрана.
6. Судова медицина: підручник / А. Бабанін [та ін.]. — Сімферополь : Ната, 2012. — 580 с.
7. Білоус А. Засоби фізичної терапії ветеранів АТО, які займаються легкою атлетикою в фізкультурно-оздоровчих секціях / А. Білоус // Теоретико-методичні аспекти фізичної культури і спорту : матеріали науково-практ. конф. з міжнар. участю. — НУФВСУ, 2020. — С. 44–54.
8. Гудима А. Захист вітчизни. Основи медичних знань / А. Гудима. — Тернопіль : Астон, 2018. — 192 с.
9. Деделюк Н. Теорія і методика адаптивної фізичної культури: навч.-метод. посібник для студентів / Н. Деделюк. — Луцьк : Вежа-Друк, 2014. — 68 с.
10. Когут І. Базові положення соціально-гуманістичної спрямованості адаптивної фізичної культури / І. Когут // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. — 2013. — № 3. — С. 58–63.
11. Курбасов О. Інноваційні засоби фізичної терапії та фізкультурно-спортивної реабілітації військових із дисфункціями в колінному суглобі внаслідок бойової травми / О. Курбасов, О. Юденко, Н. Крушинська // Modern science: problems and innovations : Abstracts of IX International Scientific and Practical Conference, Stockholm. Sweden, 15–17 листоп. 2020 р. — Stockholm. Sweden, 2020. — С. 166–173.
12. Матвеев С. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / С. Матвеев. — Київ : Асконіт, 2011. — 250 с.

13. Москаленко Н. Загальні основи адаптивного фізичного виховання : навч. посіб. / Н. Москаленко. — Дніпропетровськ : [б. в.], 2014. — 137 с.
14. Основи адаптивного фізичного виховання [Електронний ресурс] // Ужгородський національний університет. — 2021. — Режим доступу: <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/24541> (дата звернення: 14.07.2023). — Назва з екрана.
15. Юденко О. Впровадження інноваційних фітнес-технологій в програми фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців із наслідками бойової травми / О. Юденко, Н. Крушицька, О. Омельчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Сер. 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). — 2021. — № 3К (131). — С. 445–451.
16. Яшна О. Адаптивна фізична культура в процесі відновлення й навчання дітей в умовах центрів соціальної реабілітації [Електронний ресурс] / О. Яшна // Pedagogy of Physical Culture and Sports. — 2008. — Режим доступу: <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2008-10/08yopcsr.pdf> (дата звернення: 10.08.2023). — Назва з екрана.

Методи та засоби фізичної реабілітації для постраждалих від російсько-української війни

Асп. В.О. Балтян¹, асп. Л.В. Співак^{1,2}

¹ Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих ім. Івана Зязюна Національної академії педагогічних наук України

² Український гуманітарний інститут

Проблематика визначення особливостей адаптивної фізичної культури з використанням фізично-спортивної реабілітації для осіб, що зазнали травм внаслідок війни актуалізується в контексті діючої російсько-української війни. В ході дослідження встановлено, що складовою медичної реабілітації є фізична реабілітація, яка мобілізує функціональні резерви організму. Виявлено окреме значення у цьому процесі адаптивної фізичної культури. Визначено, що медична реабілітація включає комплексну систему лікувальних, педагогічних, соціальних, психологічних та фізичної активності. Акцентовано увагу на ролі та значенні фізичної реабілітації. Вона займає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних методів. Вдослідженні лікувальна фізична культура розглядається як один з основних та найпоширеніших засобів фізичної реабілітації. Сучасні українські науковці розрізняють різні види адаптивної фізичної культури. В статті подано характеристику адаптивному фізичному вихованню, адаптивній фізичній реабілітації та адаптивному спорту. Встановлено, що для ефективної фізичної реабілітації може бути використано низка психокорекційних методів регулювання посттравматичних станів. Зокрема мова йде про метод раціональної психокорекції та дебрифінг стресу критичних ситуацій. Визначено основні завдання дебрифінгу. Конкретизовано методи психічної саморегуляції і методи особистісно-орієнтованої психотерапії. В контексті огляду актуальних публікацій за темою дослідження з'ясовано, що все більш актуальною є тематика надання психологічної та корекційної допомоги колишнім учасникам бойових дій для їх адаптації та реабілітації у повсякденному житті. Згідно з результатами дослідження узагальнено, що реабілітація може мати тимчасовий, але значний успіх, що призводить до різкого покращення якості життя. Виявлені особливості особистості людей що бачили та брали участь у бойових діях та дезадаптивні прояви їхньої поведінки та їх причини слід враховувати при організації реабілітаційних заходів із нею.

Ключові слова: реабілітація, російсько-українська війна, постраждалі внаслідок війни в Україні, фізична реабілітація, лікувальна фізкультура, медико-психологічна реабілітація.

Methods and means of physical rehabilitation for victims of the Russian-Ukrainian War

V.O. Baltyan¹, L.V. Spivak^{1,2}

¹ Ivan Ziaziun Institute of Pedagogical and Adult Education of National Academy of Educational Sciences of Ukraine

² Ukrainian Institute of Arts and Sciences, Bucha, Ukraine

The issue of determining the characteristics of adaptive physical culture using physical and sports rehabilitation for persons injured as a result of war is updated in the context of the current Russian-Ukrainian war. The study established that a component of medical rehabilitation is physical rehabilitation, which mobilizes the functional reserves of the body. The special importance of adaptive physical culture in this process has been revealed. It has been determined that medical rehabilitation includes a complex system of therapeutic, pedagogical, social, psychological and physical activities. Attention is focused on the role and physical rehabilitation. It occupies one of the main places in the complex of rehabilitation methods. The study considers therapeutic physical culture as one of the main and widespread means of physical rehabilitation. Modern Ukrainian scientists distinguish between different types of adaptive physical culture. The article provides characteristics of adaptive physical education, adaptive physical rehabilitation and adaptive sports. It has been established that for effective physical rehabilitation a number of psychocorrectional methods for regulating post-traumatic conditions can be used. In particular, we are talking about the method of rational psychocorrection and debriefing of the stress of critical situations. The main tasks of debriefing are identified. Methods of mental self-regulation and methods of personality-oriented psychotherapy are specified. In the context of a review of current publications on the research topic, it was found that the topic of providing psychological and correctional assistance to former combatants for their adaptation and rehabilitation in everyday life is increasingly relevant. According to the study results, it is summarized that rehabilitation can have temporary but significant success, resulting in dramatic improvements in quality of life. The identified personality traits of people who saw and participated in hostilities and maladaptive manifestations of their behavior and reasons should be taken into account when organizing rehabilitation activities with her.

Key words: rehabilitation, Russian-Ukrainian war, victims of the war in Ukraine, physical rehabilitation, physical therapy, medical and psychological rehabilitation.

Контактна інформація: Балтян В. О. —
аспірант спеціальності 053 «Психологія»,
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих ім. Івана Зязюна
Національної академії педагогічних наук України
м. Київ, вул. М. Берлінського, 9, 04060, Київ, Україна
E-mail: vitaliy.baltyan@gmail.com
тел. +380958128028

Контактна інформація: Співак Л. В. —
аспірантка спеціальності 053 «Психологія»,
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих ім. Івана Зязюна
Національної академії педагогічних наук України,
викладач кафедри педагогіки та психології
Український гуманітарний інститут,
м. Буча, Київська обл. вул. Інститутська, 14, 08292, Україна
E-mail: spivaklidiia@gmail.com
тел. +380992297218

Стаття до редакції надійшла 13.09.2023 р.