

відповідальності, що має стійке значення для суспільств, які переживають періоди глибокої кризи чи трансформації.

Зрештою, перевага такого підходу полягає у можливості гнучкої інтеграції психологічних знань і гуманістичних цінностей у повсякденну практику різних спеціалістів, створюючи підґрунтя для більшої життєстійкості як окремих осіб, так і цілого соціуму.

ЛІТЕРАТУРА

1. Maruta N., Makhashvili N., Pinchuk I., et al. Implementation of the Mental Health Gap Action Programme (mhGAP) in Eastern Europe: Experience from Ukraine, Armenia, Georgia, and Kyrgyzstan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18(9). P. 4391.

2. World Health Organization: mhGAP Humanitarian Intervention Guide (mhGAP-HIG). Geneva : WHO, 2015. 160 p.

3. World Health Organization: mhGAP Intervention Guide – Version 2.0 for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings. Geneva : WHO, 2016. 222 p.

4. Xu T., He F., Chen S., Lu S., Zhou W., Long Q., Liu X. Adaptation of the WHO mhGAP Intervention Guide for depression in Shenzhen, China: a Delphi study. *International Journal of Mental Health Systems*. 2022. Vol. 16. Article 29.

ВІЙСЬКОВІ РИТУАЛИ ЯК ОДИН ІЗ ЧИНІКІВ ПЕРЕХОДУ ВІД ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ

Єрмоленко Олександр

Полтавський інститут економіки і права

ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

ermolenkoav@ukr.net

Зміна соціальної ролі з цивільної особи на військовослужбовця є кризовим етапом у житті мобілізованої людини [3]. Військова служба в умовах воєнного часу пов'язана з ризиком для життя та потребує опанування нових умінь і навичок, що суттєво відрізняються від цивільної діяльності. Символічність цієї трансформації підкреслюється ритуальними діями, притаманними арміям усього світу. Такі ритуали мають подвійну функцію: з одного боку – ініціюють новобранця в армійську спільноту, з іншого – допомагають пом'якшити особистісну кризу, пов'язану зі зміною соціального статусу.

Вони мають глибокий психологічний і символічний зміст як для окремої особистості, так і для суспільства загалом. Церемоніальність проведення, визначені дати та апеляція до підсвідомих аспектів людської природи надають цим діям особливого значення [1, 5].

На жаль, питання ролі військових ритуалів у процесі ініціації цивільної особи у військове середовище в науковому середовищі досі розглядається поверхнево та не отримує належної уваги.

Метою дослідження є розкриття ритуальної сторони військової служби для ініціації цивільної особи.

Для розв'язання поставлених завдань та досягнення мети нами використовувалися загальнонаукові методи теоретичного рівня (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення науково-теоретичних даних).

Ритуальна складова повсякденного життя залишається маловивченим аспектом соціальної дійсності, хоча саме ритуали супроводжують людину на всіх ключових етапах її життя – від народження до смерті, включаючи переходи між віковими, соціальними та професійними ролями. Їхній символізм сягає доісторичних часів, і хоча сучасна наука не завжди спроможна вичерпно реконструювати чи пояснити ці дії, їхня присутність у культурному просторі є незаперечною [2, 4].

Життя у війську також глибоко пронизане ритуалами та традиціями, історичне підґрунтя яких досліджується військовими істориками. Ми ж звернемося до психологічного аспекту цих ритуалів. Основне положення, що лежить в основі нашого аналізу, полягає в тому, що збереження військових ритуалів до сьогодні свідчить про їхню функціональну значущість. Ритуал у військовому контексті виконує кілька важливих функцій: він створює атмосферу урочистості, підкреслює колективну єдність і символізує акт служіння народові.

Ініціація цивільної особи до лав Збройних Сил України починається з урочистої Присяги на вірність народові. З точки зору цивільного, цей акт є остаточним переходом у статус військовослужбовця. З психологічної перспективи момент присяги символізує не лише зміну ролі, але й передачу відповідальності – зброї – від держави до громадянина. У цьому контексті військова присяга нагадує архаїчні ритуали переходу

від підліткового віку до дорослості, поширені у традиційних культурах. Разом з тим, вона має свою унікальну мету – сформувати поняття військової честі, яке містить систему моральних норм і правил, яких військовий має неухильно дотримуватись.

Армія є авторитарною інституцією з жорсткою ієрархією, де особистість відходить на другий план, а в центрі – підрозділ, батальйон, армія в цілому. Основною функцією Збройних Сил є захист держави, що передбачає готовність до участі у бойових діях, в яких життя та смерть взаємопов'язані. Саме тому армійське життя потребує ритуалізації – як способу впорядкування взаємодії та забезпечення дисципліни.

Ритуальні дії – від військового вітання до церемоній поховання – мають чітку форму і регламентовані у військових статутах. Вони не тільки організують повсякденне життя військових, а й формують відчуття належності до військової спільноти. Багато з них мають формалізований характер і закріплені на нормативному рівні [7, 8].

Важливим «містком» між цивільним і військовим середовищем також виступають спільні ритуали. Цивільна особа починає службу з прийняття присяги – акту ініціації [4]. Сучасні форми вшанування військових, як-от всеукраїнська хвилина мовчання чи зустріч тіл загиблих на колінах, залучають цивільне населення до спільного ритуального простору. Такі дії сприяють емоційній єдності суспільства, зміцненню колективної ідентичності та підтримці морального духу.

Втім, надмірна ритуалізація військового життя може ускладнювати адаптацію після демобілізації. Якщо ритуал входу у військову службу чітко окреслений, то ритуал повернення до цивільного життя фактично відсутній. Це створює психологічний вакуум і потребує додаткового осмислення з боку як військових психологів, так і суспільства загалом [6].

Буденна складова військового життя, пронизана ритуалами та символічними діями, досі залишається поза належною увагою психологічної науки. Первісний ритуальний і сакральний зміст цих дій, спрямованих на отримання вищого благословення, значною мірою втрачено. У сучасному контексті ритуали в армії здебільшого виконують практичну функцію:

вони регламентують взаємодію як між військовослужбовцями, так і між військовими та цивільними.

Саме поняття «служба» має глибоке коріння в релігійній та духовній традиції, і його внутрішнє, особистісне осмислення часто залишається невизначеним і варіативним. Ритуали в армії, як урочисті, так і буденні, уніфікують це розуміння, створюючи загальну систему поведінки та спільні символи для всіх учасників військового середовища.

Таким чином, ритуальні дії відіграють ключову роль в уніфікації поведінки військових, задовольняючи базову психологічну потребу в належності до спільноти та сприяючи інтеграції особистості в структуру військового колективу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Заїка В. М. Ініціювання особистісних трансформацій людини в умовах подолання нею кризових станів. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія. Педагогіка. Соціальна робота»*. Тематичний випуск № 2; [відп. ред.: Л. Ф. Бурлачук]. К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2011. С. 43–46.

2. Заїка В. М., Моргун В. Ф. Багатовимірні типології життєвих криз, трансформацій самодіяльності особистості та ритуалів давніх культур як засобів їх подолання. *Інсайд: зб. наук. робіт студентів, аспірантів та молодих учених* / ред. кол. І. С. Попович, С. Ф. Бабатіна, І. Р. Крупник, О. Є. Блинова та ін. Херсон : ВД «Гельветика», 2018. С. 182–186.

3. Заїка В. М., Моргун В. Ф. Типологія життєвих криз та ініціальних тенденцій трансформації людини на основі багатовимірної теорії особистості. *Психологія і особистість*. № 2(10). Ч. 2. 2016. С. 29–44.

4. Заїка В. М. Ритуал як чинник забезпечення ініціювання особистісних трансформацій людини. *Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи досліджень. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка»*. Тематичний випуск №1 [відп. ред.: І. П. Маноха]. К. : Гнозис, 2009. С. 29–33.

5. Заїка В. М. Теорія ініціювання особистісних трансформацій в психологічній науці. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Додаток 1 до Вип. 35, Том VI (57): Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». К. : Гнозис, 2014. С. 128–139.

6. Повернення з війни: соціально-психологічні особливості реадаптації та ресоціалізації ветеранів і ветеранок до умов цивільного життя : колективна монографія / [А. Чернов, В. Заїка, В. Лебедев та ін.]. Полтава : ПУЕТ, 2024. 249 с.

7. Про затвердження Інструкції про організацію поховання військовослужбовців, які загинули (померли) під час проходження військової служби в розвідувальному органі Міністерства оборони України. Головне управління розвідки Міністерства оборони України. Наказ 08.07.2024. № 138.

8. Статути Збройних сил України: збірник законів: чинне законодавство із змінами та допов. на 01 червня 2024 року: Офіц. тексти. Київ : Алерта, 2024. 438 с.

ПОШУК ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ У ПРАКТИЦІ ЗАСТОСУВАННЯ EMDR-ТЕРАПІЇ: АНАЛІЗ КЛІНІЧНИХ КЕЙСІВ

Жа́ра Га́нна

*Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
zhannafarm@gmail.com*

Пошук та розвиток психологічних ресурсів як системи індивідуальних можливостей людини у подоланні складних життєвих ситуацій є актуальним завданням сучасної психологічної науки і клінічної практики [1]. Особливо важливим є визначення ресурсних технік і закріплення ресурсних станів у пацієнтів, які брали безпосередню участь у бойових діях (військовослужбовців, ветеранів війни) і мають як термінові, так і віддалені наслідки бойового стресу, для повернення їх до життя з новими перспективами та цінностями, умінням долати труднощі. У науковій літературі розглядається так звана адаптивна модель переробки інформації, яка припускає, що «якщо необроблений досвід зберігається у власній нейронній мережі, нездатній природним чином зв'язатися з чимось більш адаптивним» [7, с. 70], то виникає патологія. Необхідним для подолання життєвих негараздів, побудови планів та втілення їх у життя, налагоджування й підтримування стосунків, а також для адаптації до несприятливих змін є формування психологічної резильєнтності [2, 3, 6]. Складність цього процесу обумовлена специфікою психологічних ресурсів як операційно-дієвих механізмів та можливостей подальшої продуктивної самореалізації особистості [1].

Серед методик з доказовою ефективністю [5], які дозволяють здійснювати терапевтичний вплив невротичних,