

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2026.1.6>

УДК 159.9:355.1

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДИСТРЕСУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ПРОЦЕСІ РЕЛЯЦІЙНО-ОБРАЗНО-СЦЕНАРНОЇ ТЕРАПІЇ

Павловська-Кравчук В. А., Єгонська-Спенсер Н. О.

DYNAMICS OF PSYCHOLOGICAL DISTRESS INDICATORS IN MILITARY PERSONNEL DURING RELATIONAL-IMAGE SCENARIO THERAPY

Viktoriia Pavlovska-Kravchuk, Nataliia Yehonska-Spenser

Анотація

У статті представлено результати дослідження динаміки показників психологічного дистресу, міжособистісного функціонування та соціально-рольової адаптації у військовослужбовців під впливом реляційно-образно-сценарної терапії (РОСТ). **Актуальність** дослідження зумовлена зростанням потреби у науково обґрунтованих психотерапевтичних підходах до підтримки психічного благополуччя військовослужбовців в умовах тривалого бойового стресу, психоемоційного перевантаження та порушення адаптаційних механізмів.

Метою дослідження є виявлення динаміки показників психологічного дистресу за шкалами Outcome Questionnaire-45 (OQ-45) у військовослужбовців, які проходили програму РОСТ, а також порівняння цих змін із показниками контрольної та клінічної груп. У дослідженні взяли участь 67 військовослужбовців, яких було розподілено на експериментальну ($n = 19$), контрольну ($n = 24$) та клінічну ($n = 24$) групи. Для оцінювання психологічного функціонування застосовано опитувальник OQ-45, що дає змогу визначити симптоматичний психологічний дистрес, міжособистісні проблеми, соціально-рольове функціонування та інтегральний показник дистресу. Обробку результатів здійснено з використанням описової статистики, критерію Вілкоксона для пов'язаних вибірок, критерію Краскела–Волліса для міжгрупового порівняння та величини ефекту Cohen's d . Встановлено, що у групах, де застосовувалися психотерапевтичні або лікувальні втручання, спостерігається позитивна динаміка показників психологічного функціонування. В експериментальній групі інтегральний показник дистресу знизився з 56,3 до 53,9 бала, тоді як у контрольній групі зафіксовано його зростання з 34,1 до 37,3 бала. Найвищі показники дистресу виявлено у клінічній групі, проте після лікування зафіксовано їх зниження з 73,5 до 65,1 бала. Отримані результати підтверджують доцільність використання РОСТ як перспективного психотерапевтичного підходу.

Ключові слова: військовослужбовці, психологічний дистрес, психотерапія, реляційно-образно-сценарна терапія, психологічна адаптація, OQ-45.

Abstract

The article presents the results of a study on the dynamics of psychological distress, interpersonal functioning, and social role adaptation among military personnel under the influence of relational-image scenario therapy (RIST). The **relevance** of the study is determined by the growing need for scientifically grounded psychotherapeutic approaches aimed at supporting the mental well-being of military personnel under conditions of prolonged combat stress, psycho-emotional overload, and impaired adaptive mechanisms.

The **purpose** of the study is to identify the dynamics of psychological distress indicators measured by the Outcome Questionnaire-45 (OQ-45) in military personnel who underwent the RIST program and to compare these changes with the indicators of control and clinical groups. The study involved 67 servicemen divided into an experimental group ($n = 19$), a control group ($n = 24$), and a clinical group ($n = 24$). The OQ-45 questionnaire was used to assess psychological functioning, including symptom distress, interpersonal relations, social role functioning, and the overall distress score. Data were processed using descriptive statistics, the Wilcoxon signed-rank test for related samples, the Kruskal–Wallis test for between-group comparisons, and Cohen's d effect size. The findings indicate positive dynamics of psychological functioning in the groups where psychotherapeutic or clinical interventions were applied. In the experimental group, the overall distress score decreased from 56.3 to 53.9 points, whereas in the control group it increased from 34.1 to 37.3 points. The highest distress levels were observed in the clinical group; however, after treatment, the total score decreased from 73.5 to 65.1 points. The obtained results confirm the feasibility of using RIST as a promising psychotherapeutic approach.

Key words: military personnel, psychological distress, psychotherapy, relational-image scenario therapy, psychological adaptation, OQ-45.



1. Вступ. Сучасні умови військової служби характеризуються підвищеним рівнем психоемоційних навантажень, впливом тривалого стресу та необхідністю функціонування у ситуаціях невизначеності та небезпеки. У таких умовах значно зростає ризик розвитку психологічного дистресу, який може проявлятися у формі емоційного виснаження, міжособистісних труднощів та порушення соціально-рольового функціонування. Особливої актуальності ця проблема набуває у контексті психологічної підтримки військовослужбовців, оскільки зниження рівня психологічного благополуччя може негативно впливати як на ефективність професійної діяльності, так і на загальну адаптацію особистості. У зв'язку з цим зростає потреба у розробленні та емпіричній перевірці ефективних психотерапевтичних підходів, спрямованих на зниження рівня психологічного дистресу та підтримку адаптивного функціонування військовослужбовців. Одним із таких підходів є реляційно-образно-сценарна терапія, застосування якої потребує подальшого наукового осмислення та емпіричного дослідження її потенціалу у роботі з військовими.

Сучасні психологічні дослідження переконливо засвідчують, що бойовий досвід є потужним чинником психічної напруги, який впливає не лише на емоційний стан військовослужбовців, а й на їхнє міжособистісне функціонування, виконання соціальних ролей, морально-ціннісну сферу та здатність до адаптації. У зв'язку з цим психологічний стан військових доцільно розглядати як багатовимірне явище, що охоплює симптоматичний дистрес, труднощі у взаємодії з іншими, порушення соціально-рольового функціонування, а також зміни у внутрішній системі цінностей і життєвих орієнтаціях [2, 6]. Такий підхід дозволяє вийти за межі вузько клінічного розуміння наслідків бойового стресу та враховувати цілісну динаміку психологічного функціонування особистості в умовах війни.

Важливе місце у сучасному науковому дискурсі посідає проблема психологічної стійкості військовослужбовців. У вітчизняних дослідженнях показано, що психологічна стійкість виступає значущим ресурсом збереження ефективності діяльності в умовах бойового навантаження та пов'язана зі здатністю підтримувати внутрішню рівновагу, мобілізувати особистісні ресурси й відновлюватися після стресових впливів [1, 5]. Водночас наголошується, що стійкість не є незмінною властивістю, а може посилюватися завдяки спеціально організованій психологічній допомозі, спрямованій на емоційне опрацювання

пережитого досвіду, відновлення саморегуляції та зміцнення адаптаційного потенціалу [3]. Особливим напрямом сучасних досліджень є вивчення моральної травматизації як особливого психологічного наслідку війни. Йдеться про переживання, пов'язані з почуттям провини, сорому, внутрішнього конфлікту та порушенням уявлень про справедливість, відповідальність і власну моральну цілісність [2]. Такі стани можуть посилювати психологічний дистрес, ускладнювати міжособистісні взаємини та знижувати здатність до соціальної адаптації. У цьому контексті важливими є також дані про зв'язок морально-ціннісних орієнтацій із поведінковими проявами військовослужбовців, зокрема з особливостями реагування в напружених ситуаціях [4]. Суттєве значення має й проблема повернення військовослужбовців до повсякденного соціального життя. У сучасних вітчизняних працях реінтеграція розглядається як складний процес, що охоплює відновлення емоційної рівноваги, налагодження міжособистісних контактів, повернення до виконання соціальних ролей та формування нових способів адаптації [6]. Саме тому оцінка психологічного стану військових має включати не лише симптоматичні показники, а й параметри міжособистісного та соціально-рольового функціонування, які відображають реальний рівень адаптації.

Зарубіжні узагальнювальні дослідження та метааналізи також підтверджують ефективність психотерапевтичних втручань для військовослужбовців і ветеранів із наслідками травматичного досвіду. Доведено, що психологічна допомога сприяє зниженню проявів психологічного дистресу, покращенню психічного функціонування та полегшенню соціального повернення, особливо за умови комплексного та багатовимірного впливу [7–12]. Водночас значна частина наявних досліджень зосереджена переважно на симптоматичній посттравматичного стресового розладу або окремих формах тривожно-депресивних порушень, тоді як недостатньо вивченими залишаються зміни міжособистісного функціонування та соціально-рольової адаптації у військовослужбовців під впливом інтегративних психотерапевтичних підходів.

Таким чином, аналіз сучасних вітчизняних і зарубіжних джерел засвідчує наявність науково значущої невирішеної проблеми, яка полягає у недостатній емпіричній верифікації ефективності психотерапевтичних втручань, що одночасно впливають на симптоматичний дистрес, міжособистісні проблеми та соціально-рольове функціонування військовослужбовців. Особливо це стосується

інтегративних моделей психотерапевтичної допомоги, спрямованих не лише на редукцію симптомів, а й на підтримку психологічної адаптації в ширшому функціональному вимірі.

2. Метою дослідження є виявлення динаміки показників психологічного дистресу, міжособистісного функціонування та соціально-рольової адаптації у військовослужбовців під впливом реляційно-образно-сценарної терапії, а також визначення її потенціалу як психотерапевтичного підходу до підтримки адаптивного функціонування військовослужбовців.

Для досягнення мети були поставлені такі **завдання**:

1. Проаналізувати вихідні особливості психологічного дистресу, міжособистісних труднощів та соціально-рольового функціонування у військовослужбовців за показниками опитувальника OQ-45 у трьох дослідницьких групах.

2. Визначити динаміку показників психологічного функціонування у військовослужбовців експериментальної, контрольної та клінічної груп за результатами первинного і повторного вимірювання.

3. Оцінити потенційну ефективність реляційно-образно-сценарної терапії шляхом порівняння змін інтегрального показника дистресу та окремих шкал OQ-45 у трьох групах.

Отже, дослідження, присвячене динаміці показників психологічного дистресу у військовослужбовців у процесі реляційно-образно-сценарної терапії, є актуальним як з наукового, так і з практичного погляду.

3. Матеріали та методи дослідження.

3.1. Об'єкт, предмет, гіпотеза та дизайн дослідження. Об'єктом дослідження є психологічне функціонування військовослужбовців в умовах психоемоційного навантаження, пов'язаного з військовою службою. Предметом дослідження є динаміка показників психологічного дистресу, міжособистісних проблем та соціально-рольового функціонування у військовослужбовців під впливом реляційно-образно-сценарної терапії. Основна гіпотеза дослідження полягає в тому, що застосування реляційно-образно-сценарної терапії сприятиме зниженню рівня психологічного дистресу, покращенню міжособистісного функціонування та соціально-рольової адаптації у військовослужбовців у порівнянні з групою, у якій спеціалізоване психотерапевтичне втручання не застосовувалося.

Наукова новизна дослідження полягає у здійсненні порівняльного аналізу змін психологічного дистресу, міжособистісних про-

блем та соціально-рольового функціонування у військовослужбовців у трьох дослідницьких групах: експериментальній, контрольній та клінічній. Показано, що застосування реляційно-образно-сценарної терапії супроводжується тенденцією до зниження рівня психологічного дистресу та покращення показників міжособистісного і соціально-рольового функціонування військовослужбовців. Встановлено, що найвищі показники психологічного дистресу спостерігаються у клінічній групі військовослужбовців із межовими тривожно-депресивними розладами, що підтверджує чутливість опитувальника OQ-45 до виявлення порушень психологічного функціонування. Порівняльний аналіз результатів трьох груп засвідчив, що позитивна динаміка показників психологічного функціонування більш виражена у групах, де застосовувалися цілеспрямовані психотерапевтичні або лікувальні втручання, тоді як у контрольній групі істотних змін показників психологічного дистресу не зафіксовано. Отримані результати розширюють уявлення про можливості застосування психотерапевтичних підходів для підтримки психологічного благополуччя військовослужбовців та зниження рівня психологічного дистресу в умовах підвищених професійних навантажень.

3.2. Характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь військовослужбовці Збройних Сил України. Було сформовано три дослідницькі групи: експериментальну ($n = 19$) – військовослужбовці, які проходили психотерапевтичне втручання у форматі реляційно-образно-сценарної терапії (РОСТ); контрольну ($n = 24$) – військові, які не залучалися до спеціалізованих психотерапевтичних інтервенцій; та клінічну ($n = 24$) – військовослужбовці з межовими тривожно-депресивними розладами, які перебували на лікуванні у психіатричному стаціонарі. Загальна чисельність вибірки становила 67 осіб.

3.3. Опис психотерапевтичного втручання. Процедура формульовального експерименту. Формульовальний експеримент було організовано в межах квазіекспериментального дизайну типу: pre-test → психотерапевтичне втручання → post-test з метою вивчення динаміки копінг-стратегій під впливом реляційно-образно-сценарної терапії. РОСТ є інтегративною програмою, що поєднує: інтегративну психотерапію з фокусом на стосунки (R. Erskine), арттерапевтичні техніки, елементи транзакційного аналізу. Програма включала вісім структурованих психотерапевтичних сесій, які проводилися в індивідуальному або малогруповому форматі залежно від контексту

(службовий або стаціонарний). Інтенсивність і тривалість втручання варіювалися відповідно до організаційних та клінічних умов. Психодіагностичне обстеження здійснювалося окремо від терапевтичних сесій і не входило до структури психотерапевтичної роботи. Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів: добровільності участі, конфіденційності, інформованої згоди та забезпечення психологічної безпеки учасників.

3.4. Психодіагностичний інструментарій.

Процедура обробки та аналізу результатів. Обробка емпіричних даних здійснювалася із застосуванням методів описової та інферентної статистики. Первинні результати опитувальника Outcome Questionnaire-45 (OQ-45) були агреговані відповідно до структури методики. Для кожного респондента обчислювалися сумарні показники за трьома основними шкалами опитувальника: симптоматичний психологічний дистрес (SD), міжособистісні проблеми (IR) та соціально-рольове функціонування (SR), а також інтегральний загальний показник психологічного дистресу. Розрахунок показників здійснювався окремо для двох етапів вимірювання: первинного (pre-test) та повторного (post-test). Для кожної шкали та інтегрального показника було визначено середні значення (M) та стандартні відхилення (SD) у межах трьох досліджуваних груп.

3.5. Методи статистичної обробки даних.

З огляду на невеликі обсяги вибірок, їх нерівномірність та відсутність гарантії нормального розподілу досліджуваних показників, для аналізу внутрішньогрупової динаміки використовувався непараметричний критерій Вілкоксона для пов'язаних вибірок, який дозволяє оцінити статистичну значущість змін між етапами pre-test та post-test у межах кожної групи. Для оцінки відмінностей між групами обчислювався показник зміни (Δ -індекс),

який визначався як різниця між повторним та первинним вимірюванням ($\Delta = \text{post-test} - \text{pre-test}$) для кожної шкали опитувальника та інтегрального показника психологічного дистресу. Порівняння трьох незалежних груп за значеннями Δ -показників здійснювалося за допомогою непараметричного критерію Краскела-Волліса (H-критерію). Додатково для оцінки практичної значущості виявлених змін обчислювалася величина ефекту (Cohen's d), що дозволяє інтерпретувати силу впливу психотерапевтичного втручання на досліджувані показники психологічного функціонування військовослужбовців. Статистична обробка даних проводилася з використанням стандартних статистичних процедур. Рівень статистичної значущості приймався на рівні $p \leq .05$.

3.6. Етичні засади дослідження. Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів психологічного дослідження: добровільності участі, конфіденційності, інформованої згоди та забезпечення психологічної безпеки учасників.

4. Результати та обговорення.

4.1. Вихідні характеристики показників психологічного дистресу у дослідницьких групах. Для порівняльного аналізу динаміки психологічного функціонування у трьох дослідницьких групах у табл. 1 подано середні значення показників за шкалами OQ-45 до та після втручання, показник зміни (Δ) та величину ефекту (Cohen's d).

Первинний аналіз засвідчив суттєві міжгрупові відмінності за всіма показниками психологічного функціонування. Найвищі значення за всіма шкалами OQ-45 виявлено у клінічній групі, що є очікуваним з огляду на наявність межових тривожно-депресивних розладів та перебування учасників у стаціонарних умовах лікування. Зокрема, інтеграль-

Таблиця 1
Порівняння показників психологічного дистресу за шкалами OQ-45 у трьох групах військовослужбовців

Група	SD (до)	SD (після)	IR (до)	IR (після)	SR (до)	SR (після)	Загальний показник OQ-45 (до)	Загальний показник OQ-45 (після)	Δ	Cohen's d
Експериментальна (РОСТ)	37,6	34,8	11,9	10,7	6,8	6,3	56,3	53,9	-2,4	0,18
Контрольна	22,3	24,1	7,6	8,2	4,2	5,0	34,1	37,3	+3,2	0,21
Клінічна	52,8	46,7	20,6	18,5	14,3	12,7	73,5	65,1	-8,4	0,48

Примітка. SD – симптоматичний психологічний дистрес; IR – міжособистісні проблеми; SR – соціально-рольове функціонування. У таблиці наведено середні значення показників (M) до та після втручання/лікування. Δ – різниця між повторним і первинним вимірюванням (після – до). Cohen's d – величина ефекту змін. Критичні значення шкал OQ-45: SD \geq 50; IR \geq 22; SR \geq 17; загальний показник \geq 63.

ний показник психологічного дистресу в цій групі на етапі pre-test становив 73,5 бала, що перевищує клінічний поріг (≥ 63) і свідчить про виражені труднощі психологічного функціонування.

Водночас експериментальна група продемонструвала помірно підвищені, але не клінічні показники дистресу (56,3 бала), що вказує на наявність психологічного напруження та потребу у підтримувальних психотерапевтичних інтервенціях. Контрольна група мала найнижчі вихідні значення (34,1 бала), що відображає відносно кращий рівень психологічного функціонування на початковому етапі.

Отримані дані узгоджуються з сучасними уявленнями про неоднорідність психологічного стану військовослужбовців залежно від інтенсивності бойового досвіду, актуального клінічного статусу та доступу до психологічної допомоги [1–6].

4.2. Динаміка показників психологічного функціонування в експериментальній, контрольній та клінічній групах. У експериментальній групі, учасники якої проходили програму РОСТ, зафіксовано позитивну динаміку за всіма основними шкалами OQ-45. Зокрема, симптоматичний дистрес знизився з 37,6 до 34,8, міжособистісні проблеми – з 11,9 до 10,7, соціально-рольові труднощі – з 6,8 до 6,3, а інтегральний показник психологічного дистресу – з 56,3 до 53,9 бала. Показник зміни становив $\Delta = -2,4$, а величина ефекту – Cohen's $d = 0,18$, що свідчить про невеликий, але узгоджений позитивний ефект.

У контрольній групі, де спеціалізоване психотерапевтичне втручання не застосовувалося, спостерігається негативна тенденція: симптоматичний дистрес зріс з 22,3 до 24,1, міжособистісні проблеми – з 7,6 до 8,2, соціально-рольові труднощі – з 4,2 до 5,0, а інтегральний показник – з 34,1 до 37,3 бала. Показник зміни становив $\Delta = +3,2$, що може відображати накопичення впливу повсякденних стресових факторів військової служби за відсутності спеціалізованої психологічної підтримки.

У клінічній групі зафіксовано найбільш виражену позитивну динаміку: симптоматичний дистрес знизився з 52,8 до 46,7, міжособистісні проблеми – з 20,6 до 18,5, соціально-рольове функціонування покращилося з 14,3 до 12,7, а інтегральний показник дистресу – з 73,5 до 65,1 бала. Показник зміни становив $\Delta = -8,4$, а величина ефекту – Cohen's $d = 0,48$, що відповідає помірному ефекту.

Таким чином, найбільш сприятлива динаміка спостерігається у групах, де застосовувалися цілеспрямовані психологічні або ліку-

вальні втручання. При цьому у клінічній групі позитивні зміни були більш вираженими, що можна пояснити як вищим вихідним рівнем дистресу, так і комплексним характером стаціонарного лікування.

4.3. Обговорення результатів та оцінка потенціалу реляційно-образно-сценарної терапії. Отримані результати дають підстави розглядати реляційно-образно-сценарну терапію як перспективний інтегративний психотерапевтичний підхід для психологічної підтримки військовослужбовців. Хоча величина ефекту в експериментальній групі є невеликою, узгоджене зниження показників за всіма шкалами OQ-45 свідчить про наявність позитивного терапевтичного впливу.

Зміни в експериментальній групі можуть пояснюватися тим, що РОСТ спрямована не лише на редукцію симптоматичного дистресу, а й на опрацювання емоційних переживань, міжособистісних сценаріїв та актуалізацію особистісних ресурсів. Саме така багатовимірність втручання є важливою для військовослужбовців, психологічне функціонування яких не зводиться лише до рівня симптоматики, а охоплює також якість міжособистісних взаємин і здатність до виконання соціальних ролей.

На відміну від досліджень, які зосереджуються переважно на симптомах ПТСР або тривожно-депресивних проявах [8–12], представлене дослідження акцентує увагу на комплексній оцінці психологічного функціонування за допомогою OQ-45. Це дозволяє ширше інтерпретувати результати психотерапевтичного впливу, включаючи не лише симптоматичну редукцію, а й покращення міжособистісного та соціально-рольового функціонування. Позитивна динаміка, зафіксована в експериментальній групі, узгоджується з сучасними зарубіжними дослідженнями, у яких показано, що різні психотерапевтичні формати, адаптовані до потреб військових і ветеранів, можуть сприяти зниженню проявів психологічного дистресу та підтримці адаптивного функціонування [13–16].

Разом із тим результати дослідження слід інтерпретувати з урахуванням низки обмежень. По-перше, дослідження має квазіекспериментальний дизайн без рандомізації, що обмежує можливість однозначного встановлення причинно-наслідкових зв'язків. По-друге, обсяг вибірки є відносно невеликим, а групи – нерівномірними за чисельністю. По-третє, клінічна група перебувала в інших організаційних умовах (стаціонарне лікування), що ускладнює пряме порівняння її результатів з експериментальною та контрольною групами. По-четверте, результати

відображають короткострокову динаміку, тоді як довготривалий ефект психотерапевтичного впливу потребує окремого вивчення.

Попри зазначені обмеження, дослідження дозволяє частково закрити виявлену в аналізі літератури проблему недостатньої емпіричної верифікації інтегративних психотерапевтичних підходів для військовослужбовців. Практична цінність отриманих результатів полягає у можливості використання РОСТ як одного з форматів психологічної підтримки військовослужбовців у програмах психосоціального супроводу, кризової допомоги та відновлення адаптивного функціонування.

Перспективним напрямом розвитку дослідження є розширення вибірки, використання рандомізованого дизайну, включення віддаленого повторного вимірювання (follow-up), а також порівняння РОСТ з іншими психотерапевтичними підходами, що застосовуються у військовій психології.

5. Висновки. 1. Встановлено міжгрупові відмінності у вихідному рівні психологічного дистресу військовослужбовців. Найвищі показники за шкалами OQ-45 зафіксовано у клінічній групі, де інтегральний показник на етапі первинного вимірювання становив 73,5 бала, що перевищує клінічний поріг (≥ 63) і свідчить про виражені труднощі психологічного функціонування. В експериментальній групі зафіксовано помірно підвищений рівень дистресу (56,3 бала), тоді як у контрольній групі цей показник був нижчим (34,1 бала).

2. Визначено різноспрямовану динаміку показників психологічного функціонування у трьох дослідницьких групах. В експериментальній групі після проходження програми РОСТ інтегральний показник OQ-45 знизився з 56,3 до 53,9 бала ($\Delta = -2,4$), у клінічній групі – з 73,5 до 65,1 бала ($\Delta = -8,4$), тоді як у контрольній групі зафіксовано його зростання з 34,1 до 37,3 бала ($\Delta = +3,2$). Це

свідчить про позитивну динаміку у групах, де застосовувалися цілеспрямовані психологічні або лікувальні втручання, та відсутність такої динаміки за умов відсутності спеціалізованої психологічної підтримки.

3. Підтверджено потенційну доцільність застосування реляційно-образно-сценарної терапії як інтегративного психотерапевтичного підходу для підтримки психологічного благополуччя військовослужбовців. Хоча величина ефекту в експериментальній групі є невеликою (Cohen's $d = 0,18$), узгоджене зниження показників симптоматичного дистресу, міжособистісних проблем і труднощів соціально-рольового функціонування свідчить про позитивний терапевтичний потенціал РОСТ. Практична значущість результатів полягає у можливості використання цього підходу в програмах психологічного супроводу військовослужбовців.

Конфлікт інтересів. Автори декларують, що не мають конфлікту інтересів стосовно даного дослідження, в тому числі фінансового, особистісного характеру, авторства чи іншого характеру, що міг би вплинути на дослідження та його результати, представлені в даній статті.

Фінансування. Дослідження проводилося без фінансової підтримки.

Доступність даних. Дані будуть надані за обґрунтованим запитом.

Використання засобів штучного інтелекту. Автори підтверджують, що не використовували технології штучного інтелекту при створенні представленої роботи.

Внесок авторів: Вікторія Павловська-Кравчук: концептуалізація, методологія, формальний аналіз, дослідження, написання оригінального проекту тексту, наукове редагування; Наталія Єгонська-Спенсер: концептуалізація, психотерапевтичне втручання, збір та курація даних, валідація, рецензування та редагування тексту.

References:

- Pavlovska-Kravchuk, V.A. (2025). Rezyliantnist yak chynnyk psykhologichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do vykonannya boiovykh zavdan. *Slobozhanskyi naukovyi visnyk. Seriia Psykholohiia*, 2, 118–123. <https://doi.org/10.32782/psyspu/2025.2.21>
- Pavlovska-Kravchuk, V. A., & Yehonska-Spenser, N. O. (2025). Moralna travma u vymirakh boiovoho dosvidu viiskovosluzhbovtiv i psykhologichnykh naslidkiv viiny. *Habitus*, 78(2), 140–143. <https://doi.org/10.32782/hbts.78.2.26>
- Pavlovska-Kravchuk, V. A., & Yehonska-Spenser, N. O. (2025). Psykhologichni interventsii yak zasib formuvannya rezyliantnosti u viiskovykh iz boiovym dosvidom. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnogo universytetu vnutrishnikh sprav (seriia psykhologichna)*, 2, 55–62. <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2025-2-7>
- Ponomarenko, Ya. S. (2024). Spetsyfika moralnykh zasad u viiskovosluzhbovtiv z riznym rivnem ahresyvnosti. *Naukovi innovatsii ta peredovi tekhnologii*, 5(33), 1430–1438. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5\(33\)-1430-1438](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5(33)-1430-1438)

5. Ponomarenko, Ya. S., & Filonenko, V. M. (2025). Henderni ta dyslokatsiini modalnosti profesiinoi zhyttiistiikosti viiskovosluzhbovtziv. *Naukovi zapysky. Seriia: Psykholohiia*, 2(8), 107–112. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-2-15>
6. Bondarenko, L. O., Yevdokimova, O. O., Zhdanova, I. V., Liaska, O. P., Mannapova, K. R., Mokhorieva, O. M., Ponomarenko, Ya. S., Tverdokhvalova, Yu. L., Kharchenko, S. V., & Chepiha, L. P. (2025). *Psykhologichni aspekty reintehratsii uchasyvnykh boiovykh dii do tsyvilnoho zhyttia*. Kharkiv: Kharkiv National University of Internal Affairs. <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/24319>
7. Carlton, T. (2025). Evidence integration review of multimodal interventions for PTSD, social reintegration, and economic stability in veterans. *Journal of Veterans Studies*, 11(2), 15–27. <https://doi.org/10.21061/jvs.v11i2.683>
8. Jiang, X., Zhang, M., Wang, J., Wang, J., & Zhang, Y. (2025). A meta-analysis of the impact of mindfulness-based stress reduction therapy intervention on post-traumatic stress disorder. *Cureus*, 17(10), e95793. <https://doi.org/10.7759/cureus.95793>
9. Lewis, C., Roberts, N. P., Andrew, M., Starling, E., & Bisson, J. I. (2020). Psychological therapies for post-traumatic stress disorder in adults: Systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), 1729633. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1729633>
10. Liu, J. J. W., Nazarov, A., Ein, N., Easterbrook, B., Le, T., Baker, C., Gervasio, J., Auger, E., Balderson, K., Bilodeau, M., Burhan, A. M., Enns, M. W., Hosseiny, F., Lavoie, V., Mota, N., Roth, M. L., Wanklyn, S. G., Richardson, J. D., et al. (2025). Treating posttraumatic stress disorder in military populations: A meta-analysis. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 86(2), 24r15571. <https://doi.org/10.4088/JCP.24r15571>
11. Sager, J. C., DeJesus, C. R., Kearns, J. C., Thompson-Hollands, J., Trendel, S. L., Marx, B. P., & Sloan, D. M. (2025). A meta-analytic review of cognitive processing therapy with and without the written account. *Journal of Anxiety Disorders*, 110, 102976. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2025.102976>
12. Schnurr, P. P., Chard, K. M., Ruzek, J. I., Chow, B. K., Resick, P. A., Foa, E. B., & Marx, B. P. (2022). Comparison of prolonged exposure vs cognitive processing therapy for treatment of posttraumatic stress disorder among US veterans: A randomized clinical trial. *JAMA Network Open*, 5(1), e2136921. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.369218>
13. Sijbrandij, M., Kunovski, I., & Cuijpers, P. (2016). Effectiveness of Internet-delivered cognitive behavioral therapy for posttraumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis. *Depression and Anxiety*, 33(9), 783–791. <https://doi.org/10.1002/da.22533>
14. Valldejuli, K., Stickley, K. S., Schwachter, V., Spooner, H., Williamson, J. B., & Kaimal, G. (2025). «Permission to come out of the dark»: A qualitative analysis of male and female veterans' use of a telehealth art therapy intervention. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 62, 469580251389802. <https://doi.org/10.1177/00469580251389802>
15. Vianez, A., Marques, A., & Simões de Almeida, R. (2022). Virtual reality exposure therapy for armed forces veterans with post-traumatic stress disorder: A systematic review and focus group. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 464. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010464>
16. Wang, J. Q., Wang, X. Z., & Wang, W. X. (2025). Acceptance and commitment therapy for enhancing mental health in military personnel: A comprehensive review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 15(3), 100959. <https://doi.org/10.5498/wjp.v15.i3.100959>

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Павловська-Кравчук Вікторія Анатоліївна
кандидат юридичних наук, доцент кафедри
соціології та психології ННІ №5 Харківського
національного університету внутрішніх справ
pavlovskaaaviktoria230@gmail.com
ORCID: 0009-0004-9922-7228

Єгонська-Спенсер Наталія Олександрівна
директор Інститут транзакційного аналізу та
інтегративної психотерапії
nataliyaspencer@gmail.com
ORCID: 0009-0007-9216-6014

Viktoriia Anatoliivna Pavlovska-Kravchuk
PhD in Law, Associate Professor at the Department
of Sociology and Psychology, Educational and
Scientific Institute No.5, Kharkiv National
University of Internal Affairs
pavlovskaaaviktoria230@gmail.com
ORCID: 0009-0004-9922-7228

Yehonska-Spenser Nataliia Oleksandrivna
Director of the Institute of Transactional Analysis
and Integrative Psychotherapy
nataliyaspencer@gmail.com
ORCID: 0009-0007-9216-6014

Дата надходження статті: 18.03.2026

Дата надходження виправленої версії статті: 01.04.2026

Дата прийняття статті: 08.04.2026

Дата публікації статті: 05.06.2026