

УДК 159.947.5

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.23.7>

## БАГАТОВИМІРНІСТЬ ДІЙНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ: СИСТЕМНИЙ ОГЛЯД

Євгенія Журавель

*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка,  
вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна, 04053  
e-mail: y.zhuravel.asp@kubg.edu.ua*

Стаття присвячена аналізу багатовимірності світосприйняття військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, та системному підходу до змін їхньої картини світу. Досліджується, як бойовий досвід впливає на фізіологічний, когнітивний, емоційний та соціальний рівні особистості, визначаючи механізми адаптації до мирного життя. У статті розглядається, що бойовий досвід є критичним чинником перебудови світогляду військових, який змінює їхнє сприйняття себе, оточення та загальних моральних орієнтирів. Військовослужбовці змушені адаптувати власну систему цінностей до реальності бойових дій, що може викликати когнітивний дисонанс і формування нових смислів. Особливо це актуально у контексті реінтеграції ветеранів у мирне життя, коли необхідність узгодження бойового досвіду із соціальними нормами та очікуваннями цивільного середовища стає важливим психологічним викликом.

Дослідження базується на методі системного аналізу, що дозволяє розглянути трансформації світосприйняття військових через такі рівні: фізіологічний рівень – зміни у нервовій системі під впливом стресу, підвищений рівень кортизолу, автономна гіперактивність; когнітивний рівень – зміна переконань, перегляд життєвих пріоритетів, трансформація когнітивних схем; емоційний рівень – адаптаційні реакції, розвиток механізмів подолання, вплив бойового досвіду на емоційну регуляцію; соціальний рівень – проблеми соціальної адаптації, розрив між військовою ідентичністю та цивільним життям, суспільні стереотипи щодо ветеранів.

Результати дослідження вказують на те, що адаптація до мирного життя значною мірою залежить від соціального контексту, підтримки спільноти та можливості переосмислення бойового досвіду у позитивному ключі. Здатність військових до інтеграції у цивільне середовище може бути покращена через ефективні психологічні програми, що спрямовані на збереження особистісного балансу та формування конструктивних моделей взаємодії із суспільством. Наголошується на необхідності подальших досліджень, спрямованих на розробку психологічних стратегій супроводу ветеранів та створення програм реінтеграції військових у цивільне середовище. Такі заходи дозволять забезпечити не лише успішну адаптацію ветеранів, але й їхню активну соціальну включеність та участь у суспільному житті.

*Ключові слова:* вплив бойового досвіду, образ світу, картина світу, військовослужбовці, ветерани, адаптація, реінтеграція.

Досвід бойових дій є надзвичайним, оскільки включає постійне перебування у ситуаціях загрози життю, необхідність ухвалення рішень підвищеної складності у стресових умовах та адаптацію до постійної небезпеки. Він суттєво впливає на сприйняття

реальності військовослужбовцями, зокрема змінює їхнє уявлення про власні можливості, довіру до людей, моральні орієнтири та спосіб взаємодії із соціальним середовищем, що може призводити до труднощів у адаптації до мирного життя. Також наслідками бойового досвіду можуть бути когнітивні зміни та зміни у способах регуляції афектів, що у свою чергу може спричиняти тривалі психічні та особистісні розлади.

Метою статті є дослідження багаторівневих змін у картині світу військовослужбовців, спричинених впливом бойового досвіду в умовах бойових дій та при поверненні у цивільне життя. Дослідження спрямоване на виявлення особливостей трансформації їхнього світосприйняття під впливом екстремальних обставин, що дозволить краще зрозуміти механізми адаптації та інтеграції людей, які мають бойовий досвід у мирне життя.

Методологічна основа дослідження базується на застосуванні методу системного аналізу змін картини світу військовослужбовців через призму її структурних рівнів для виокремлення таких компонентів:

1. Фізіологічний рівень – нейробіологічні зміни внаслідок бойового стресу та бойового досвіду.
2. Когнітивний рівень – зміни переконань, цінностей, роль когнітивних схем.
3. Емоційний рівень – адаптаційні реакції, механізми емоційної регуляції.
4. Соціальний рівень – зміни в соціальній взаємодії, розрив між військовою ідентичністю та цивільним життям.

Дослідження показують, що бойовий досвід суттєво змінює сприйняття реальності, впливаючи на ідентичність військових, їхню інтеграцію в суспільство та адаптаційні механізми [17]. Військовослужбовці та ветерани можуть розвивати специфічні когнітивні стратегії, що визначають їхній спосіб взаємодії з навколишнім світом і впливають на рівень соціальної адаптації після повернення з зони ведення активних бойових дій [6]. За даними Міністерства у справах ветеранів станом на грудень 2024 року в Україні нараховується 1,2 мільйона ветеранів. За прогнозами профільного відомства, після завершення війни їхня кількість, разом із членами родин, може сягати 5–6 мільйонів осіб, що зробить поняття «ветеран» поширеним і масовим явищем. Аналіз змін у світогляді та ціннісній системі військовослужбовців, які відбуваються в наслідок отримання досвіду участі у бойових діях, є важливим для розробки ефективних стратегій психологічного супроводу та формування підходів до соціальної адаптації військовослужбовців у мирному житті.

Формування картини світу особистості є складним багаторівневим процесом, який визначає спосіб взаємодії людини з реальністю. В умовах бойових дій військовослужбовці стикаються з екстремальними ситуаціями, що обумовлює зміни їхнього сприйняття світу, себе та соціального оточення. Одним із підходів до пояснення цих змін є концепція суб'єктивної моделі реальності С. Каліщук, яка описує, як людина конструює власне розуміння реальності на основі сенсорних, когнітивних та емоційних процесів (Каліщук, 2020). Згідно з цією концепцією, онтологічний і гносеологічний плани свідомості взаємодіють, формуючи унікальну модель дійсності. Онтологічний рівень визначає глибинні уявлення про світ і себе, тоді як гносеологічний – механізми осмислення нової інформації та адаптації до змін. У військових, які отримали бойовий досвід, ці рівні зазнають суттєвих трансформацій, що може проявлятися у зміні системи цінностей, сприйнятті загроз та емоційній регуляції. Вплив бойового досвіду на суб'єктивну модель реальності військовослужбовців виявляється через зміну когнітивних схем, зміну емоційної регуляції та адаптаційні стратегії, які відіграють ключову роль у процесі інтеграції військових у мирне життя. Процес осмислення реальності військовослужбовцями після бойових дій відбувається через зміну когнітивних структур та механізмів сприйняття. Згідно з С. Каліщук, суб'єктивна модель реальності формується через взаємодію сенсорних, когнітивних та емоційних механізмів,

що забезпечують адаптацію особистості до життєвих умов [11]. Для військових ці механізми можуть бути суттєво зміненими через пережиті екстремальні ситуації. Аналіз змін у картині світу військовослужбовців вимагає комплексного підходу, що враховує взаємозв'язок фізіологічних, когнітивних, емоційних і соціальних чинників.

Пропонуємо модель змін світосприйняття військових після бойового досвіду (рис. 1), яка демонструє, як бойовий досвід впливає на різні рівні функціонування особистості. Такий досвід запускає фізіологічні зміни (порушення функціонування автономної нервової системи), когнітивні зміни (модифікація переконань, зміна системи цінностей), емоційні зміни (посилення тривожності, агресії чи посттравматичне зростання), що разом визначають соціальну адаптацію. Сукупний вплив цих рівнів може призвести або до успішної інтеграції у мирне життя, або до соціальної ізоляції та психологічних труднощів.

Розглянемо фізіологічні аспекти бойового досвіду, що включають нейробіологічні зміни, викликані стресом і екстремальними умовами служби. Шерега дослідників відзначають вплив бойового стресу на фізіологічний стан ветеранів [4; 12; 15]. Зокрема, підкреслюється роль кортизолу, що має фізіологічний вимір, як маркера стресової реакції в період участі у бойових діях. М. Моббс зазначає, що рівень кортизолу у військових підвищується на початкових етапах служби та залишається вищим за норму у період активних бойових дій. Автономна нервова система, в умовах війни переходить у стан постійної бойової готовності. Дослідники відзначають, що це призводить до таких наслідків, як посилене реагування на зовнішні та внутрішні подразники, які нагадують про травматичну подію;

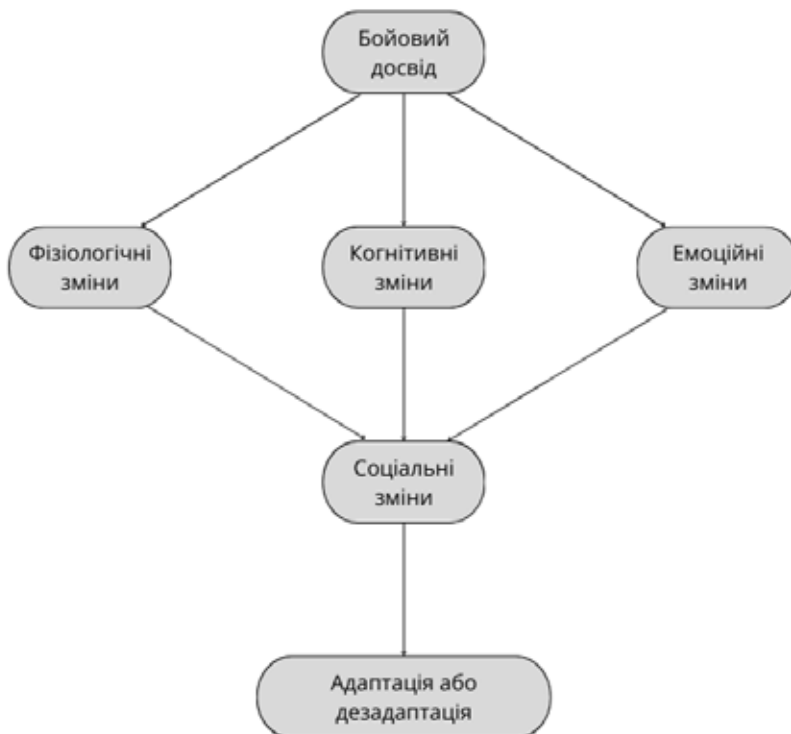


Рис. 1. Модель змін світосприйняття військовослужбовців, які мають бойовий досвід

порушення сну (нічні кошмари, труднощі із засинанням або пробудженнями, що супроводжуються тривогою); гостра реакція переляку; хронічне м'язове напруження; підвищена втомлюваність; підвищена тривожність; труднощі у розслабленні; порушення адаптації, респіраторні симптоми (порушення дихання або відчуття нестачі повітря у стресових ситуаціях); вегетативні реакції (надмірне потовиділення, серцебиття, запаморочення у відповідь на травматичні тригери); а також соматичних симптомів, таких як фізичний та душевний біль [4; 12]. Такі симптоми вказують на зміни в роботі нервової системи під впливом бойового досвіду. М. Пустовойт, досліджуючи фізіологічний вплив бойових дій, приходять до висновку, що тілесний досвід військових є стабілізуючим чинником, що вказує на адаптивні нейробіологічні реакції [15]. Високий рівень кортизолу та змінена реакція на стрес відіграють значну роль у механізмах формування бойового досвіду та подальшої реінтеграції в цивільне середовище. Бойові умови спричиняють глибокі нейробіологічні зміни, які безпосередньо впливають на емоційну регуляцію, сприйняття реальності та адаптаційні механізми.

Перейдемо до когнітивного рівня, що стосується трансформації переконань, зміни цінностей та формування нових когнітивних схем під впливом бойового досвіду. У дослідженнях Г. Шерман [16] бойовий досвід військових розглядається як ключовий чинник формування їхнього світосприйняття. Авторка виокремлює два основні типи бойового досвіду:

«Очікуваний бойовий досвід» (Expected combat experiences) включає передбачувані події, такі як патрулювання, вогневі контакти з ворогом, участь у бойових завданнях. Цей досвід зазвичай узгоджується з моральними цінностями солдатів, однак також супроводжується травматичними факторами, як-от бачення поранених або зруйнованих домівок.

«Відповідальність за смерть цивільних осіб» (Responsible for non-enemy deaths) пов'язана із моральними дилемами, наприклад, випадками загибелі мирного населення або союзників. Такий досвід часто суперечить базовим етичним принципам військових, що може викликати когнітивний дисонанс.

Військові, які пережили морально суперечливі події, стикаються з порушенням уявлень про себе [16]. Бойові обставини змушують їх переглядати власні моральні стандарти, адже набуті переживання формують складне сприйняття реальності, де межі між «правильним» і «неправильним» стають розмитими.

Психічна травматизація, спричинена військовими діями, впливає на когнітивні процеси, та зміна уявлення про світ та власну особистість, яка за цим слідує [7]. Військовослужбовці змушені адаптувати свої когнітивні схеми до екстремальних умов, що забезпечує стабільність їхнього світогляду [15]. Когнітивним механізмом збереження відчуття безпеки виступає ідеалізації соціальних зв'язків у війську. Формування ідентичності військовослужбовців та ветеранів проходить під впливом соціальних уявлень, очікувань та стереотипів, які визначають сприйняття образу ветеранів у цивільному житті [9; 14]. Дослідження показують, що у суспільстві домінують дві полярні моделі: ветеранів або героїзують, або зображають як «зламаних людей», що постраждали від війни [9]. С. Парротт у співавторстві з колегами зазначають, що ментальні образи ветеранів, які формуються у суспільстві, мають безпосередній вплив на їхнє самосприйняття [14]. Ми, як соціальні істоти, не лише самі формуємо уявлення про власну особистість, а й несвідомо спираємося на думки та ставлення людей навколо. Такий механізм свідчить про те, що соціальне сприйняття ветеранів, часто засноване на узагальнених образах, може безпосередньо впливати на їхню «Я-концепцію», змінюючи ставлення до себе та до власної ролі у суспільстві. Окремо автори наголошують на тому, що позитивні стереотипи, як-от образ героя, можуть мати негативні наслідки [14]. Під час повернення до цивільного життя

ветерани стикаються із кризою ідентичності, яка, за словами М. Моббс є «унікальним періодом вразливості» [12]. Зміни, спричинені військовим досвідом, можуть критично впливати на сталі уявлення про себе, призводячи до феномену «невпізнання себе» ветераном після повернення з війни. Ветерани, які не відповідають очікуванням суспільства або не ідентифікують себе з цим образом, можуть переживати когнітивний дисонанс [9; 10]. Особливо це проявляється, коли ветерани не впізнають себе у суспільних образах, що закріплюються через мас-медіа або державні політики підтримки ветеранів. В таких випадках військові можуть переживати «конфлікти рамок» (frame disputes) – явище, коли реалії бойового досвіду не збігаються з тим, як його подають у суспільстві. Це викликає кризу сприйняття і когнітивний дисонанс [10].

Описуючи структуру Я-концепції військовослужбовців, Т. Кочубинська описує виокремлює її ключові компоненти: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне (професійне, сімейне, учнівське) [2]. Формування образу світу відбувається через призму цих компонентів, які зазнають змін під впливом військового досвіду. Когнітивні зміни відображаються у переосмисленні власної ролі в суспільстві та зміні ціннісних орієнтацій. Дисгармонійність Я-концепції, що викликана непропорційним розвитком її компонентів, відображає глибокі особистісні зрушення, що спричинені військовими діями.

Ряд дослідників спостерігають формування у військових так званої «військової або воєнної ідентичності» [12], яка відрізняється від цивільної через специфічну систему цінностей і переконань, а також розвиток специфічної культури та професійних цінностей під впливом бойового досвіду [10; 12]. Військова ідентичність визначає як військові сприймають себе у взаємодії з цивільним суспільством та має взаємозв'язок із когнітивними схемами. Цінності та смисли є частиною когнітивних схем, які визначають світогляд, переконання та систему прийняття рішень. В. Кириченко та К. Кротюк зауважують, що під час кризових ситуацій, зокрема бойових дій, відбувається глибока зміна ціннісних орієнтацій та особистісних смислів [1]. Військовослужбовці змушені адаптувати власні цінності до нової реальності, знаходити мотивацію для виконання військових завдань і, найважливіше, переосмислювати сенс власного життя, який у воєнних умовах може втрачати чіткі орієнтири. У бойовій обстановці можливі два протилежні сценарії: повна втрата смислів і цінностей або успішна внутрішня трансформація, що сприяє особистісному зростанню. М. Моббс виділяє наступні основні аспекти когнітивних змін у військових: розвиток «воєнної» ідентичності через злиття особистих уявлень із груповими нормами, складність переходу до цивільного життя, оскільки ветерани часто не можуть ідентифікувати себе ні як військові, ні як цивільні, когнітивний дисонанс, викликаний розходженням між військовими цінностями та цивільною реальністю [12]. Г. Пріб, Я. Раєвська, Л. Бегеза виділяють «воєнізовану психіку» як новоутворення, що виникає внаслідок бойового досвіду та відображає не лише зміну самосприйняття, а й формування особливого світогляду [5]. Останній включає в себе прагнення до соціального визнання, моральне виправдання власної участі у війні, перетворення військової ідентичності в домінуючий аспект Я-концепції.

В ході досліджень впливу бойового досвіду науковці звертають увагу на вимушене переосмислення військовими різних аспектів свого життя. Зокрема це необхідність переосмислювати власних переконань, системи цінностей, пріоритетів, травматичного досвіду [3; 5, 13]. Це потрібна умова для того, щоб вписати бойовий досвід у звичну картину світу, Колектив науковців на чолі з В. Слободяником зазначають, що травматичні події порушують структурованість життєвого досвіду, викликаючи необхідність його переосмислення: «Психічна травматизація виникає внаслідок травмуючої ситуації, яка суб'єктивно переживається як більш-менш гостра необхідність реконструкції ставлення до себе, власного минулого, сьогодення і майбутнього. Порушується спонтанність буття, зростає відчуття

внутрішнього та зовнішнього хаосу, втрачається структурованість життєвого світу. Можливості усвідомлення людиною своїх проблем залишаються вкрай незадовільними» [7, с. 839]. Як наслідок – виникає фрагментація самоідентичності та втрата здатності прогнозувати події. Такі процеси негативно впливають на сприйняття майбутнього і відповідно – на інтеграцію військового досвіду в мирне життя. В свою чергу потреба інтегрувати військовий досвід у мирне життя впливає на самосприйняття учасників бойових дій та їхнє уявлення про свою роль у сім'ї та суспільстві [3]. Адаптація відбувається через зміну когнітивних структур, що включає переоцінку міжособистісних стосунків та необхідність пристосування до нових соціальних обставин.

Розриви між минулим військовим досвідом та теперішніми умовами мирного життя та між очікуваннями військових та реальністю їхніх завдань обумовлюють виникнення внутрішніх конфліктів, ускладнюють адаптацію та можуть викликати відчуття втрати сенсу [3; 5; 10]. Перехід між військовою та цивільною ідентичністю потребує когнітивної перебудови та формування нових моделей мислення [13]. У підсумку, бойовий досвід є надмірним для людини та потребує глибокого переосмислення. Отже, зміни у роботі нервової системи спричиняють модифікацію когнітивних схем. Формування нових моделей мислення може як сприяти адаптації, так і ускладнювати повернення в цивільне життя.

Наступним важливим аспектом є емоційний рівень, який визначає адаптаційні реакції військових, механізми подолання стресу та емоційну регуляцію. Зміни у картині світу військових після бойового досвіду тісно пов'язані з емоційною регуляцією. С. Каліщук зазначає, що кожна особистість формує емоційне забарвлення своєї реальності, яке визначає її реакції на події (Каліщук, 2020). У контексті військових цей процес може набувати специфічних форм через екстремальний характер пережитого досвіду.

М. Моббс наголошує, що ветерани часто стикаються з емоційною ізоляцією, яка може бути пов'язана з негативним сприйняттям себе у мирному середовищі [12]. За спостереженнями ланки вчених стресові чинники бойового досвіду не лише впливають на переконання військових, а й формують специфічні емоційні реакції, що можуть як сприяти адаптації, так і перешкоджати їй [3; 4; 5; 12; 7]. Такі емоційні реакції – це: загострене відчуття самотності, депресія, тривожність, спалахи гніву, емоційна фрустрація, байдужість до оточуючого світу, ностальгія за військовою службою, потреба у спільноті військових. За Ю. Підлісним у відповідь на подразники, які нагадують про травмуючі події, можливе виникнення психоемоційного дистресу [4]. М. Пустовойт акцентує увагу на тому, що формування колективного Я відіграє важливу роль у регуляції емоційних станів військових, зменшуючи відчуття небезпеки та ізоляції [15]. А. Матвієнко зауважує, що бойовий стрес справляє значний вплив на емоційний стан не тільки військових, але і їхніх сімей [3]. Дослідниця підкреслює, що розлука з близькими, страх за власну безпеку, фінансові проблеми та зміни в динаміці сімейних відносин можуть призводити до різних психологічних труднощів. Відсутність належної емоційної регуляції може спричинити додаткові конфлікти у сім'ях військових. Тож проблема впливу бойового досвіду виходить за межі особистості лише військовослужбовця.

Г. Шерман підкреслює, що здатність до копінгу (стратегії подолання) після повернення з бойових дій є ключовою для психічного здоров'я військовослужбовців [16]. Військові, які краще справляються зі стресом, демонструють менший рівень тривожності та депресії, незважаючи на інтенсивність бойового досвіду. Однак, військові, які відчувають, що їхній досвід суперечить їхнім моральним переконанням, частіше демонструють високий рівень тривожності та депресії. Таким чином, здатність солдатів опрацьовувати бойові переживання та адаптувати їх у власну систему цінностей визначає рівень їхньої психологічної стійкості [16]. Важливим аспектом успішної реінтеграції у мирне життя дослідники

називають посттравматичне зростання, а можливими шляхами емоційної адаптації можуть виступати активне переосмислення травматичного досвіду та знаходження нових сенсів [7], переосмислення власної ідентичності, цінностей та стосунків [5]. Реконструкція картини світу сприяє стабілізації емоційного стану. Таким чином, емоційна регуляція є ключовим механізмом адаптації ветеранів після бойового досвіду.

З рештою, змінені когнітивні схеми впливають на емоційну регуляцію військово-службовців. Як наслідок – у людей, які брали участь у бойових діях, можуть з'являтися складні емоційні стани. Разом з тим посттравматичне зростання, як ключовий аспект реінтеграції, передбачає переоцінку життєвих пріоритетів та зміну особистісних установок.

Завершимо аналіз розглядом соціальних змін, які відбуваються у військовослужбовців після бойового досвіду, зокрема у взаємодії з цивільним суспільством та у процесі реінтеграції. Перехід від військової до цивільної ідентичності не є простим поверненням до попереднього способу життя, а включає протистояння між двома різними «Я»: новою військовою ідентичністю, яка сформувалася під час служби, та цивільним «Я», що потребує переосмислення [2; 13]. Соціальне самосприйняття ветеранів безпосередньо залежить від того, як вони співвідносять свій військовий досвід із новими соціальними умовами.

Дослідження М. Моббс підтверджує, що ветерани відчують підвищену самотність, коли цивільні виключають їх із соціальних взаємодій [12]. Соціальна ізоляція посилює їхнє відчуття відчуженості та ускладнює адаптацію. Ветерани з високою військовою ідентичністю частіше стикаються з труднощами інтеграції, оскільки цінності військової служби суттєво відрізняються від цивільних. Думку підтримує А. Матвієнко та виділяє соціальну ізоляцію одним із головних викликів, з якими стикаються військові та їхні сім'ї після повернення з бойових дій [3]. І також наголошує, що проблеми адаптації стосуються не лише самих військових, а й їхніх родин, оскільки зміни в ідентичності та поведінці ветерана можуть впливати на всі аспекти сімейного життя. Ностальгія за військовим середовищем може сприяти ізоляції, формуючи схильність до уникнення соціальних контактів [12; 13]. А військова пам'ять відіграє двозначну роль: підтримує ідентичність, але може затримувати адаптацію.

Про відповідність сприйняття військових у суспільстві та його впливу на їхню інтеграцію у цивільне життя зауважують К. Харіг, Н. Йенне та К. Руффа [10]. Продовжуючи, що суспільне сприйняття військових впливає на їхню самооцінку. Розрив між військовими та цивільними може посилюватися через невідповідність між тим, як цивільні сприймають військові операції, та реальним досвідом військових. Стереотипи про ветеранів можуть впливати на державну політику щодо їхньої підтримки. Наприклад, А. Альмараз зазначає, що більшість програм зосереджені на допомозі постраждалим, що посилює образ ветерана як «зламаного», а не як активного учасника суспільного життя [9]. В противагу такому впливу дослідник підкреслює, що неупереджена соціальна підтримка відіграє ключову роль у зменшенні цивільно-військового розриву. Автор звертається до досліджень К. Кастро та його колег, підкреслюючи, що присутність розуміючого оточення є важливим чинником соціальної адаптації.

Т. Кочубинська виділяє соціальні чинники, що можуть як сприяти адаптації, так і провокувати виникнення дезадаптованої поведінки учасників бойових дій [2]. Зокрема це: перебування в зоні бойових дій, соціальна адаптація, проблеми працевлаштування, сімейні виклики, комплексна реабілітація (медична, соціальна, психологічна, педагогічна), освітні можливості та перекваліфікація. Отже, когнітивні й емоційні зміни визначають спосіб взаємодії з суспільством. Ветерани можуть відчувати ізоляцію або, навпаки, прагнути до згуртованості з військовими спільнотами. Спосіб інтеграції у цивільне життя залежить від рівня підтримки з боку соціуму та можливості знайти нову роль у суспільстві.

Окреслені дослідження свідчать про те, що бойовий досвід військовослужбовців спричиняє багаторівневі зміни у їхньому світосприйнятті, що відображається на фізіологічному, когнітивному, емоційному та соціальному рівнях. Отримані результати вказують на необхідність системного підходу до аналізу впливу екстремальних ситуацій на особистісну та соціальну адаптацію військових після бойових дій. Сукупність фізіологічних, когнітивних, емоційних та соціальних змін визначає результат адаптації. Якщо військовий отримує підтримку та знаходить новий сенс життя, відбувається успішна інтеграція. В іншому випадку – соціальна ізоляція та труднощі з поверненням до мирного життя. У підсумку ми отримали підтвердження про багатовимірний характер змін у світосприйнятті військовослужбовців, що зумовлені їхнім бойовим досвідом. Визначення ключових механізмів адаптації дозволяє окреслити напрями подальших наукових досліджень та розробку ефективних стратегій соціально-психологічної підтримки для ветеранів.

### Список використаної літератури

1. Кириченко В. В., Кротюк К. А. Динаміка ціннісно-смислової сфери військовослужбовців в умовах бойових дій. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. – 2023. – Вип. 1. – С. 79–84. – DOI: <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2023.1.13>.
2. Кочубинська Т. М. Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників бойових дій: дис. ... д-ра філософії. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, 2021.
3. Матвієнко А. О. Проблемність формування міжособистісних стосунків у сім'ях учасників бойових дій // *Universum: Психологія та психіатрія*. 2024. № 4. С. 177–184.
4. Підлісний Ю. Психологічні особливості переживання бойової психотравми комбатантами. *Юридична психологія*. – 2023. – № 2 (33). – С. 113–119.
5. Приб Г. А., Раєвська Я. М., Бебеза Л. Є. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій // *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33, № 72. С. 104–108.
6. Приходько І. І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції // *Військово-спеціальні науки*. 2015. № 2(33). С. 35–39.
7. Слободяник В. І., Марциняк-Дорош О. М., Васильєва О. А., Березяк К. М., Пасько К. М. Психічна травматизація особистості внаслідок військових дій та її вплив на життєдіяльність, 2023.
8. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017.
9. Almaraz A. Veteran stereotypes: The crux of the civilian-military divide // *Journal of Veterans Studies*. 2024. Vol. 10, No. 1. P. 4–7.
10. Harig C., Jenne N., Ruffa C. Operational experiences, military role conceptions, and their influence on civil-military relations // *European Journal of International Security*. 2022. Vol. 7, No. 1. P. 1–17.
11. Kalishchuk S.M. The Reality of the World and the Multidimensionality of the Reality of the Individual: The Semantic Meaning of Architecture of Consciousness. *Journal of Intellectual Disability Diagnosis and Treatment*. 2020. 8 (4), 749–758. DOI: <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2020.08.04.18>
12. Mobbs M. C. Ostracism, loneliness, and the potential psychological impact of the civilian-military divide: An experimental study: Master's thesis. Columbia University, 2021. ProQuest Dissertations & Theses Global. Publication No. 28718407.
13. Molendijk T., Kalkman J. P. Towards a soldier-based view in research on the military: An empathetically critical approach // *Social Sciences*. 2023. Vol. 12, No. 2. Article 51.



14. Parrott S., Albright D. L., Eckhart N., Laha-Walsh K. Mental representations of military veterans: The pictures (and words) in our heads // *Journal of Veterans Studies*. 2020. Vol. 6, No. 3. P. 61–71.
15. Pustovoyt M. The Self-Systems in the Military During Direct Russian Hostilities in Ukraine // *Psychoanalytic Inquiry*. 2024.
16. Sherman H., Frye-Cox N., Lucier-Greer M. Combat deployment experiences and soldier mental health: Examining the factor structure of a combat experiences scale // *Military Medicine*. 2023. Vol. 188, No. 5-6. P. e1156-e1165.
17. Weiss E., Coll J. The Influence of Military Culture and Veteran Worldviews on Mental Health Treatment: Practice Implications for Combat Veteran Help-seeking and Wellness // *The Professional Counselor*. 2011. Vol. 1, No. 2. P. 75–86.

## THE MULTIDIMENSIONALITY OF REALITY FOR COMBAT VETERANS: SYSTEMATIC REVIEW

**Yevheniia Zhuravel**

*Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,  
18/2, Bulvarno-Kudriavska str., Kyiv, Ukraine, 04053  
e-mail: y.zhuravel.asp@kubg.edu.ua*

The article analyzes the multidimensionality of the worldview of military personnel who have participated in combat operations and examines a systemic approach to changes in their perception of reality. The study explores how combat experience affects the physiological, cognitive, emotional, and social levels of personality, shaping adaptation mechanisms for transitioning to civilian life. The article argues that combat experience is a critical factor in reshaping the worldview of military personnel, altering their self-perception, social interactions, and moral values. Soldiers must adapt their value systems to the realities of warfare, which may lead to cognitive dissonance and the construction of new meanings. This challenge becomes particularly significant during the reintegration of veterans into civilian life, as they must align their combat experience with social norms and the expectations of the civilian environment, posing a major psychological challenge.

The study is based on the system analysis method, which enables an in-depth examination of the transformation of military personnel's perception of reality through the following levels: physiological level – changes in the nervous system under stress, elevated cortisol levels, and autonomic hyperactivity; cognitive level – shifts in beliefs, reassessment of life priorities, and transformation of cognitive schemas; emotional level – adaptive reactions, development of coping mechanisms, and the impact of combat experience on emotional regulation; social level – challenges in social adaptation, the gap between military identity and civilian life, and societal stereotypes regarding veterans.

The research findings indicate that successful adaptation to civilian life largely depends on social context, community support, and the ability to reinterpret combat experiences positively. The integration of military personnel into civilian life can be enhanced through effective psychological programs aimed at maintaining personal balance and developing constructive interaction models with society. The study emphasizes the need for further research on the development of psychological support strategies for veterans and the creation of reintegration programs to facilitate their transition to civilian life. These measures will contribute not only to the successful adaptation of veterans but also to their active social inclusion and participation in civilian society.

*Key words:* impact of combat experience, worldview, perception of reality, military, veterans, adaptation, reintegration.