

УДК 159.923.2:171.02

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.12>

ДУХОВНІСТЬ ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ АБІЛІТАЦІЇ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

Наталія Жигайло

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-5686-2652>
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

Михайло Цимбалюк

*Комітет Верховної Ради України
з питань соціальної політики та захисту прав ветеранів,
вул. Михайла Грушевського, 5, м. Київ, Україна, 01008
<https://orcid.org/0009-0009-8610-8939>
e-mail: tsmmwww@gmail.com*

У статті розкрито проблему духовності як ресурсу психологічної абілітації українського суспільства в умовах війни, соціальних трансформацій та колективної травматизації. Обґрунтовано актуальність дослідження духовності як ціннісної основи відновлення особистості та суспільства в період глибоких кризових змін. Визначено, що сучасна абілітація виходить за межі традиційної реабілітації та передбачає не лише відновлення порушених функцій, а й формування нових ресурсів життєстійкості, смислотворення та активної суб'єктної позиції особистості.

Проаналізовано психологічні, соціальні та духовні аспекти впливу війни на психоемоційний стан людини. Показано, що духовність виступає важливим чинником збереження внутрішньої цілісності особистості, її здатності до саморефлексії, відповідальності, віри, надії та подолання наслідків психотравматичного досвіду. Розкрито роль духовних цінностей у формуванні психологічної стійкості, посттравматичного розвитку та соціальної солідарності.

У статті охарактеризовано діяльність сучасних абілітаційних центрів України як мультидисциплінарних просторів психологічної, соціальної та духовної підтримки населення. Визначено основні напрями їхньої діяльності: психологічне консультування, психосоціальний супровід, ресурсно-орієнтовані програми, психоосвітню та просвітницьку роботу. Особливу увагу приділено концепції інформаційної духовності та авторській моделі духовного становлення особистості, що ґрунтується на розвитку самосвідомості, моральних цінностей, відповідальності та духовної культури.

Зроблено висновок про те, що духовність є важливим ресурсом психологічної абілітації українського суспільства, оскільки забезпечує інтеграцію психологічного, соціального та морального вимірів відновлення особистості. Підкреслено необхідність розвитку системи абілітаційної допомоги, формування культури духовності та підтримки ментального здоров'я населення в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: духовність, абілітація, психологічна стійкість, ментальне здоров'я, посттравматичний розвиток, інформаційна духовність, соціальна підтримка, війна, психологічна допомога, життєстійкість.

Актуальність проблеми. Сучасне українське суспільство переживає період глибоких трансформацій, зумовлених тривалими соціальними потрясіннями, війною, масовими

втратами, вимушеною міграцією та колективною травматизацією. У цих умовах особливої актуальності набуває проблема абілітації - процесу не лише відновлення порушених психосоціальних функцій, а й формування нових ресурсів життєстійкості, смислотворення та активної суб'єктної позиції. Ключовою ціннісною основою такого процесу виступає духовність. Абілітація українського суспільства не може обмежуватися інструментальними чи технологічними підходами. Вона потребує глибинного ціннісного підґрунтя, яке дозволяє людині та спільноті зберегти внутрішню цілісність, гідність і здатність до майбутнього. Саме духовність виконує цю інтегруючу функцію, поєднуючи особистісний, соціальний і трансцендентний виміри людського буття.

Духовність постає як багатовимірне явище, що охоплює систему базових цінностей, моральних орієнтирів, екзистенційних смислів, віру, надію, любов, здатність до співпереживання й відповідальності. У контексті абілітації духовність сприяє відновленню смислу життя, внутрішньої мотивації та віри у власну спроможність діяти.

Абілітація, заснована на духовних цінностях, спрямована не лише на повернення до «довоєнного» стану, а на формування нового рівня особистісної та суспільної зрілості. Пересмислення втрат, зміна життєвих пріоритетів, посилення відповідальності та солідарності можуть стати підґрунтям для відновлення та модернізації українського суспільства.

Таким чином, духовність як ціннісна основа абілітації українського суспільства забезпечує цілісність відновлювальних процесів, поєднуючи психологічний, соціальний і моральний виміри. Її інтеграція у практики абілітації є необхідною умовою збереження людської гідності, формування життєстійкості та творення відповідального майбутнього України.

Аналіз останніх публікацій на тему дослідження. Проблемі духовності присвячено чимало досліджень: від Платона, Аристотеля, Панфіла Юркевича, Григорія Сковороди до наших днів: С. Д. Максименко, І. Д. Пасічник, Г. О. Балл, М. Й. Боришевський, В. П. Москалець, М. В. Савчин, В. Ф. Моргун, О. В. Матласевич, Н. І. Жигайло, М. М. Цимбалюк [1-10]; зарубіжні класики: Ф. Лерш, К. Г. Юнг, К. Роджерс, Р. Мейо, Дж. Коннорс тощо. Серед сучасних зарубіжних досліджень варто виокремити працю Л. Брегмана з екології духовності концепцію психологію духовності Л. Кулліфорда. Найновіші дослідження Джонстона і Коуена базуються на нових дослідженнях нейробіології і аналізують духовний досвід через призму нейронауки, визначають вплив духовності на інтелект. Значну увагу надаємо практичним аспектам і ролі духовності у відновлення та модернізації українського суспільства.

Виклад основного матеріалу. Абілітація – це є процес адаптації, пристосування до нових умов життя і діяльності. У період війни цей термін набув дещо нового значення. Це - процес, який починається після лікування, фізичної та психологічної реабілітації, коли постраждалий у війні вже пройшов медичну, психологічну й фізичну реабілітацію і йому потрібно пристосуватися до нових умов життя в соціумі. У нього, можливо, немає кінцівки, у нього, можливо, немає домівки, у нього, можливо, немає когось із рідних тощо.

Зараз в Україні створюються абілітаційні центри, які формуються на перетині медицини, психології, соціальної роботи та освіти. Вони діють у структурі державних і комунальних закладів охорони здоров'я, центрів соціальних служб, реабілітаційних установ, а також у межах діяльності громадських і благодійних організацій. Ключовою особливістю сучасних абілітаційних центрів є перехід від вузькоспеціалізованої реабілітації до мультидисциплінарного підходу, який охоплює різні аспекти життєдіяльності людини. У роботі центрів беруть участь психологи, психотерапевти, психіатри, соціальні працівники, лікарі, фахівці з фізичної реабілітації, арттерапевти, а також консультанти з питань соціальної інтеграції. Важливою характеристикою є орієнтація на довготривалу підтримку, а не лише на кризове втручання. Абілітаційні програми спрямовані на стабілізацію психоемоційного стану, відновлення відчуття контролю над життям, формування нових смислів і життєвих перспектив.

Послугами абілітаційних центрів користуються різні категорії населення, зокрема: цивільні особи, які зазнали психотравматичного впливу війни; внутрішньо переміщені особи; родини загинувших і зниклих безвісти; діти та підлітки, які пережили травматичний досвід; військовослужбовці та ветерани (у взаємодії з реабілітаційними програмами); фахівці «допомагаючих професій», які перебувають у стані професійного вигорання.

Важливо, що у Львівському національному університеті імені Івана Франка вперше в Україні нами (професор Жигайло Н.І., професор Островська К.О., професор Островський І.П., доцент Яворська Г.В.) розроблено і запроваджено магістерську освітню програму «Абілітація та психологічний супровід» з підготовки фахівців для абілітаційних центрів. Якими компетентностями має володіти фахівець в абілітаційних центрах? Перше – володіти знаннями про особистісне й духовне зростання людини. Друге – навчання фінансовій грамотності. Адже, можливо, людина була будівельником, а тепер має стати ФОП-ом, юристом або освоїти інший вид професії, яка не вимагатиме фізичної праці, швидкого пересування тощо. Третє – освоєння підприємницьких навичок. Четверте – це знання з психології бізнесу та управління. Якщо ми пропонуємо освітню програму «Абілітація та психологічний супровід», значить маємо вкласти в неї мету, зміст і сенс. Наш підхід базується на чотирьох головних стовпах. Перший – Григорій Сковорода, український філософ, поет, педагог. Він жив 300 років тому, проте в цей час також відбувалися аналогічні події: війна, революція, намагання знищити все українське. Але він робив свою роботу – тому став Сковородою. Творчість Григорія Сковороди має значний вплив на сучасників і подальші покоління. Другий – Віктор Франкл, австрійський психолог, психіатр. Його унікальна праця «Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі» допомогла вижити багатьом. Загинули ті, які думали, що все дуже швидко закінчиться, загинули ті, які не мали віри в майбутнє, а вижили ті, які мали справжній сенс буття і жили сьогоднішнім днем. Третій – Роман Гладішевський, Ректор Університету, академік НАН України, професор. Коли я прийшла з цією пропозицією, професор Роман Євгенович сказав: «Наталіє Ігорівно, це не тільки Воїнам треба адаптуватися до нових умов життя, а й нам до них». Ви подумайте, як геніально сказано. Коли ти бачиш молоду людину, яка йде без кінцівки, серце крається, і ти не знаєш, що їй сказати. Четвертий – Владика Володимир Груца, єпископ-помічник Львівської Архiepархії. Владика Володимир є автором книги «Твоє щастя тут і тепер», на презентації якої я мала нагоду бути. Ця книга лежить в мене на столі поруч із Біблією. Щастя тут і тепер. Адже вчорашнього дня вже немає, завтра теж може й не настати, а є сьогоднішній день. І людина, яка вміє дякувати за все, що має, отримує значно більше. А людина, яка у всьому шукає погане, втрачає й те, що має.

Абілітаційні центри в Україні надають широкий спектр послуг, які умовно можна поділити на кілька напрямів. Психологічні послуги включають індивідуальне та групове консультування, психотерапевтичну допомогу, кризові інтервенції, роботу з травмою втрати, тривожними та депресивними станами. Значна увага приділяється розвитку емоційної саморегуляції та навичок подолання стресу.

Психосоціальні послуги спрямовані на відновлення соціальних зв'язків, підтримку сімейних відносин, адаптацію до нових життєвих умов, зокрема в ситуації переміщення або втрати житла. Важливою складовою є робота з громадами та створення підтримувальних середовищ. Ресурсно-орієнтовані програми фокусуються на розвитку стійкості, посттравматичного зростання, сенсотворення та життєвої активності. Застосовуються методи арттерапії, тілесно-орієнтованої терапії, нарративних практик, груп підтримки. Освітні та просвітницькі послуги охоплюють психоосвіту, тренінги з управління стресом, підвищення психологічної грамотності населення, а також підготовку фахівців і волонтерів.

Особливого значення набуває концепція інформаційної духовності, яка передбачає наповнення інформаційного простору духовними цінностями, розвиток самосвідомості,

моральної культури та духовних орієнтирів особистості. У сучасному цифровому суспільстві це є важливою умовою формування психологічно зрілої, відповідальної та соціально активної особистості.

Отже, духовність як ресурс психологічної абілітації українського суспільства забезпечує інтеграцію психологічних, соціальних і моральних механізмів відновлення особистості та суспільства загалом. Подальший розвиток системи абілітаційної допомоги, підтримка ментального здоров'я населення та формування культури духовності є необхідними умовами успішного відновлення й сталого розвитку України в умовах сучасних викликів.

Задля реалізації вказаної мети нами запропоновано характеристики духовності як інтегративної якості особистості, яка слугує однією з найбільш фундаментальних характеристик особистості як відкритої системи. Відштовхуючись від запропонованого визначення, що духовність - це складний психічний феномен; вияв внутрішнього світу особистості; інформаційно-енергетична структура особистості, насичена символами, якими вона володіє, нами запропоновано термін «інформаційна духовність». Під інформаційною духовністю ми розуміли наповнення інформаційного простору духовними цінностями задля формування високого рівня свідомості та самосвідомості особистості; розвитку її духовних пріоритетів; обґрунтування системи цінностей, що мають лягти в основу життя, виступати на передній план усього процесу життєдіяльності. Джерелами інформаційної духовності слугують наука, культура, релігія, мистецтво, спорт тощо.

З метою формування інформаційної духовності суспільства нами запропоновано поняття «інформаційно-духовної особистості»; авторську психологічну структуру інформаційно-духовної особистості; авторську модель інформаційного духовного становлення особистості молоді, програму тренінгу розвитку інформаційної духовності особистості; тематичний план спецкурсу «Психологія формування інформаційної духовності особистості»; критерії розвитку інформаційної духовності особистості; джерела формування інформаційної духовності особистості.

Під терміном «інформаційно-духовна особистість» ми розуміємо особистість, в яка є сучасною та цифрово грамотною, водночас, в своїх думках і вчинках опирається на закони правди та справедливості; яка в своєму житті керується принципами істини та любові до ближнього; користується законами взаємоповаги та взаємодопомоги; інформаційний простір якої сповнений духовно-культурними надбаннями.

Авторська психологічна структура духовної особистості (рис.1) представлена нами у вигляді дерева, основа (коріння) якого базується на чинниках саморегуляції, якими є воля, совість і віра; вітки цього дерева – це наші пізнавальні та емоційно-вольові психічні процеси, психічні стани, психічні властивості, психічна діяльність, спрямованості тощо, а верхівка цього дерева прагне до духовного зростання, тобто до самовдосконалення.

Авторська модель духовного становлення особистості включає в себе інструментальну, потребно-мотиваційну та інтеграційну складові (рис.2).

Психологічний тренінг формування інформаційної духовності особистості студентської молоді представлений нами у наукових працях, з якими можна ознайомитися у матеріалах, розміщених у фахових виданнях України та виданнях наукометричних баз Scopus, Web of Science тощо.

Також нами представлено критерії, яким повинна відповідати інформаційно духовна особистість: моральні: інформаційно духовна особистість характеризується чесністю, справедливістю, достоїнністю; має діловий та особистісний авторитет; любить свою працю і відповідально відноситься до неї; мати етично-діловий такт і радість від спілкування; інтелектуальні: високий рівень фахової підготовки; точність пам'яті, гнучкість мислення, творчість уяви; темперамент, лабільна нервова система (вроджені чинники); сила волі і віра (набуті

чинники); мовленнєва культура, риторика; інтуїція; спостережливість; фізичні та канонічні: одяг, постава, поведінка; шляхетність, одухотворення.



Рис. 1. Психологічна структура особистості за С. Максименко, Н. Жигайло

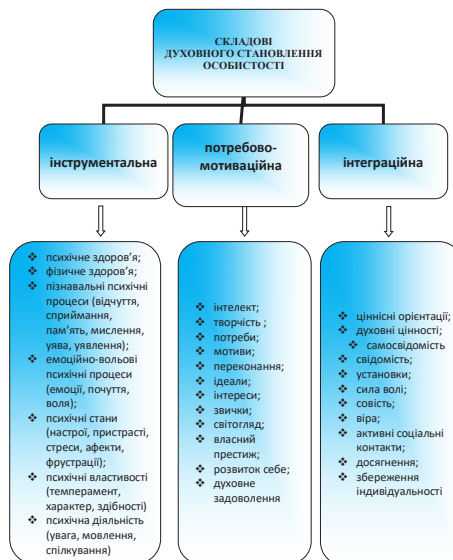


Рис. 2. Авторська модель духовного становлення особистості

Джерелами інформаційно-духовної особистості є: наука, культура, мистецтво; читання наукової, художньої, публіцистичної та духовної літератури, зокрема, Святого Письма; соціальні мережі з використанням духовної інформації; Богослов'є (як наука про Бога); Свята Літургія – вчителька життя (А. Шептицький); Молитва – розвиток душі; церковне мистецтво; християнська філософія (пізнання Бога); природа, культура, мистецтво, спорт тощо.

Висновки. Абілітаційні центри в Україні стають ключовими інституціями підтримки ментального здоров'я в умовах війни. Їхня діяльність виходить за межі традиційної

реабілітації, формуючи простір для розвитку стійкості, відновлення людської гідності та пост-травматичного розвитку. Подальший розвиток абілітаційної системи є необхідною умовою духовного відновлення українського суспільства.

Важливо, що у Львівському національному університеті імені Івана Франка вперше в Україні нами запроваджено магістерську освітню програму «Абілітація та психологічний супровід» з підготовки фахівців для абілітаційних центрів.

Доведено, що абілітація в умовах війни повинна розглядатися як комплексний процес відновлення та розвитку особистості, який охоплює психологічний, соціальний, моральний і духовний виміри. Важливою умовою ефективної абілітації є формування нових ресурсів адаптації, життєвих смислів, відповідальності та активної суб'єктної позиції людини. Саме духовність забезпечує внутрішню цілісність особистості, сприяє збереженню людської гідності, віри, надії та здатності до посттравматичного розвитку.

Встановлено, що сучасні абілітаційні центри України відіграють важливу роль у підтримці ментального здоров'я населення, забезпечуючи мультидисциплінарний підхід до психологічної, соціальної та духовної допомоги. Їхня діяльність спрямована не лише на подолання наслідків психотравматичного досвіду, а й на розвиток життєстійкості, соціальної інтеграції та формування підтримувального середовища.

Особливого значення набуває концепція інформаційної духовності, яка передбачає наповнення інформаційного простору духовними цінностями, розвиток самосвідомості, моральної культури та духовних орієнтирів особистості. У сучасному цифровому суспільстві це є важливою умовою формування психологічно зрілої, відповідальної та соціально активної особистості.

Отже, духовність як ресурс психологічної абілітації українського суспільства забезпечує інтеграцію психологічних, соціальних і моральних механізмів відновлення особистості та суспільства загалом. Подальший розвиток системи абілітаційної допомоги, підтримка ментального здоров'я населення та формування культури духовності є необхідними умовами успішного відновлення й сталого розвитку України в умовах сучасних викликів.

Конфлікт інтересів: автор є головним редактором журналу. Для забезпечення незалежності редакційного процесу рукопис розглядався уповноваженим редактором, який не перебував у підпорядкуванні автора та не мав конфлікту інтересів. Автор не брав участі у відборі рецензентів, процесі рецензування та прийнятті рішення щодо публікації статті. Рукопис пройшов стандартну процедуру подвійного сліпого рецензування.

Список використаної літератури

1. Жигайло Н. І. Психологія духовного становлення особистості майбутнього фахівця : Монографія. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 336 с.
2. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М., Лазос Г. П. та ін. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія. Київ : Видавничий дім «Слово», 2020. 178 с.
3. Кокун О. М. Психологія професійної стійкості особистості : монографія. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2021. 320 с.
4. Максименко С. Д. Ментальне здоров'я особистості в умовах соціальних трансформацій. - Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 125 с.
5. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : наук. монографія. К. : КММ, 2006. 255 с.
6. Максименко С. Д. Психологія особистості : Підручник. К. : КММ, 2007. 296 с.
7. Москалець В. П. Психологія особистості : навчальний посібник. К. : Центр учбової літератури, 2013. 416 с.

8. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості : монографія. Київ : Наш час, 2005. 278 с.
9. Савчин М. В. Духовний потенціал людини : монографія. Івано- Франківськ: Вид-во «Плай» Прикарпатського ун-ту, 2001. 203 с.
10. Хоронжий А.Г. Керування людини собою: монографія. – Львів: СПОЛОМ, 2020. – 176 с.

SPIRITUALITY AS A RESOURCE FOR THE PSYCHOLOGICAL HABILITATION OF UKRAINIAN SOCIETY

Nataliya Zhyhaylo

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-5686-2652>
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

Mykhailo Tsymbaliuk

*Committee of the Verkhovna Rada of Ukraine on Social Policy and Protection of Veterans' Rights
5, Mykhaila Hrushevskoho str., Kyiv, Ukraine, 01008
<https://orcid.org/0009-0009-8610-8939>
e-mail: tsmmw@tmmw.com*

The article examines spirituality as a resource for the psychological habilitation of Ukrainian society under conditions of war, social transformations, and collective traumatization. The relevance of studying spirituality as a value-based foundation for the recovery of both the individual and society during profound crisis changes is substantiated. It is determined that modern habilitation goes beyond traditional rehabilitation and involves not only the restoration of impaired functions but also the formation of new resources of resilience, meaning-making, and an active subjective position of the individual.

The psychological, social, and spiritual aspects of the impact of war on a person's psycho-emotional state are analyzed. It is demonstrated that spirituality acts as an important factor in preserving the inner integrity of the individual, the ability for self-reflection, responsibility, faith, hope, and overcoming the consequences of traumatic experiences. The role of spiritual values in the formation of psychological resilience, post-traumatic growth, and social solidarity is revealed.

The article characterizes the activities of modern habilitation centers in Ukraine as multidisciplinary spaces of psychological, social, and spiritual support for the population. The main areas of their activity are identified: psychological counseling, psychosocial support, resource-oriented programs, psychoeducational and awareness-raising work. Particular attention is paid to the concept of informational spirituality and the author's model of spiritual personality development based on the growth of self-awareness, moral values, responsibility, and spiritual culture.

It is concluded that spirituality is an important resource for the psychological habilitation of Ukrainian society, as it ensures the integration of psychological, social, and moral dimensions of personal recovery. The necessity of developing a system of habilitation assistance, fostering a culture of spirituality, and supporting the mental health of the population under contemporary challenges is emphasized.

Key words: spirituality, habilitation, psychological resilience, mental health, post-traumatic growth, informational spirituality, social support, war, psychological assistance, resilience.

*Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*