

УДК 159.944.4:355.01

**Роман ПОПЕЛЮШКО**

доктор психологічних наук, професор,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова  
<https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>  
e-mail: [r.p.popeliushko@udu.edu.ua](mailto:r.p.popeliushko@udu.edu.ua)

**Руслана ХРАМЦОВА**

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,  
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка  
<https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>  
e-mail: [rvkhramtsova.fpsrso25m@kubg.edu.ua](mailto:rvkhramtsova.fpsrso25m@kubg.edu.ua)

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ БОЙОВИХ ТРАВМ**

*У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних особливостей формування мотивації військовослужбовців до відновлення після бойових травм. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю підвищення ефективності медико-психологічної реабілітації поранених військовослужбовців. Обґрунтовано, що її результативність значною мірою залежить від сформованості внутрішньої мотивації. Встановлено, що мотивація до відновлення визначається психологічною стійкістю, самоефективністю, ціннісно-сисловою сферою особистості, соціальною підтримкою, професійною ідентичністю та здатністю до переосмислення травматичного досвіду. Визначено основні психологічні бар'єри, що знижують мотивацію до реабілітації. Наголошено, що психологічний супровід і впровадження індивідуалізованих програм підтримки є важливою умовою підвищення ефективності реабілітації військовослужбовців після бойових травм.*

*Ключові слова: військовослужбовці; бойові травми; мотивація до відновлення; резильєнтність; самоефективність; психологічна реабілітація.*

**Roman POPELIUSHKO**

Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University

**Ruslana KHRAMTSOVA**

Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University

## **PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE FORMATION OF MILITARY PERSONNEL'S MOTIVATION FOR RECOVERY AFTER COMBAT INJURIES**

*The article presents a theoretical analysis of the psychological factors determining military personnel's motivation for recovery after combat injuries. The relevance of the study is driven by the increasing number of service members injured during the full-scale war in Ukraine who require comprehensive medical and psychological rehabilitation. It is argued that rehabilitation outcomes largely depend on intrinsic motivation, which promotes active participation in treatment, psychological recovery, and social reintegration.*

*The paper examines contemporary theoretical approaches to motivation, including Self-Determination Theory and the concepts of self-efficacy, psychological resilience, and post-*

*traumatic growth. It is established that motivation for recovery is shaped by psychological resilience, self-efficacy, the value-semantic sphere of personality, social support, professional identity, and the ability to reinterpret traumatic experiences. The study identifies major psychological barriers to rehabilitation, including PTSD, depressive symptoms, anxiety, social isolation, helplessness, and loss of future life prospects. Particular attention is paid to the role of psychological support in fostering intrinsic motivation, strengthening personal resources, and enhancing confidence in one's capabilities. The need to develop individualized psychological support programmes tailored to the nature of combat injuries and the personal characteristics of military personnel is emphasized. It is concluded that strengthening motivation for recovery is essential for improving the effectiveness of the medical, psychological, and social rehabilitation of military personnel following combat injuries.*

*Keywords: military personnel; combat injuries; motivation for recovery; resilience; self-efficacy; psychological rehabilitation.*

<https://doi.org/10.31891/PT-2026-3-11>

Стаття надійшла до редакції / Received 02.07.2026

Прийнята до друку / Accepted 14.08.2026

Опубліковано / Published 27.08.2026



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC-BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

© Роман ПОПЕЛЮШКО, Руслана ХРАМЦОВА

### **Постановка проблеми у загальному вигляді**

**та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Повномасштабна війна в Україні спричинила різке збільшення кількості військовослужбовців, які зазнали бойових травм різного ступеня тяжкості. Наслідки бойових поранень охоплюють не лише фізичні ушкодження, але й суттєві психологічні зміни, що позначаються на подальшому функціонуванні особистості. Втрата здоров'я, зміна соціального статусу, тривале лікування, необхідність адаптації до нових життєвих умов та переживання бойового досвіду суттєво впливають на психологічний стан військовослужбовця та його готовність активно брати участь у реабілітаційному процесі [7; 9; 10].

Сучасна психологічна практика свідчить, що ефективність медичної та психологічної реабілітації значною мірою визначається рівнем мотивації особистості. Навіть за однакових медичних показників результати відновлення можуть істотно відрізнятися залежно від того, наскільки людина вірить у можливість власного одужання, готова виконувати рекомендації спеціалістів і підтримує прагнення повернутися до повноцінного життя [11].

Особливої актуальності проблема мотивації набуває щодо військовослужбовців, які пережили інтенсивний бойовий досвід. Для цієї категорії осіб характерним є поєднання фізичних ушкоджень із психологічними наслідками травми, серед яких посттравматичний

стресовий розлад, депресія, тривожність, порушення самооцінки, почуття провини та втрата життєвих перспектив [3; 7; 12].

Саме тому одним із ключових напрямів сучасної військової психології стає вивчення психологічних чинників, які підтримують або, навпаки, знижують мотивацію військовослужбовців до відновлення після бойових травм.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій**

Проблематика мотивації традиційно посідає важливе місце в психологічній науці. Значний внесок у дослідження механізмів мотивації зробили А. Маслоу, Д. МакКлелланд, А. Бандура, Е. Десі та Р. Раян. Їхні роботи стали основою сучасного розуміння внутрішньої та зовнішньої мотивації, психологічних потреб особистості та механізмів саморегуляції поведінки [9; 11].

Особливе значення для розуміння процесу відновлення після психотравм мають дослідження Г. Бонанно, який розкрив феномен психологічної стійкості (resilience) [10], та праці Р. Тедесчі і Л. Калхона щодо концепції посттравматичного зростання [12]. Автори довели, що переживання травматичних подій не завжди призводить до негативних наслідків, а за певних умов може стати підґрунтям особистісного розвитку, переосмислення життєвих цінностей та формування нових життєвих перспектив.

Серед українських науковців значний внесок у дослідження психологічних особливостей військовослужбовців зробили Н. Агаєв, В. Зливков, Л. Карамушка, О. Кокун, С. Лукомська та інші дослідники. Їхні праці присвячені проблемам професійної стійкості, психологічної адаптації, професійного здоров'я, стресостійкості та реабілітації військових [1; 2; 3; 7].

Попри значну кількість наукових праць, питання саме психологічної мотивації військовослужбовців до відновлення після бойових травм залишається недостатньо розробленим. Більшість досліджень акцентує увагу на лікуванні наслідків травми, тоді як психологічні механізми формування мотивації до реабілітації потребують подальшого комплексного аналізу.

### **Формулювання цілей статті**

**Метою статті** є здійснення теоретичного аналізу психологічних особливостей мотивації військовослужбовців до відновлення після бойових травм, визначення основних психологічних чинників, що впливають на ефективність реабілітації, а також

обґрунтування напрямів психологічного супроводу формування внутрішньої мотивації.

### Виклад основного матеріалу

Мотивація до відновлення являє собою складну багаторівневу систему внутрішніх і зовнішніх чинників, які визначають готовність особистості брати активну участь у лікуванні, психологічній реабілітації та подальшій соціальній адаптації. Вона охоплює систему потреб, цінностей, переконань, емоційних переживань і життєвих смислів, що визначають поведінку людини після отримання травми [9].

Після бойового поранення відбувається істотна перебудова мотиваційної сфери особистості. Військовослужбовець змушений переглядати життєві цілі, адаптуватися до нових фізичних можливостей, змінювати професійні плани та переосмислювати власну роль у суспільстві. Саме в цей період психологічна підтримка відіграє визначальну роль у формуванні позитивної установки на відновлення.

Відповідно до теорії самодетермінації Е. Десі та Р. Райана, найефективнішою є внутрішня мотивація, яка формується тоді, коли діяльність відповідає особистісним цінностям людини та задовольняє її базові психологічні потреби – автономію, компетентність і соціальну належність [11]. Якщо військовослужбовець сприймає реабілітацію не як примусову вимогу, а як шлях до відновлення власної незалежності та повернення до активного життя, його мотивація стає значно стійкішою.

Дослідження свідчать, що мотивація до відновлення формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, таких як: рівень психологічної стійкості; сформованість самоефективності; ціннісно-смилова сфера; рівень соціальної підтримки; особливості переживання бойового досвіду; психологічний стан після травми; професійна ідентичність військовослужбовця [3; 4; 7]. Саме взаємодія зазначених компонентів визначає рівень готовності військовослужбовця брати активну участь у процесі відновлення.

Одним із найважливіших психологічних ресурсів є **психологічна стійкість** (резильєнтність). Вона характеризує здатність людини підтримувати ефективне функціонування навіть в умовах тривалого стресу, адаптуватися до несприятливих життєвих обставин та поступово відновлювати психологічну рівновагу після психотравмуючих подій [10].

Для військовослужбовців психологічна стійкість має особливе значення, оскільки саме вона дозволяє долати наслідки бойового стресу, підтримувати віру у власні сили та зберігати орієнтацію на майбутнє навіть за наявності важких фізичних ушкоджень.

На думку О. Кокуна, психологічна стійкість військовослужбовців включає когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційний компоненти, які взаємно підтримують один одного [3]. Зниження одного з них неминуче впливає на загальну ефективність реабілітації. Високий рівень психологічної стійкості проявляється у таких здатностях, як: приймати наслідки травми без втрати життєвих перспектив; підтримувати позитивне бачення майбутнього; активно співпрацювати з медичним персоналом; пошук нових можливостей професійної та соціальної самореалізації; використовувати власний травматичний досвід як ресурс особистісного розвитку [3].

Важливим психологічним чинником, що визначає успішність реабілітації військовослужбовців після бойових травм, є **самоефективність**. Відповідно до соціально-когнітивної теорії А. Бандури, самоефективність розглядається як переконання людини у власній здатності організувати та виконати необхідні дії для досягнення поставленої мети [9]. Саме ці переконання визначають, наскільки активно особистість буде долати труднощі, реагувати на невдачі та підтримувати мотивацію у складних життєвих ситуаціях.

У процесі реабілітації військові постійно стикаються з необхідністю виконання фізично та психологічно складних завдань. Високий рівень самоефективності сприяє тому, що труднощі сприймаються як тимчасові перешкоди, які можливо подолати, тоді як низький рівень призводить до виникнення безпорадності, уникнення лікувальних процедур та втрати віри у власне одужання.

Формування самоефективності відбувається під впливом кількох взаємопов'язаних джерел: власного позитивного досвіду подолання труднощів; спостереження за успішним досвідом інших військовослужбовців; підтримки з боку медичного персоналу, психологів та членів родини; позитивної оцінки навіть незначних досягнень під час реабілітації; поступового ускладнення реабілітаційних завдань [1; 6; 7; 12].

Саме тому психологічний супровід має бути спрямований не лише на корекцію емоційних порушень, а й на розвиток впевненості військовослужбовця у власних можливостях. Кожен успішно виконаний етап лікування формує позитивний досвід, який підтримує внутрішню мотивацію та сприяє подальшому особистісному розвитку.

Одним із фундаментальних механізмів підтримання мотивації виступає **ціннісно-смилова сфера** особистості. Переживання бойової травми часто супроводжується переглядом життєвих пріоритетів, зміною професійної ідентичності та переоцінкою власного майбутнього. Саме тому важливого значення набуває формування

нових життєвих смислів, які дозволяють людині адаптуватися до нових умов існування [7; 8].

В. Франкл зазначав, що людина здатна долати надзвичайно складні життєві випробування за умови усвідомлення сенсу власного життя [8]. Для військовослужбовців таким джерелом можуть бути відповідальність перед родиною, прагнення повернутися до активної професійної діяльності, бажання допомагати побратимам або брати участь у розвитку ветеранського руху.

Формування нових життєвих смислів сприяє переходу від позиції пасивного переживання наслідків травми до активної життєвої позиції. У такому випадку реабілітація перестає бути лише процесом лікування і набуває значення особистісного розвитку. Тому, до найважливіших ціннісних орієнтацій військовослужбовців відносять: служіння державі; відповідальність перед родиною; відновлення фізичної незалежності; допомога іншим ветеранам; прагнення до повноцінного життя; особистісне зростання після пережитої травми [1; 7]. Саме ці смислові орієнтири забезпечують довготривалу внутрішню мотивацію навіть у випадках тривалого лікування.

Поряд із внутрішніми психологічними ресурсами важливе місце займає **соціальна підтримка**. Численні дослідження доводять, що якісні міжособистісні взаємини істотно знижують рівень психологічного дистресу та підвищують ефективність реабілітаційних програм [10].

Соціальна підтримка виконує декілька функцій. По-перше, вона забезпечує емоційну стабільність. По-друге, сприяє підтриманню віри у власні можливості. По-третє, допомагає людині зберігати активну життєву позицію навіть у складних обставинах [7].

В цьому контексті, особливого значення набувають: підтримка сім'ї; взаємодія з побратимами; професійна допомога психологів; підтримка медичного персоналу; діяльність ветеранських організацій; участь у групах взаємодопомоги [1; 4; 7].

Соціальне середовище формує відчуття приналежності, що відповідно до теорії самодетермінації є однією з базових психологічних потреб людини [11]. Проте, незважаючи на значний потенціал особистісних ресурсів, процес реабілітації може супроводжуватися низкою психологічних труднощів. До таких труднощів відносять: симптоми посттравматичного стресового розладу; депресивні прояви; генералізовану тривогу; почуття провини; переживання втрати професійної ідентичності; страх залежності від інших; негативне бачення майбутнього; соціальна ізоляція; емоційне вигорання [1; 3; 7].

Зазначені фактори негативно впливають на прихильність до лікування, знижують активність військовослужбовців та можуть призводити до відмови від реабілітаційних заходів.

Особливо небезпечним є формування так званої набутої безпорадності, коли людина перестає вірити у можливість позитивних змін. У такому випадку навіть незначні труднощі сприймаються як доказ неможливості одужання, що суттєво погіршує результати лікування [7].

Комплексний психологічний супровід є необхідною умовою успішного відновлення військовослужбовців після бойових травм. Його основною метою виступає підтримка внутрішньої мотивації, розвиток психологічної стійкості, формування адекватної самооцінки та активізація особистісних ресурсів. Науковці та практики, що займалися даним питанням, до основних напрямів психологічної роботи з військовослужбовцями, відносять: психологічне консультування; психодіагностику; психоедукацію; КПТ; розвиток навичок емоційної саморегуляції; тренінги розвитку резильєнтності; підвищення рівня самоєфективності; роботу із сім'єю військовослужбовця; підтримку посттравматичного зростання [3; 5; 6; 7].

Особливої уваги потребує створення індивідуальних програм психологічного супроводу, які враховують характер бойової травми, особистісні особливості військовослужбовця, його професійний досвід та соціальне оточення.

### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

Мотивація до відновлення після бойових травм є складним багатокомпонентним психологічним утворенням, що формується під впливом особистісних, соціально-психологічних та ситуаційних чинників. Її рівень значною мірою визначає ефективність медичної, психологічної та соціальної реабілітації військовослужбовців.

Проведений теоретичний аналіз дозволив встановити, що найважливішими психологічними чинниками мотивації виступають психологічна стійкість, самоєфективність, ціннісно-смилова сфера особистості, соціальна підтримка та здатність до посттравматичного зростання. Водночас симптоми посттравматичного стресового розладу, депресивні прояви, соціальна ізоляція, почуття безпорадності та негативне бачення майбутнього можуть істотно знижувати мотивацію до активної участі в реабілітаційному процесі.

Практична цінність отриманих результатів полягає у можливості використання наведених теоретичних положень під час

розроблення комплексних програм психологічного супроводу військовослужбовців, спрямованих на підтримку внутрішньої мотивації, розвиток особистісних ресурсів та підвищення ефективності реабілітації.

Перспективними напрямками подальших наукових досліджень є емпіричне вивчення взаємозв'язку між мотивацією до відновлення, рівнем психологічної стійкості, особливостями переживання бойового досвіду та ефективністю реабілітаційних програм.

### Література

1. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка. 2016. 219 с.
2. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
3. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
4. Кокун О.М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
5. Попелюшко Р., Логвіна О., Руденок А. Копінг-поведінка у системі забезпечення безпеки особистості під час проходження військової служби. *«Психологічні травелоги»*, 2025, № 1. С. 215-222. <https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-22>
6. Попелюшко Р. Основні аспекти забезпечення психологічної стійкості комбатантів. *«Психологічні травелоги»*, 2024, № 1. С. 170-179. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-1-16>
7. Попелюшко Р.П. Психологічна реабілітація комбатантів при віддалених наслідках стресогенних впливів: монографія. Київ : «Видавництво Людмила», 2020. 392 с.
8. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : КСД, 2022. 160.
9. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : Worth Publishers, 1997. 604 p.
10. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 2004. P. 20-28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>



11. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York : Guilford Press. 2017. 756 p.

12. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 2004. P. 1-18. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501_01)

## References

1. Zlyvkov V.L., Lukomska S.O., Fedan O.V. Psykhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttievykh sytuatsiiakh. Kyiv : Pedahohichna dumka. 2016. 219 s.

2. Karamushka L.M. Psykhichne zdorovia osobystosti pid chas viiny: yak yoho zberehty ta pidtrymaty : Metod. rekomendatsii. Kyiv : Instytut psykhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2022. 52 s.

3. Kokun O.M., Ahaiev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S., Ostapchuk V.V. Psykhologichna robota z viiskovosluzhbovtsiamy - uchasnkyamy ATO na etapi vidnovlennia: Metodychnyi posibnyk. Kyiv : NDTs HP ZSU, 2017. 282 s.

4. Kokun O.M. Zhyttestiikist i rezylientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka : monohrafiia. Kyiv : Instytut psykhologii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2025. 214 s.

5. Popeliushko R., Lohvina O., Rudenok A. Kopinh-povedinka u systemi zabezpechennia bezpeky osobystosti pid chas prokhodzhennia viiskovoi sluzhby. «Psykhologichni travelohy», 2025, № 1. S. 215-222. <https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-22>

6. Popeliushko R. Osnovni aspekty zabezpechennia psykhologichnoi stiikosti kombataniv. «Psykhologichni travelohy», 2024, № 1. S. 170-179. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-1-16>

7. Popeliushko R.P. Psykhologichna rehabilitatsiia kombataniv pry viddalenykh naslidkakh stresohennykh vplyviv: monohrafiia. Kyiv : «Vydavnytstvo Liudmyla», 2020. 392 s.

8. Frankl V. Liudyna v poshukakh spravzhnoho sensu. Psykholog u kontstabori. Kharkiv : KSD, 2022. 160.

9. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : Worth Publishers, 1997. 604 p.

10. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 2004. P. 20-28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>

11. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York : Guilford Press. 2017. 756 p.

12. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 2004. P. 1-18. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501_01)