

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

**СЛЮТ Марина Олегівна**

УДК 159.9: 615.851

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД МОЛОДІ**  
**В ПРОЦЕСІ ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ВТРАТ**  
**І ТРАВМАТИЧНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ**

19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи

**АВТОРЕФЕРАТ**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук



Київ – 2026

Дисертацією є рукопис

Робота виконана у Східноукраїнському національному університеті імені Володимира Даля МОН України, кафедра практичної психології та соціальної роботи, м. Київ.

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор  
**Завацький Юрій Анатолійович**,  
Східноукраїнський національний університет  
імені Володимира Даля МОН України,  
кафедра фізичного виховання, завідувач.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**Гейко Євгенія Вікторівна**,  
Центральноукраїнський державний університет  
імені Володимира Винниченка  
МОН України, кафедра практичної психології,  
професор;

кандидат психологічних наук  
**Лисничка Ірина Петрівна**,  
ДЗ «Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка» МОН України,  
кафедра психології, доцент.

Захист відбудеться «25» квітня 2026 року о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 29.051.11 Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля МОН України за адресою: 01042, м. Київ, вул. Іоанна Павла II, 17, ауд. 401.

Із дисертацією можна ознайомитися на офіційному сайті університету <https://snu.edu.ua/index.php/science/spetsializovani-vcheni-rady-iz-zahystu-dysertatsij-d-29-051-11/> та у науково-технічній бібліотеці Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля МОН України за адресою: 01042, м. Київ, вул. Іоанна Павла II, 17.

Автореферат розісланий «24» березня 2026 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради



Г.М. Побокіна

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми дослідження.** Трансформаційні зміни сучасного соціуму часто супроводжуються значними і численними втратами, чому сприяють події (збройні конфлікти, терористичні акти, стихійні лиха тощо), які розгортаються як у глобальному вимірі, так і безпосередньо в межах України. Внаслідок таких критичних подій виникає значний обсяг глибоких переживань, що зачіпають різноманітні сфери буття. При цьому чинники травматизації та її руйнівного впливу особливо негативно впливають на молодь, як найбільш вразливу соціальну групу.

Констатовано, що наукові здобутки у сфері психології, які стосуються втрати та травматичних подій, артикулюють різні аспекти психологічного підґрунтя травми: трансгенераційний та феноменологічний підходи у розгляді психології травм (В. Болебер, Н. Гоцуляк, С. Литвиненко, Р. Павелків, І. Пасічник, В. Ямницький та ін.); нейрофізіологічні аспекти травматизму та синдром бойової посттравматичної стресової реакції (ПТСР) (І. Данилюк, В. Зливков, С. Кузікова, О. Сафін, Л. Царенок, В. Яремчук та ін.); відображення травматичного досвіду на особистісних якостях та діях (Н. Максимова, Я. Каплуненко, А. Терещук та ін.); ознаки травматичних проявів та методики реабілітації (Ю. Карук, М. Оксютович, В. Сабадуха та ін.); а також питання втрати й процесу переживання горя (М. Войтович, В. Волошин, А. Кабанцева, В. Яремчук та ін.). Проте, особливості переживання втрати й травматичних переживань у молоді залишаються наразі недостатньо дослідженими.

Лише в останні роки, через посилення уваги до питань травматичного досвіду, з'явилися напрацювання, які розглядають проблеми надання термінової нетривалої психологічної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій. Разом із тим, потребує поглибленого аналізу та вивчення процес тривалого соціально-психологічного супроводу молоді після втрат і травматичних переживань. Крім того, майже відсутня належна система соціально-психологічної підтримки, що забезпечувала б довготривалу допомогу молоді, яка пережила травматичний досвід: бракує ґрунтовно опрацьованих методик надання соціально-психологічної допомоги, спеціальної науково-методичної літератури з цієї проблематики, що свідчить про нагальну потребу у підвищенні значущості цієї проблеми та її вирішення у вимірі соціальної психології.

Отже, окреслена проблема вимагає зведення до розгляду та поглибленого вивчення декількох ключових напрямків: проведення ґрунтовних наукових пошуків в зазначеному векторі; необхідність концептуалізації проблеми на рівні теорії; створення адекватного апарату (інструментарію) для фіксації індивідуальних відмінностей у процесі переживання втрати молоддю людиною; формування практичної технології соціально-психологічного супроводу молоді, яка опинилася у подібних життєвих обставинах.

Таким чином, актуальність цього дослідження завважається потребою у розробці дієвої системи соціально-психологічного супроводу молоді в процесі її відновлення після втрат і травматичних переживань, як в аспекті наукової

соціально-психологічної позиції, так і у векторі теоретико-практичних запитів суспільства, що зумовило вибір теми дисертаційного дослідження: *«Соціально-психологічний супровід молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань»*.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконано в межах комплексних науково-дослідних тем кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля «Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі», «Соціально-психологічні основи розвитку адаптаційного потенціалу особистості засобами інноваційних психотехнологій в умовах трансформаційних змін сучасного суспільства». Тему дисертаційного дослідження затверджено Вченою радою Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (протокол № 4 від 25 грудня 2015 р.).

**Об'єкт дослідження** – процес відновлення молоді після втрат і травматичних переживань.

**Предмет дослідження** – соціально-психологічний супровід молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та емпірично визначити особливості соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

Для досягнення мети було висунуто такі **завдання дослідження**:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення проблеми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

2. Здійснити порівняльний аналіз соціально-психологічних особливостей молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

3. Розкрити соціально-психологічну специфіку перебігу процесу стадійності змін при відновленні молоді після втрат і травматичних переживань.

4. Розробити та апробувати програму соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань та оцінити її ефективність.

**Теоретико-методологічну основу дослідження** становили: принципи системно-цілісного (В. Бочелюк, С. Гарькавець, Є. Гейко, А. Коваленко, І. Пасічник та ін.), суб'єктно-діяльнісного (В. Барко, Г. Костюк, С. Максименко, С. Миронець та ін.), системно-структурного (А. Кононенко, О. Кононенко, Л. Руденко, Л. Сердюк, О. Шевяков та ін.) підходів у психології; концепції розвитку особистості як активного суб'єкта життєдіяльності (І. Гоян, Л. Заграй, І. Попович, Г. Радчук, В. Турбан, Н. Чепелева та ін.) та її адаптації до соціальних умов (Ю. Бохонкова, А. Грись, Н. Завацька, В. Корнієнко, О. Литвиненко, О. Лосієвська, Л. Пілецька, Р. Шевченко та ін.); положення про стадійність перебігу «гострого горя» (Д. Боулбі, Е. Ліндемманн, С. Пайкез, К. Седих, Д. Хелл та ін.), переживання втрати, як послідовного вирішення психологічних завдань (С. Буш, Д. Вейс, В. Ворден, К. Мирончак, П. Сілверман, Т. Титаренко, О. Фурман, О. Цільмак

та ін.) та соціальної підтримки, як важливого захисного чинника у цьому процесі (М. ван Ассен, Н. Біттер, С. ван Ньювенхуїзен, Д. Роєг та ін.); положення теорії комплексної допомоги при ПТСР (І. Батраченко, В. Зливков, О. Кокун, С. Кузікова, Б. ван дер Колк, Н. Лозінська, Дж. Найп, В. Остапчук, І. Пішко, Р. Шварц та ін.), психотерапії емоційних травм (К. Росс, Дж. Рубін, Ф. Шапіро та ін.) та музикотерапії, як дієвого методу психокорекції травматичних переживань (Дж. Алвін, К. Брассія, П. Нордофф, М. Прістлі, К. Роббінс та ін.); положення і принципи активних соціально-психологічних форм і методів роботи (О. Блискун, А. Борисюк, В. Волюшина, Ю. Завацький, О. Лукашов, Я. Раєвська, Н. Токарева, Т. Траверсе, Л. Черновська, О. Чуйко та ін.).

#### **Методи дослідження:**

– *теоретичні*: теоретико-методологічний аналіз наукових концепцій та поглядів з проблеми дослідження особливостей соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань (теоретичне моделювання, методи порівняння, систематизації, узагальнення); наукова інтерпретація і синтез емпіричних даних;

– *емпіричні*: спостереження, бесіда, психодіагностичні методики: «Міссісіпська шкала ПТСР» (Mississippi Scale for Combat-Related PTSD (M-PTSD) (Т. Кеане, Дж. Кадделл, К. Тейлор); «Шкала самооцінки наявності ПТСР PCL-5» (Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) (National Center on PTSD, USA); «Шкала психологічного стресу PSM-25» (R. Lemyr, R. Tessier, L. Fillion); тест «Аналіз стилю життя» (Ч. Матусевич); «Шкала реактивної та особистісної тривожності» (Ч. Спілбергер); «Опитувальник депресивності» (А. Бек);

– *статистичні*: результати емпіричного дослідження опрацьовувалися з використанням методів математичної статистики з їх подальшою якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. Статистична обробка результатів дослідження здійснювалася за допомогою пакету статистичних програм SPSS (версія 21.0).

**Організація і база дослідження.** Дослідження проводилось упродовж 2014-2025 років на базі науково-практичного Центру медико-соціальних та психотехнологій (м. Київ), Українського Північно-Східного Інституту прикладної та клінічної медицини (м. Суми), Центру надання правової та психо-соціальної допомоги ВПО (м. Київ), Комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» (м. Запоріжжя).

Вибірку склали 126 респондентів різної статі у віці 18-35 років, які мали досвід втрати і травматичних переживань різної тривалості та походження.

**Надійність і вірогідність результатів дослідження** забезпечена методологічним обґрунтуванням вихідних теоретичних позицій, використанням взаємодоповнювальних методів, що відповідають меті та завданням дослідження, репрезентативністю вибірки, поєднанням кількісних та якісних методів аналізу отриманих емпіричних даних, використанням методів математичної статистики.

**Наукова новизна та теоретичне значення дослідження** полягає в тому, що:

– *вперше: запропоновано* дворівневу структуру моделі переживання втрати молоддю, представлену через психологічні новоутворення, які є наслідками втрати («психологічний образ втрати» – на подієво-рефлексивному рівні, «переживання втрати як духовне випробування» – на духовно-рефлексивному рівні, «психологічний зв'язок з травмою» – на обох рівнях); *визначено та систематизовано* соціально-психологічні чинники, що впливають на індивідуальний характер переживання молоддю втрати (характер ситуації втрати, сприйняття ситуації втрати, особливості втраченого, соціокультурний простір, соціально-психологічні особливості молоді, яка перебуває у ситуації втрати та травматичних переживань); *виявлено* соціально-психологічну специфіку перебігу процесу стадійності змін при відновленні молоді після втрат і травматичних переживань та *виокремлено* її соціально-психологічні ресурси на мікро-, мезо- та макро- рівнях; *розкрито* концептуальні й змістовно-процесуальні основи програми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, побудованої на засадах системно-цілісного, суб'єктно-діяльнісного, системно-структурного підходів, із запровадженням авторського курсу інтегративної музикотерапії, що поєднувала психотерапевтичний вплив музики та інших видів мистецтва;

– *поглиблено та уточнено:* уявлення про соціально-психологічні феномени, що характеризують процес і результат відновлення молоді після втрат і травматичних переживань та їх осмислення;

– *набули подальшого розвитку:* погляди на змістовну специфіку та соціально-психологічні трансформації в процесі відновлення молоді після втрат і травматичних переживань; підходи до засобів і технологій соціально-психологічного супроводу особистості в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, зокрема молоді.

**Практичне значення дослідження** полягає у можливості застосування психодіагностичного інструментарію для виявлення соціально-психологічних особливостей молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань; у розробці та операціоналізації дворівневої структури моделі переживання втрати молоддю. Теоретично та емпірично обґрунтовані положення дисертації можуть використовуватися з метою розробки програм соціально-психологічної допомоги молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань; як методичне забезпечення психодіагностики, психологічного консультування, психопрофілактики, психокорекції та психотерапії у роботі з молоддю в процесі її відновлення після втрат і травматичних переживань та бути рекомендовані для впровадження у Центрах психологічної та медико-соціальної реабілітації, соціально-психологічної допомоги, соціальної адаптації, відновлювального лікування та ін.

Результати дослідження **впроваджено** у роботу науково-практичного Центру медико-соціальних та психотехнологій (м. Київ) (довідка № 03/19.05 від 05.01.2026 р.), Українського Північно-Східного Інституту прикладної та клінічної медицини (м. Суми) (довідка від 12.01.2026 р.), Центру надання правової та психо-соціальної допомоги ВПО (м. Київ) (довідка № 17-11-25Ф від 17.11.2025 р.); у навчально-науковий процес Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (довідка № 04/15.04 від

05.01.2026 р.), Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (довідка № 01-15/2522 від 31.12.2025 р.), Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (м. Миколаїв) (довідка № 01.1-07/03/37 від 15.01.2026 р.), Комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради (довідка № 01-22/01 від 05.01.2025 р.) і використовуються у процесі викладання освітніх компонент та спецкурсів «Соціальна психологія», «Психологічне консультування», «Психологічна корекція», «Психологія соціальної роботи», «Психологія особистості», «Кризова психологія» та ін.

**Особистий внесок авторки.** Розроблені наукові положення та отримані результати емпіричного дослідження є самостійним внеском авторки у визначення особливостей соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань. В опублікованих зі співавторами працях доробок авторки становить 60%. Розробки та ідеї, що належать співавторам, у дисертації не використовуються.

**Апробація результатів дослідження.** Основні теоретичні та практичні положення дисертаційної роботи було представлено на науково-практичних конференціях, круглих столах, зокрема на *міжнародних*: III науково-практичній конференції молодих учених, аспірантів і студентів «Актуальні питання соціальної та практичної психології у координатах сучасних парадигм» (Севеодонецьк, 2015 р.), V науково-практичній конференції молодих учених, аспірантів і студентів «Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри» (Київ, Севеодонецьк, 2016 р.), X дистанційній науково-практичній конференції з позитивної транскультуральної психотерапії Н. Пезешкіана «Позитивна психотерапія у крос-культурному світі: реальність, завдання, можливості» (Дніпро, 2020 р.), XXII міждисциплінарній науково-практичній конференції «Простір арттерапії: вектори зцілення у часи війни» (Київ, 2025 р.), 13th European Music Therapy Conference (Berlin, Germany, 23rd to 27th July, 2025), X науково-практичній конференції «Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри» (Ополе (Польща), Київ, 2025 р.), IX науково-практичній конференції «Актуальні питання здоров'язбереження у координатах сучасних парадигм» (Ополе (Польща), Київ, 2025 р.); з *міжнародною участю*: XVII Всеукраїнській науково-практичній конференції «Соціально-психологічні проблеми трансформації сучасного суспільства» (м. Київ, 2025 р.), III Всеукраїнській науково-практичній конференції «Особистісне зростання в умовах воєнного часу: військовий та цивільний досвіди» (Київ, 2025 р.); *всеукраїнських*: науковій конференції «Особистість у діяльнісному підході: сучасний погляд» (Київ, 2019 р.), IV науково-практичній конференції «Арт-терапія в роботі психолога: інноваційні підходи» (Кропивницький, 2022 р.), Першій конференції з музикотерапії (Львів, 2024 р.), науковому круглому онлайн-столі «Здобутки української психології за воєнний час та ціна, яку вона платить за це» (Київ, 2025 р.), щорічному науковому круглому онлайн-столі «Наукова спадщина української психології: єдність минулого та теперішнього» (Київ, 2025 р.), доповідалися та обговорювалися на розширених засіданнях кафедри

практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (2015-2025 рр.).

**Публікації.** Основні положення й висновки дисертаційної роботи представлено у 22 публікаціях авторки, з яких 6 статей у наукових фахових виданнях із психології (з них 4 статті – у наукометричних виданнях, 1 з яких – у наукометричній базі Scopus), 16 публікацій – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій та інших виданнях.

**Структура дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел із 231 найменування (з них 121 – іноземними мовами). Загальний обсяг дисертації викладено на 248 сторінках, із них 222 сторінки основного тексту. Робота містить 14 таблиць на 8 сторінках.

## **ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ**

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, її зв'язок з науковими програмами, планами, темами; визначено об'єкт, предмет, мету, завдання, методи дослідження; розкрито наукову новизну, теоретичне та практичне значення отриманих результатів; наведено дані про апробацію роботи, подано відомості про публікації авторки з теми дослідження; окреслено структуру та обсяг дисертації.

У **першому розділі «Теоретико-методологічний аналіз підходів до процесу відновлення молоді після втрат і травматичних переживань»** наведено аналіз наукових поглядів на соціально-психологічну природу втрати та травматичних переживань, а також їх дію на особистість молодої людини; розкрито сучасні підходи до відновлення молоді після втрат і травматичних переживань.

Виокремлено провідні підходи до висвітлення втрати та її переживання:

- як процесу з афективними, когнітивними та поведінковими симптомами (Н. Гоцуляк, С. Литвиненко, В. Ямницький та ін.);

- як прояву процесів, що відбуваються в різних сферах життя особистості: соматичній, психологічній (афективній, когнітивній), соціальній, через визначення загальної симптоматики в переживанні різних видів втрат, типів патологічних реакцій на втрату, симптоматології та стадійності перебігу «гострого горя» (Л. Паливода, А. Терещук та ін.);

- як послідовного вирішення психологічних завдань (Д. Вейс, В. Ворден, С.Дж. Буш, П.Р. Сілверман та ін.);

- як процесу трансформації зв'язку з травмою; підходу до втрати як до об'єкта прихильності (Дж. Боулбі);

- як травмуючої події, що руйнує особистість (Р. Джармен, Л. Міллер, Дж.Д. Сьювел, Р. Янофф-Бульман та ін.) та має болісний й інтенсивний вплив, що призводить до проблем у системі самоставлення, розриву цілісної картини життєвого шляху;

- як процесу «сислової реконструкції» (Д. Броунінг, Р. Неймейкр, П.Р. Сілверман, Л. Хендрікс), що розглядається в цілісному контексті життя особистості та заснованому на провідній ролі смислової сфери і особистісному зростанні, як можливому результаті переживання втрати;

- як процесу змін, що відбуваються на духовному рівні особистості та який поєднує релігійний і психологічний аспекти, зокрема у векторі переживання «очікуваної втрати» (О. Аврамчук, Н. Максимова, В. Франкл та ін.).

Визначено, що психологічний супровід молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань полягає у позначенні індивідуальних шляхів переживання втрати: «духовність», «допомога іншим», «відносини: «здорове мислення», «реінвестування: охоплюючи життя» (А. Пренд). Перевагою цього супроводу є те, що в ньому розглядаються глибинні процеси, які відбуваються у внутрішньому світі особистості при осмисленні втрати; підкреслюється індивідуальність процесу переживання і його залежність від життєвого і духовного досвіду особистості, зокрема з точки зору узагальнених життєвих закономірностей і смислів.

Показано, що на основі аналізу різних концепцій внутрішнього світу особистості запропоновано модель внутрішнього світу як простору, в якому розгортається переживання втрати. Ця структурна модель включає: систему відносин особистості (до себе, до інших, до світу); рівні осмислення життєвих подій (конкретно-подієвий, рефлексивний, духовний); форми існування життєвого досвіду (когнітивну, афективну, поведінкову).

Доведено наявність рівнів (подієво-рефлексивного і духовно-рефлексивного) осмислення життєвих подій і обґрунтовано введення дворівневої структури переживання втрати. Виокремлено основні смислові компоненти «втрати»: безповоротність, значущість, незалежність від волі людини, актуальність.

Обґрунтовано логічність використання поняття «перехід» (Ю. Карук, А. Терещук, М. Оксютрович) для позначення процесуального і кризового характеру втрати і зазначено, що поняття переходу передбачає чітке визначення психологічного завдання кожного етапу і загального завдання процесу переживання на кожному рівні: на подієво-рефлексивному – адаптація, на духовно-рефлексивному – розвиток.

В якості продуктивного підсумку переживання втрати висвітлено психологічні новоутворення, що належать до різних рівнів переживання втрати. «Психологічний образ втрати» – це підсумок переживання на подієво-рефлексивному рівні, «переживання втрати як духовне випробування» – на духовно-рефлексивному рівні, «психологічний зв'язок з травмою» – на обох рівнях.

Наголошено на можливості використання поняття «духовне випробування» для опису процесів, що відбуваються на найвищому – смисловому – рівні переживання втрати. У зв'язку з цим уведено поняття «духовного» рівня осмислення подій.

Визначено поняття «втрата як духовне випробування» і можливість його психологічного та екзистенціального трактування. Запропоновано поняття «тематичні екзистенційні константи» для позначення тематики екзистенційного характеру, над якими працює кожна особистість при переживанні втрати. Ці теми складають смислові компоненти переживання втрати, а саме усвідомлення вимог ситуації переживання втрати (умови ситуації, що вимагають відповідних психологічних зусиль; особливості

усвідомлення цих вимог, бачення своїх можливостей); осмислення окремих екзистенційних питань (самотність, смерть та ін.); проживання досвіду набуття і втрати близьких стосунків тощо.

Обґрунтовано необхідність здійснення порівняльного аналізу соціально-психологічних особливостей молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

**У другому розділі «Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань»** висвітлено процедуру та принципи побудови емпіричного дослідження, обґрунтовано репрезентативність вибірки; здійснено аналіз психодіагностичного інструментарію та його відповідності завданням дослідження; наведено результати констатувального етапу дослідження та узагальнено його результати.

На *першому етапі* дослідження здійснено аналіз його результатів за психодіагностичними методиками, які увійшли до блоку, котрий висвітлює специфіку представленості ПТСР у досліджуваних (Mississippi Scale, PCL-5, PSM-25) та демонструє суттєві відмінності як між військовими та цивільними респондентами, так і у гендерному вимірі. Так, виявлено чутливість Mississippi Scale до контексту (бойовий досвід vs цивільне життя) та можливий гендерний вплив на вираженість симптомів. Результати за PCL-5 вказують на різноспрямовані тенденції залежно від способу оцінювання: чоловіки схильні завищувати симптоматику у самооцінці, тоді як у жінок більш високі показники фіксуються при зовнішньому моніторингу, що може вказувати на різні стратегії самопрезентації та особливості сприйняття власного психоемоційного стану. PSM-25 демонструє стабільність результатів незалежно від статі, що, зокрема, робить його інструментом із потенційно високою універсальністю для порівняльних досліджень.

Порівняльний аналіз стилів життя військових і цивільних осіб, чоловіків та жінок, які пережили травму, засвідчив наявність як спільних, так і відмінних тенденцій. Духовний стиль виступає універсальним ресурсом для всіх груп, оскільки травматичний досвід актуалізує потребу у пошуку сенсу та моральної опори. Військові (чоловіки) тяжіють до конформного та прагматичного стилів, що відображає орієнтацію на дисципліну, правила та практичні результати. Цивільні чоловіки схильні компенсувати травму через прагматичні досягнення та гедоністичні орієнтації, спрямовані на відновлення радості життя. Цивільні жінки орієнтуються на альтруїзм і духовність, що стає ключовим ресурсом у подоланні наслідків травми. З'ясовано, що загалом по вибірці гендерний фактор суттєво впливає на вибір стилю життя після травми: чоловіки більше тяжіють до прагматизму й контролю, тоді як жінки – до духовності та альтруїзму.

На *другому етапі* дослідження визначено особливості взаємозв'язку соціальної підтримки та психічного здоров'я респондентів. Чинники соціальної підтримки класифіковано як такі, що представляють ресурси респондентів на макро-, мезо- та мікро- рівнях; індивідуальні ресурси (мікрорівень) – психологічні схильності, переконання або здібності; мезорівень – ресурси, які сприймалися або були доступними в найближчому соціальному оточенні досліджуваних (наприклад, сім'я, друзі); макрорівень –

ресурси в більш ширшому оточенні або в суспільстві загалом (наприклад, довіра до соціальної групи, медичної установи, психотерапевта та ін.).

Представленість соціально-психологічних ресурсів молоді в процесі відновлення після втрат та переживань за підгрупами респондентів наведено у табл. 1.

*Таблиця 1*

**Представленість соціально-психологічних ресурсів молоді в процесі відновлення після втрат та переживань (N=126)**

<b>Підгрупи досліджуваних</b>	<b>Мікрорівень</b>	<b>Мезорівень</b>	<b>Макрорівень</b>
Військовослужбовці-чоловіки (25 осіб)	7,9% – дисципліна, стресостійкість, переконання	6,3% – підтримка побратимів, сім'ї	5,5% – довіра до армійських структур, державних програм
Цивільні чоловіки (50 осіб)	19,8% – професійні навички, самостійність	15,8% – сім'я, друзі, колеги	3,9% – інституції, медичні установи, місцева влада
Цивільні жінки (51 особа)	15,8% – психологічна гнучкість, переконання	25,3% – сім'я, дружні зв'язки, соціальна підтримка	3,1% – довіра до освітніх, медичних та соціальних інституцій

Визначено, що військовослужбовці (чоловіки) найбільше спираються на ресурси мікрорівня (стійкість, дисципліна), але мезо- та макро- ресурси також суттєво підтримують їх. Цивільні чоловіки роблять акцент на індивідуальних здібностях і професійних навичках; ресурси макрорівня відіграють другорядну роль, ресурси мезорівня – помірну. Цивільні жінки найбільше значення надають ресурсам мезорівня (сім'я, друзі), а ресурси макро- та мікро- рівнів менш виражені. Таким чином, кожна підгрупа респондентів має свій профіль ресурсів: військові – індивідуально-суспільний баланс, цивільні чоловіки – індивідуальна орієнтація, цивільні жінки – соціальна орієнтація.

У дослідженні було використано тести Фішера-Фрімана-Халтона, тести Крускала-Уолліса як непараметричний еквівалент аналізу дисперсій, тести Манна-Уїтні для порівняння оцінок між незалежними вибірками та рангові кореляції Спірмена для вивчення зв'язку між характеристиками учасників та оцінками доказів.

Матриця кореляцій між соціальною підтримкою та психічним здоров'ям досліджуваних наведена у табл. 2.

*Таблиця 2*

**Матриця кореляцій між соціальною підтримкою та психічним здоров'ям досліджуваних**

<b>Підгрупи досліджуваних (за віком,</b>	<b>Effect size</b>	<b>Z-value</b>	<b>Q-value</b>	<b>p-value</b>
--	--------------------	----------------	----------------	----------------

<b>у гендерному вимірі та приналежності до військової служби)</b>				
Молодь, 18-25 років	0,318	12,712	0,857	0,6
Молодь, 26-35 років	0,337	21,265	46,661	0,0001
Військовослужбовці (чоловіки), 18-35 років	0,321	21,258	35,785	0,5
Цивільні чоловіки, 18-35 років	0,331	19,231	30,555	0,5
Цивільні жінки, 18-35 років	0,315	21,201	45,682	0,5

*Примітка: Z-value – соціальна підтримка; Q-value – психічне здоров'я; p-value – рівень достовірності.*

Як видно з табл. 2: Effect size (розмір ефекту) – усі значення знаходяться в межах 0,315–0,337, тобто ефект середньої сили, що свідчить про стабільний, але не виражений зв'язок між соціальною підтримкою та психічним здоров'ям; Z-value (соціальна підтримка) – значення Z досить високі (12,712–21,258), що вказує на суттєву роль соціальної підтримки у вибірках; найвищі показники у молоді 26–35 років та цивільних жінок ( $\approx 21$ ); Q-value (психічне здоров'я) – значення варіюють від 0,857 до 46,661; при цьому молодь 26–35 років має найбільший Q-value (46,661), що може означати значний вплив соціальної підтримки на психічне здоров'я саме в цій підгрупі; у військовослужбовців-чоловіків та цивільних чоловіків Q-value нижчий (30,555–35,785), що може свідчити про меншу залежність психічного стану від соціальної підтримки; p-value (рівень достовірності) – у молоді 26–35 років  $p = 0,0001$  – статистично значущий результат; інші групи:  $p \approx 0,5$ –0,6 – результати незначущі, тобто зв'язок може бути випадковим.

Для якісної оцінки були виділені емпіричні індикатори. Кількісна оцінка спиралася на запропоновані нами шкали та процедуру підрахунку комплексних показників сформованості новоутворень та конструктивності змін при відновленні респондентів після втрат та травматичних переживань.

На *третьому етапі* дослідження було емпірично перевірено теоретичну модель переживання втрати на подієво-рефлексивному та духовно-рефлексивному рівнях. Матриця кореляцій психологічних новоутворень на різних рівнях переживання наведена у табл. 3.

*Таблиця 3*

**Матриця кореляцій психологічних новоутворень на різних рівнях переживання**

<b>Рівні переживання втрати</b>	<b>Психологічний образ втрати</b>	<b>Переживання втрати як духовне випробування</b>
Подієво-рефлексивний	0,37	0,53
Духовно-рефлексивний	0,41	0,47

Як видно з табл. 3, за подієво-рефлексивним рівнем кореляція з психологічним образом втрати – 0,37 (середня сила зв'язку); кореляція з переживанням втрати як духовного випробування – 0,53 (вище середнього); на цьому рівні респонденти більше схильні інтерпретувати втрату як духовний виклик, ніж формувати чіткий психологічний образ події; духовно-рефлексивний рівень: кореляція з психологічним образом втрати – 0,41 (більш виражена, ніж на попередньому рівні); кореляція з духовним рівнем – 0,47 (нижча, ніж на подієво-рефлексивному рівні). Отже, вочевидь маємо більш збалансоване поєднання: і образ втрати, і її духовне осмислення взаємопов'язані майже однаково.

Узагальнено психологічний зміст отриманих результатів: подієво-рефлексивний рівень – респондент ще перебуває у фазі безпосереднього реагування на подію. Втрата осмислюється через призму «випробування», що допомагає мобілізувати внутрішні ресурси. Образ втрати менш чіткий, адже увага зосереджена на подоланні духовного виклику. Духовно-рефлексивний рівень: відбувається інтеграція досвіду. Респондент вже не лише бачить втрату як випробування, а й формує більш цілісний психологічний образ. Це свідчить про перехід від реактивного переживання до більш глибинного осмислення. Динаміка розвитку: на першому рівні (подієво-рефлексивному) духовний вимір домінує над образним. На другому рівні (духовно-рефлексивному) відбувається вирівнювання: образ втрати стає більш значущим, а духовне осмислення хоча й знижується, але залишається вагомим. Це можна трактувати як рух від емоційно-екзистенційної реакції до інтеграції досвіду, де втрата стає частиною внутрішнього світу особистості. На подієво-рефлексивному рівні респондент більше схильний бачити втрату як духовне випробування, ніж формувати її образ. Це допомагає мобілізувати сили, але образ ще не до кінця інтегрований. На духовно-рефлексивному рівні відбувається балансування: і образ втрати, і духовне осмислення стають майже рівнозначними. Це етап більшої зрілості переживання, коли досвід втрати входить у внутрішню систему цінностей. Фактично представлено рух від реактивного до інтегративного переживання: спочатку – пошук сенсу, потім – прийняття й включення втрати у власну життєву історію. Для соціально-психологічного супроводу рекомендовано на ранніх етапах допомогти молодій людині знайти сенс у втраті (духовний вимір). На більш пізніх етапах варто зміщувати акцент на формування цілісного образу втрати, щоб вона інтегрувалася у життєву історію, що відповідає загальній логіці переживання: від пошуку сенсу до прийняття й інтеграції.

Аналіз і узагальнення отриманих результатів дозволили розкрити соціально-психологічну специфіку перебігу процесу стадійності змін при відновленні молоді після втрат і травматичних переживань.

I. «Образний хаос». На першій стадії переживання у свідомості респондентів постійно відтворюються образи конкретних подій ситуації втрати; їх характерні особливості: підвищена інтенсивність (яскравість), неможливість стримати асоціативний потік, заплутування в образах.

II. Виділення окремих подій і елементарних зв'язків. Ця стадія починається тоді, коли відбувається вербалізація того, що сталося: мова образів перекладається в слова. Переклад образного матеріалу в словесний ряд

призводить до початку структурування поля подій, а відсутність можливості вербалізації затримує цей процес.

III. Диференціація образів фактичних подій і реакцій на них респондентів. В образі ситуації втрати виділяються значущі елементи: учасники, їх взаємодія. Одночасно відбувається поділ образу ситуації на ряд зовнішніх подій (зорові, слухові та інші образи) і ряд внутрішніх подій (власні почуття, думки з приводу того, що сталося).

IV. Структурування подій внутрішнього ряду. Респондент вже усвідомлює існування як зовнішнього, так і внутрішнього ряду подій. Відбувається поступова диференціація подій на внутрішньому плані. Почуття усвідомлюються і послідовно «опредмечуються», чітко пов'язуючись з подіями «зовнішнього ряду». Той, хто втратив все більше усвідомлює інтегрованість втрати у свій внутрішній світ.

V. Свідома робота з внутрішнім рядом подій, узагальнення. Акцент зсувається на опрацювання подій внутрішнього ряду: виділення, структурування та узагальнення переживань і зв'язків між ними.

VI. Усвідомлення багатогранності та багаторівневості подій. Відбувається повне переміщення роботи з осмислення того, що сталося, на внутрішній план, що призводить до підвищення багаторівневості обробки подій і підвищення узагальненості продуктів цієї роботи. Систематизуються власні переживання з приводу втрати. На цьому етапі остаточно формується новоутворення «психологічний образ втрати».

VII. Перехід від роботи з образами подій до роботи з їхніми значеннями. Відбувається якісний стрибок («підйом») в осмисленні подій, що відбулися та формується комплексний образ втраченого. Завершується формування новоутворення «психологічний зв'язок з травмою».

VIII. Робота з екзистенційними сенсами в загальнолюдському масштабі. Відносини з втратою піднімаються на новий рівень узагальненості і переживаються як модель набуття і втрати. Констатація того, що процес переживання втрати проходить на двох рівнях: подієво-рефлексивному і духовно-рефлексивному, – є принципово важливим положенням проведеного дослідження.

Дані, отримані на констатувальному етапі дослідження, були застосовані при розробці програми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

У **третьому розділі «Соціально-психологічні основи супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань»** розкрито концептуальні та змістовно-процесуальні засади побудови та реалізації програми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань та проведено оцінку її ефективності.

На підґрунті теоретичного аналізу провідних концепцій щодо втрат і травматичних переживань та результатів емпіричного дослідження було розроблено програму соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

Запропонована програма включала інформаційний курс, що складався з таких блоків: «Профілактика та корекція наслідків втрати та емоційної травми» та «Музикотерапія травматичних переживань».

В ході апробації програми було реалізовано авторський курс інтегрованої музикотерапії, що ґрунтувався на таких правилах: 1) налаштування і підготовка терапевтичної групи до зустрічі з музикою для досягнення ефективного впливу; 2) створення необхідного ставлення до «музичного досвіду» та бажання серед членів терапевтичної групи «перейти від зовнішнього сприйняття до внутрішнього» під впливом музичного твору; 3) використання не більше трьох музичних творів або повних музичних тем протягом одного сеансу, залежно від емоційного стану членів групи (так, перший музичний твір мав створити відповідну атмосферу для сеансу музикотерапії (з метою встановлення контакту); другий – мав бути динамічним за змістом, стимулювати емоційний стан і спрямовувати комунікацію між членами групи; третій – заспокоїливим або енергійним, знімати комунікаційну напругу, для створення атмосфери спокою або поживлення, мажорного тону та оптимізму); 4) добір музичних творів для релаксації, як методу самопомогі (як-от звуки природи або спеціальна музика (Ф. Шуберт, Ave Maria; Ф. Ліст, Ноктюрн № 3, Мрії кохання; К. Сен-Санс, «Лебідь»)); 5) створення взаємної поваги та довіри – граючи одну і ту ж мелодію на різних інструментах, група поступово об'єднується в загальному ритмі; 6) забезпечення можливості виразити спонтанні почуття, в чому допомагав такий вид музикотерапії, як інструментальна, вокальна та жестова імпровізація.

Зазначено, що музична терапія є позитивним фактором у формуванні та розвитку гармонійної особистості завдяки її впливу на емоційну та чутливу сферу, інтелектуальні здібності, психологічний та фізіологічний стани тощо.

Наголошено на ефективності задіяння у програмі класичних творів, що вирізняються багатством змісту, красою та досконалістю форми (Й. Бах, Л. Бетховен (Німеччина), В. Моцарт, Ф. Шуберт (Австрія), Дж. Россіні, Дж. Верді (Італія), Ф. Шопен (Польща), Г. Берліоз, Ж. Бізе (Франція), Е. Гріг (Норвегія)), а також творів засновника української музичної школи М. Лисенка; українських композиторів М. Скорика, М. Колеса, Л. Людкевича, Л. Ревуцького, А. Кос-Анатольського.

Крім того, у програмних заходах були задіяні методики музичної терапії (О. Завініна, Л. Зац, Г. Шанський, Т. Яковенко), які передбачають комплексне та ізольоване використання музики як основного та переважного чинника впливу (прослуховування музичних творів, індивідуальна та групова музична практика), доповнюючи інші корекційні методики музичним супроводом з метою посилення їхнього впливу та підвищення ефективності.

Наголошено, на дієвості інтегративної музичної терапії, що поєднувала психотерапевтичний вплив музики та інших видів мистецтва (малювання під музичний супровід, музичні та ігрові заняття, пантоміма, пластична драматизація під музичний супровід, творчість після прослуховування музики тощо).

За результатами формувальних заходів зафіксовано статистично значуще зниження проявів симптомів емоційної травми, депресії, тривожності; відбулися позитивні зміни показників особистісних змінних (за параметрами впевненості у собі, ціннісного ставлення до себе, інших, світу) ( $p \leq 0,05$ ).

Обґрунтовано, що розроблена та адаптована програма соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і

травматичних переживань є результативним засобом подолання і профілактики їх негативних наслідків.

## ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні наведено теоретичне узагальнення і нове розв'язання проблеми визначення особливостей соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань і зроблено такі висновки.

1. Проведено теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення проблеми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, як цілісного системного процесу, спрямованого на відновлення внутрішніх ресурсів та повернення до активної життєдіяльності, що включає індивідуальну та групову роботу, психоосвіту, розвиток навичок саморегуляції, соціальну підтримку та профілактику посттравматичних розладів. Обґрунтовано поняття: «втрата як духовне випробування», «психологічний образ втрати», «психологічний зв'язок з втратою», «подієво-рефлексивний і духовно-рефлексивний рівні переживання»: «втрата як духовне випробування» постає не лише як психологічне явище, але й як духовне випробування, що актуалізує екзистенційні питання сенсу життя, віри та ціннісних орієнтацій молоді. У цьому контексті вона виконує функцію «екзистенційного каталізатора», який спонукає до переосмислення власного буття та внутрішньої трансформації.

Підкреслено, що втрата може бути осмислена як критичний момент духовного розвитку, який відкриває можливість як для кризи, так і для зростання. «Психологічний образ втрати» визначено як внутрішню репрезентацію втраченого та показано, що він формується на основі емоційного досвіду та суб'єктивної значущості об'єкта втрати. Цей образ виконує роль посередника між минулим досвідом та актуальним переживанням, впливаючи на процеси адаптації та інтеграції молоді. «Психологічний зв'язок з втратою» розглянуто як тривале емоційно-когнітивне ставлення до об'єкта втрати, що проявляється у спогадах, символічних діях, внутрішньому діалозі та переживанні відсутності. Показано, що він може виконувати амбівалентну функцію: з одного боку, підтримувати пам'ять і ціннісну спадщину, з іншого – утримувати молоду людину у стані болю та перешкоджати її відновленню в процесі соціально-психологічного супроводу.

2. Здійснено порівняльний аналіз соціально-психологічних особливостей молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань. Встановлено, що чоловіки більш схильні до практичних рішень та утримання влади над обставинами, натомість жінкам притаманні більш глибокі духовні пошуки та орієнтація на допомогу іншим. До індивідуальних ресурсів (на мікрорівні) відновлення молоді після втрат і травматичних переживань віднесено психологічні настанови, вірування, особливі здатності особистості (як-то завзяття, витримка, зокрема у військовослужбовців). Важливими визначено ресурси соціального (мезо-) рівня, які молода людина відчувала як наявні або могла отримати від найближчого оточення (родини,

друзів, колег); такі ресурси на макрорівні охоплювали й ступінь довіри до певної соціальної групи, інституції, фахівця тощо.

З'ясовано, що для кожної категорії респондентів формується унікальний «ресурсний відбиток»: для військових – це гармонія між особистим та зовнішнім (суспільним), для цивільних чоловіків – пріоритетність індивідуального підходу, для цивільних жінок – домінування соціальної складової.

3. Визначено соціально-психологічну специфіку перебігу процесу стабільності змін при відновленні молоді після втрат і травматичних переживань та запропоновано дворівневу структуру моделі переживання втрати молоддю, представлену через психологічні новоутворення, які є наслідками переживання втрати («психологічний образ втрати» – на подієво-рефлексивному рівні, «переживання втрати як духовне випробування» – на духовно-рефлексивному рівні, «психологічний зв'язок з травмою» – на обох рівнях). Доведено, що процес переживання втрати на подієво-рефлексивному рівні зазвичай має адаптивний характер, що полягає в пристосуванні до нової реальності, а на духовно-рефлексивному рівні – розвивальний характер, що полягає в переосмисленні життєвих закономірностей. При цьому розвивальний характер переживання втрати виражається в наявності явищ «підйому» – смислових стрибків з подієво-рефлексивного рівня на духовно-рефлексивний рівень осмислення життєвих подій. Загально-психологічна сутність цього явища – в індуктивному переході від аналізу подій і зв'язків між ними до аналізу й узагальнення їх смислів.

Виявлено та систематизовано соціально-психологічні чинники, що впливають на індивідуальний характер переживання молоддю втрати (характер ситуації втрати, сприйняття ситуації втрати, особливості втраченого, соціокультурний простір, соціально-психологічні особливості молоді, яка перебуває у ситуації втрати та травматичних переживань).

4. Розкрито концептуальні й змістовно-процесуальні основи програми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, побудованої на засадах системно-цілісного суб'єктно-діяльсного, системно-структурного підходів, із запровадженням авторського курсу музикотерапії, та проведено оцінку її ефективності.

Показано, що впровадження програмних заходів дозволило визначити умови ефективності соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, пов'язані з цілеспрямованою психотерапією (зокрема засобами музикотерапії) та соціального підтримкою молоді. Визначено механізми резистентності, як найважливішого чинника відновлення після травматичних переживань, які мають значення для встановлення та підтримки соціальних відносин та призводять до загального відчуття зв'язку, а також є важливими для мобілізації ресурсів (сприяння комунікації між зацікавленими сторонами), процесів саморегуляції (здатності приймати рішення в кризових ситуаціях з урахуванням минулого досвіду тощо).

Наголошено на дієвості інтегративної музичної терапії, що поєднувала психотерапевтичний вплив музики та інших видів мистецтва (малювання під музичний супровід, музичні та ігрові заняття, пластична драматизація під музичний супровід, творчість після прослуховування музики та ін.).

З'ясовано, що після проведення формувальних заходів зафіксовано статистично доведене зменшення вираженості симптомів емоційного травматизму, депресивних станів та рівня тривожності. Спостерігалися також сприятливі зрушення у вимірах особистісних змінних (за параметрами самовпевненості, адекватності індивідуальних та просоціальних цінностей).

**Перспективи подальшого дослідження.** Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми визначення особливостей соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань. Перспективи подальших наукових досліджень мають розгортатися у напрямку вивчення специфіки умов соціально-психологічної підтримки молоді в залежності від соціального статусу та професійної приналежності, етно-культурних особливостей тощо.

### **Основний зміст дисертації відображено у таких публікаціях авторки:**

*Статті у наукових фахових виданнях:*

1.1. Завацька Н.Є., Сльот М.О. Технології забезпечення професійної допомоги у процесах адаптації та реадaptaції особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Сєверодонецьк: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2014. № 3 (35). С. 198-210. *(Особистий внесок авторки полягає у розкритті особливостей соціально-психологічного супроводу молоді у процесі реадaptaції після втрат і травматичних переживань)*.

<http://tppjournal.com.ua/n3y2k14.html>

1.2. Міщенко Н.В., Ковальова О.В., Сльот М.О., Іванов О.Г. Психологічний супровід та системна соціальна підтримка осіб з кризовими станами в умовах сучасного соціуму. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. Сєверодонецьк: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2018. № 1 (45). С. 245-252. *(Особистий внесок авторки полягає у визначенні специфіки психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань)*.

<http://tppjournal.com.ua/n1y2k18.html>

1.3. Сльот М.О. Соціально-психологічний супровід молоді в процесі відновлення після втрати. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. К.; Ніжин: ПП Лисенко, 2020. Т. IX, Вип. 13. С. 739-746.

[http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/?option=com\\_content&view=article&id=756&Itemid=514](http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/?option=com_content&view=article&id=756&Itemid=514)

1.4. Френкель С., Турбан В.В., Козьменко О.І., Завацька Н.Є., Піддубна В.В., Сльот М.О. Проблема соціально-психологічної підтримки особистості: теоретико-методологічні підходи. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. К.: Вид-во СХУ ім. В. Даля, 2023. № 1 (60). С. 15-24. *(Особистий внесок авторки полягає у розкритті теоретико-методологічних підходів до соціально-психологічної підтримки молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань)*.

<https://doi.org/10.33216/2219-2654-2023-60-1-15-24>

<http://tppjournal.com.ua/n60y2k23a2.html>

1.5. Крижановський О.М., Журба М.А., Завацька Н.С., Завацький Ю.А., Сльот М.О., Захарченко Б.О. Дескриптори соціально-психологічних ресурсів безпеки особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. К.: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2025. № 3 (68). Т. 2. С. 262-272. (Особистий внесок авторки полягає у з'ясуванні соціально-психологічних ресурсів молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань).

<https://doi.org/10.33216/2219-2654-2025-68-3-2-262-272>

[http://tppjournal.com.ua/n68y2k25\\_tom\\_2\\_a20.html](http://tppjournal.com.ua/n68y2k25_tom_2_a20.html)

1.6. Popovych I., Halian I., Halian O., Yakymchuk B., Hotsuliak N., Radul S., Slot M., Hoian I. Regression models of coaches' coping behaviours under adverse conditions of activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2026. № 26 (2). P. 187-196. (Scopus) (Особистий внесок авторки полягає у визначенні моделей копінг-поведінки молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань).

<https://doi.org/10.7752/jpes.2026.02022>

Статті у матеріалах науково-практичних конференцій та інших виданнях:

2.1. Сльот М.О. Психологічні особливості значеннєвої сутності травми й переживання втрати особистістю. *Актуальні питання соціальної та практичної психології у координатах сучасних парадигм: зб. наук. статей за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених, аспірантів і студентів* (м. Северодонецьк, 23-24 січня 2015 р.). Северодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. С. 180-182.

2.2. Сльот М.О. Стадії процесу переживання молоддю втрати. *Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри: зб. наук. статей за матеріалами V Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених, аспірантів і студентів* (м. Київ, м. Северодонецьк, 24-25 листопада 2016 р.). Северодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2016. С. 237-238.

2.3. Сльот М.О. Поняття «психологічна травма» в тезаурусі рядоположних термінів. *Особистість у діяльнісному підході: сучасний погляд: зб. наук. статей за матеріалами наукової конференції* (м. Київ, 07 грудня 2019 р.). К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2019. С. 66-68.

2.4. Сльот М.О. Активна групова музична терапія (психотерапія). *Позитивна психотерапія у крос-культурному світі: реальність, завдання, можливості: зб. наук. статей за матеріалами X Міжнародної дистанційної науково-практичної конференції з позитивної транскультуральної психотерапії Н. Пезешкіана* (м. Дніпро, 14 червня 2020 р.). Дніпро, 2020. С. 387-394.

2.5. Сльот М.О. Особливості проведення музико-терапевтичних групових занять для поліпшення спілкування / Інклюзивні практики для працівників культури / Уклад.: І.М. Брушевська, В.В. Колодяжна, О.М. Галапчук-Тарнавська. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. С. 120-129. (Особистий внесок авторки полягає у розкритті особливостей проведення музико-терапевтичних

групових занять для молоді в процесі її відновлення після втрат і травматичних переживань).

2.6. Сльот М.О. Особливості проведення музико-терапевтичних групових занять з розвитку комунікативних навичок. *Арт-терапія в роботі психолога: інноваційні підходи: зб. наук. статей за матеріалами IV Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Кропивницький, 21-28 листопада 2022 р.). Кропивницький: Комунальний заклад «Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського», 2022 р. С. 52-54.

2.7. Сльот М.О. Маленькі героїчні історії та інші рятівні фішки в роботі з особами, що переживають стрес. *Музичний керівник*. 2023. № 2. С. 8-11.

2.8. Сльот М.О. Особливості музико-терапевтичної роботи з різновіковими групами осіб, що перебувають на реабілітаційному лікуванні. *Перша Всеукраїнська конференція з музикотерапії: зб. наук. статей за матеріалами конференції* (м. Львів, 27 липня 2024 р.) / [за наук. ред. Ільїної М.Є., Осадчої О.С., Шумкової М.С.]. К., 2024. С. 9-10.

2.9. Жабко Н., Сльот М. Сила барабанів: музико-терапевтичний метод drumpower. *Простір арттерапії: вектори зцілення у часи війни: зб. наук. статей за матеріалами XXII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції* (м. Київ, 21-23 березня 2025 р.) / [за наук. ред. О.Л. Вознесенської, Л.О. Подкоритової]. К.: Талком, 2025. С. 153-154. *(Особистий внесок авторки полягає у розкритті специфіки застосування музико-терапевтичного методу drumpower у молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань)*.

2.10. Сльот М.О. Соціально-психологічна модель реабілітації молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань. *Здобутки української психології за воєнний час та ціна, яку вона платить за це: зб. наук. статей за матеріалами Всеукраїнського наукового круглого онлайн-столу* (м. Київ, 20 травня 2025 р.). К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2025. С. 66-70.

2.11. Сльот М.О. Соціально-психологічні особливості корекції переживань особистості. *Наукова спадщина української психології: єдність минулого та теперішнього: зб. наук. статей за матеріалами щорічного Всеукраїнського наукового круглого онлайн-столу* (м. Київ, 12 червня 2025 р.). К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2025. С. 65-69.

2.12. Shvets A., Slot M., Osadca O., Urchyshyn D. The Impact of War on Music Therapy in Ukraine. *13th European Music Therapy Conference: book of abstracts* (Berlin, Germany, 23rd to 27th July, 2025) / edited by K. Holzwarth, A.-K. Jordan, D. von Moreau, J. Sonntag, G. Strehlow. Berlin: German Music Therapy Society together with Hamburg University of Music and Drama and MSH Medical School Hamburg, 2025. P. 76. *(Особистий внесок авторки полягає у визначенні ролі музичної терапії в процесі відновлення особистості після втрат і травматичних переживань)*.

2.13. Сльот М.О. Соціально-психологічні чинники резильєнтності осіб, постраждалих на травму. *Соціально-психологічні проблеми трансформації сучасного суспільства: зб. наук. статей за матеріалами XVII Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю)* (м. Київ, 17 жовтня 2025 р.). К.: Вид-во СЧУ ім. В. Даля, 2025. С. 675-681.

2.14. Сльот М.О. Соціально-психологічні особливості переживання втрат, травматичних переживань. *Особистісне зростання в умовах воєнного часу: військовий та цивільний досвіди: зб. наук. статей за матеріалами III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю* (м. Київ, 06-07 листопада 2025 р.) К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2025. С. 76-80.

2.15. Сльот М.О. Соціально-психологічні основи переживання втрати постраждалими особами. *Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри: зб. наук. статей за матеріалами X Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Опіле, м. Київ, 26-27 грудня 2025 р.). К.: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2025. С. 120-124.

2.16. Сльот М.О. Соціально-психологічні чинники системи соціальної підтримки осіб, постраждалих на травму. *Актуальні питання здоров'язбереження у координатах сучасних парадигм: зб. наук. статей за матеріалами IX Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Опіле, м. Київ, 29-30 грудня 2025 р.). К.: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2025. С. 115-118.

## АНОТАЦІЇ

**Сльот М.О. Соціально-психологічний супровід молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля МОН України. Київ, 2026.

Дисертаційне дослідження присвячене визначенню особливостей соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань.

Запропоновано дворівневу структуру моделі переживання втрати молоддю, представлену через психологічні новоутворення, які є наслідками втрати («психологічний образ втрати» – на подієво-рефлексивному рівні, «переживання втрати як духовне випробування» – на духовно-рефлексивному рівні, «психологічний зв'язок з травмою» – на обох рівнях). Визначено та систематизовано соціально-психологічні чинники, що впливають на індивідуальний характер переживання молоддю втрати (характер ситуації втрати, сприйняття ситуації втрати, особливості втраченого, соціокультурний простір, соціально-психологічні особливості молоді, яка перебуває у ситуації втрати та травматичних переживань). Виявлено соціально-психологічну специфіку перебігу процесу стадійності змін при відновленні молоді після втрат і травматичних переживань та виокремлено її соціально-психологічні ресурси на мікро-, мезо- та макро- рівнях.

Розкрито концептуальні й змістовно-процесуальні основи програми соціально-психологічного супроводу молоді в процесі відновлення після втрат і травматичних переживань, побудованої на засадах системно-цілісного, суб'єктно-діяльнісного, системно-структурного підходів, із запровадженням

авторського курсу інтегративної музикотерапії, що поєднувала психотерапевтичний вплив музики та інших видів мистецтва.

**Ключові слова:** *молодь, втрата, травматичне переживання, процес відновлення після втрат і травматичних переживань, соціально-психологічний супровід, музикотерапія.*

**Slot M.O. Social and psychological support for young people in the process of recovery after loss and traumatic experiences.** – Qualification scholarly work published as manuscript.

The dissertation for the degree of Candidate of Psychological Sciences in the specialty 19.00.05 – Social Psychology; Psychology of Social Work. Volodymyr Dahl East Ukrainian National University of the Ministry of Education and Science of Ukraine. Kyiv, 2026.

*This dissertation study is devoted to identifying the characteristics of social and psychological support for young people during the recovery process following loss and traumatic experiences.*

*Two-level structure of the model of young people's experience of loss is proposed. It is represented through psychological constructs that are consequences of loss («psychological image of loss» – at the event-reflective level, «experiencing loss as spiritual trial» – at the spiritual-reflective level, «psychological connection to trauma» – at both levels). The socio-psychological factors influencing the individual nature of young people's experience of loss have been identified and systematized (the nature of the loss situation, perception of the loss situation, characteristics of what was lost, sociocultural context, and socio-psychological characteristics of young people experiencing loss and traumatic experiences). The socio-psychological specifics of the phased progression of changes during the recovery of young people following loss and traumatic experiences have been identified. Socio-psychological resources at the micro-, meso-, and macro-levels have been determined.*

*The conceptual, substantive, and procedural foundations of program for the social and psychological support of young people during the recovery process following loss and traumatic experiences have been outlined; this program is based on systemic-holistic, subject-activity, and systemic-structural approaches. An original course in integrative music therapy was also introduced, combining the psychotherapeutic effects of music and other art forms.*

*It was found that after the formation activities, a statistically proven decrease in the severity of symptoms of emotional trauma, depressive states and anxiety levels was recorded. Favorable changes were also observed in the measurements of personal variables (in terms of self-confidence, adequacy of individual and prosocial values).*

**Key words:** *youth, loss, traumatic experiences, the process of recovery from loss and traumatic experiences, social and psychological support, music therapy.*

Підписано до друку 20.03.2026 р.  
ф. 60x90/16, ум. др. арк. 0,9  
Зам. 20/03/26-26/1, накл. 100 пр.  
Друкарня Прінт Квік  
м. Київ, вул. Леонтовича 9, оф. 65  
т. (044) 235-0009, 235-7528  
[printquick@ukr.net](mailto:printquick@ukr.net)