

# Спортивно-реабілітаційний компонент реалізації стратегії адаптації ветеранів до соціального та економічного життя в Україні

УДК: 617.751.98:364-786:355.09-056.36

Є. В. Імас, І. І. Лукасевич

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

**Резюме.** Аналіз законодавства та статистичних даних дозволив зробити висновки про те, що в Україні відсутня координація між органами державної влади, які відповідають за організацію процесу адаптації (реабілітації) ветеранів війни. Крім того, одним із основних завдань держави в умовах повномасштабного вторгнення РФ та бойових дій є створення всіх необхідних умов для відновлення та підтримки здоров'я ветеранів війни, їх реабілітація та адаптація до суспільного життя.

У статті презентовано спортивно-реабілітаційний компонент адаптації ветеранів війни як частину державної стратегії, що має забезпечити на базі закладів освіти таку адаптацію ветеранів до соціального життя через призму необхідної колаборації держави та суспільних інституцій. Світові та вітчизняні практики доводять, що дієвим інструментом сприяння фізичній та психологічній реабілітації, соціальній адаптації, компенсації сенсорних, моторних порушень, покращення комунікативних можливостей тощо, тобто соціалізації особистості, є використання засобів і методів фізичної культури і спорту. *Мета.* Вивчити роль спортивно-реабілітаційного компонента в адаптації ветеранів війни до суспільного життя на базі закладів освіти засобами сучасних технологій спорту та реабілітації, проаналізувати взаємозв'язок між компонентами адаптації, можливості інноваційних технологій, зокрема віртуального спорту та електронних платформ для покращення загального фізичного, психічного та соціального стану. *Методи.* Аналіз, систематизація, узагальнення даних спеціальних літературних джерел, моніторинг ресурсів мережі Інтернет. *Результати.* Налагодити систему координації дій між усіма відповідальними інституціями з дотриманням принципів інклюзивності та інтерсекційності може допомогти відповідна державна стратегія, що складатиметься з комплексних рішень, спрямованих на удосконалення системи державної підтримки ветеранів війни, які забезпечували б їх реабілітацію та соціальну адаптацію.

**Ключові слова:** спортивно-реабілітаційний компонент, ветерани війни, стратегія, реабілітація, адаптація.

## The sports and rehabilitation component of the implementation of the state strategy of adaptation of veterans to social and economic life in Ukraine

E.V. Imas, I.I. Lukasevich

National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, Ukraine

**Abstract.** Analysis of legislation and statistical information allowed to conclude that there is no coordination between state bodies that are responsible for the organization of process of war veterans adaptation (rehabilitation) in Ukraine. Furthermore, one of the main tasks of the state in conditions of full-scale invasion of Russian Federation and military actions is creation of all necessary conditions for retrieval and maintenance of the health of war veterans, their rehabilitation and adaptation to public life.

The article presents the sports and rehabilitation component of the adaptation of war veterans as part of the state strategy, which should ensure such adaptation of veterans to social life based on educational institutions through the prism of the necessary collaboration of the state and public institutions. World and domestic practices prove that an effective tool for promoting

physical and psychological rehabilitation, social adaptation, compensation of sensory and motor disorders, improvement of communication capabilities, etc., i.e. socialization of the individual, is the use of means and methods of physical education and sports. *Objective.* To study the role of the sports and rehabilitation component in the adaptation of war veterans to social life on based on educational institutions by means of modern technologies of sports and rehabilitation, to analyze the relationship between the components of adaptation, the possibilities of innovative technologies, in particular, virtual sports and electronic platforms for improving the overall physical, mental, and social state. *Methods.* Analysis, systematization method, generalization of data from special literary sources, monitoring of Internet resources. *Results.* Development of a system of coordination of actions between all responsible institutions in compliance with the principles of inclusiveness and intersectionality can be supported by an appropriate state strategy consisting of comprehensive solutions aimed at improving the system of state support for war veterans, which would ensure their rehabilitation and social adaptation.

**Keywords:** sports rehabilitation component, war veterans, strategy, rehabilitation, adaptation.

**Постановка проблеми.** З початком війни у Єдиному державному реєстрі ветеранів війни були наявні дані про майже півмільйона таких осіб. Станом на 1 серпня 2023 р. цифра 908832, збільшилася майже вдвічі. Проблемою адаптації наших героїв займаються міністерства, інші органи державної влади, громадянський сектор. Але системно, комплексно вона може бути вирішена шляхом об'єднання зусиль та колаборації держави, громадськості та вищих навчальних закладів як фундаменту прикладної науки [1].

Спорт відіграє важливу роль у процесі реабілітації ветеранів війни, допомагаючи їм адаптуватися до суспільного життя. Фізична активність стає ключовим елементом відновлення та покращення функціональних здібностей після військових травм. Адаптовані вправи та тренування повинні бути спрямовані не тільки на відновлення рухливості, м'язової сили та координації, а і на ефективне та раннє повернення ветеранів війни до побутових і трудових процесів, у суспільство та економіку.

Психосоціальний аспект відіграє важливу роль у зціленні через спорт ветеранів війни. Спортивна реабілітація як складова адаптації допомагає ветеранам війни встановлювати соціальні зв'язки та відчувати підтримку в спільноті. Це сприяє психологічній стабільності та підвищує самооцінку, допомагаючи пережити труднощі та подолати стресові ситуації. Технологічні інновації, такі як віртуальний спорт чи електронні платформи для тренувань, розширюють можливості реабілітації. Вони не лише стимулюють фізичну активність, а й надають ветеранам війни можливість взаємодіяти в онлайн-спільнотах, збільшуючи їхню соціальну інтеграцію. Усі ці аспекти роблять спорт ефективним засобом для відновлення та адаптації ветеранів війни до повсякденного життя після служби.

Світові та вітчизняні практики доводять, що дієвим інструментом сприяння фізичній та пси-

хологічній реабілітації, соціальній адаптації, компенсації сенсорних, моторних порушень, покращення комунікативних можливостей тощо тобто соціалізації особистості — є використання засобів і методів фізичної культури і спорту. Проте роль спортивно-реабілітаційного компонента в адаптації ветеранів війни до соціально-економічного життя під час ведення сучасної повномасштабної війни України з РФ недостатньо вивчена, а результати його впровадження можуть дозволити розробити прогнозовані дієві та ефективні відповідні методи та засоби після перемоги у цій війні України.

За результатами дослідження Національного інституту стратегічних досліджень, в Україні після перемоги особливої уваги потребуватимуть щонайменше 4 млн наших співгромадян, саме тому державі важливо розробити та забезпечити впровадження кількох напрямів (програм) їх адаптації та соціалізації [2]. Це допоможе зменшити соціально-економічне навантаження на державу, одночасно забезпечивши гідне та якісне життя ветеранів війни, а також їхніх сімей.

Спортивно-реабілітаційна складова адаптації ветеранів війни до суспільного життя на базі закладів освіти засобами сучасних технологій спорту та реабілітації має стати одним з ключових у комплексній державній стратегії для компенсації їхніх функціональних можливостей та соціальної адаптації.

**Мета дослідження** — вивчити роль спортивно-реабілітаційного компонента в адаптації ветеранів війни до суспільного життя на базі закладів освіти засобами сучасних технологій спорту та реабілітації, проаналізувати взаємозв'язок між компонентами адаптації, можливості інноваційних технологій, зокрема віртуального спорту та електронних платформ для покращення загального фізичного, психічного та соціального стану.

**Методи дослідження:** аналіз, систематизація, узагальнення даних спеціальних літера-

турних джерел, моніторинг ресурсів мережі Інтернет.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Дослідження покликане висвітлити спортивно-реабілітаційну складову і те, як її може бути оптимізовано та впроваджено для максимального покращення як фізичної, так і психосоціальної реабілітації під час адаптації ветеранів війни до суспільного та економічного життя в Україні на базі закладів вищої освіти (ЗВО).

Узагальнення даних спеціальних літературних джерел дало можливість виокремити складові спортивно-реабілітаційного компонента та узгодити із видами реабілітації.

Метод систематизації дав можливість узагальнити інформацію мережі Інтернет стосовно розроблених та затверджених державних стратегій різного рівня та напрямів, окреслити проблему відсутності чіткої координації між державними інституціями.

Аналіз нормативно-правових актів як один із застосованих методів дослідження дозволив зробити висновки про те, що в Україні відсутня чітко визначена координація між органами державної влади, які відповідають за організацію процесу реабілітації та адаптації ветеранів війни [2,3]. Так, у Міністерстві охорони здоров'я створено Директорат медичних послуг, який забезпечує нормативно-правове регулювання питань реабілітації у сфері охорони здоров'я; при Міністерстві соціальної політики створено експертну групу з питань реабілітації; при Міністерстві ветеранів — Департамент реабілітації та медичного обслуговування.

Інші центральні та місцеві органи виконавчої влади та органи місцевого самоврядування також відіграють певну роль у сфері реабілітації, але між ними досі немає визначеного плану обміну інформацією та обговорення проблем реабілітації. Як показує практика, недостатніми є систематичність і координація співпраці між державними органами, що обмежує як надання інформації людям з порушеннями зору про те, де саме і які реабілітаційні послуги вони можуть отримати, так і не дозволяє самим державним органам організувати процес реабілітації через відсутність фахівців та відповідної матеріально-технічної бази.

7 квітня 2023 р. уряд схвалив проєкт Указу Президента України щодо впровадження Стратегії формування системи переходу від військової служби до цивільного життя на період до 2032 р. Система переходу включатиме психологічну та правову допомогу, соціальну, професійну, культурну адаптацію військовослужбовців, ветеранів

війни, членів їхніх сімей, надання сучасних та дієвих інструментів для суспільної та економічної реінтеграції цих осіб. Але ці завдання можуть бути реалізовані державою і ветеранами війни винятково після відповідних заходів з реабілітації та подальшої їх адаптації [3].

Налагодити систему координування дій між усіма державними установами, відповідальними за екстрене реагування з дотриманням принципів інклюзивності та інтерсекційності, можуть якраз таки відповідні програми, в тому числі стратегія адаптації ветеранів війни до суспільного життя на базі закладів освіти засобами сучасних технологій спорту та реабілітації. Державна підтримка ветеранів війни повинна перейти від пільг до реабілітаційних послуг, які забезпечували б реінтеграцію та адаптацію та підвищення добробуту ветеранів війни.

Саме для забезпечення комплексного підходу для впровадження ефективного механізму адаптації ветеранів війни з боку держави, починаючи з 2023 р. представники Національного університету фізичного виховання і спорту України спільно з робочою групою, створеною наказом Міністерства освіти і науки від 13 жовтня 2023 р. № 1247, працювали над проєктом Державної стратегії адаптації ветеранів війни до суспільного та економічного життя в Україні на базі закладів освіти засобами сучасних технологій спорту та реабілітації [4].

За результатами цього дослідження слід виділити ключові аспекти спортивно-реабілітаційного компонента, які необхідно впровадити для комплексного покращення як фізичного, так і психосоціального благополуччя ветеранів війни та їх успішну адаптацію до суспільного життя, а саме:

1. Фізична активність та тренування — реалізується шляхом розробки індивідуальних тренувальних програм, враховуючи фізичний стан та обмеження ветеранів; використання адаптованих вправ та фітнес-обладнання для максимально можливої реабілітації.

2. Психологічна підтримка — через впровадження психологічних програм для зниження стресу та поліпшення психічного здоров'я; групові сесії з психологами для спільного подолання труднощів та підтримки один одного.

3. Спільнотна інтеграція — шляхом організації групових занять та спортивних заходів для підтримки соціальної взаємодії ветеранів війни. Розвиток програм, що сприяють взаємодії зі спільнотою та волонтерською діяльністю.

4. Технологічні інновації — через використання віртуальної реальності та інтерактивних тренувань для збільшення мотивації та ефективності

ті. Розробка мобільних додатків та електронних платформ для віддалених тренувань та спілкування.

5. Реабілітаційний моніторинг – через впровадження систем медико-реабілітаційного моніторингу для стеження за фізично-психологічним прогресом ветеранів війни. Співпраця з різними фахівцями для адаптації тренувальних програм до індивідуальних та соціальних потреб ветеранів війни.

6. Індивідуалізований підхід – створення персоналізованих реабілітаційних планів, враховуючи індивідуальні характеристики та цілі ветеранів війни та їх потреби в соціальній адаптації. Постійний моніторинг та адаптація програм відповідно до змін у фізичному та психічному стані.

Подаємо кілька складових спортивно-реабілітаційного компонента:

- фізична реабілітація, яка здійснюється через систему фізичних тренувань та фітнес-програм для ветеранів війни з урахуванням їхніх індивідуальних можливостей та обмежень, а також використання спеціальних програм для відновлення фізичної форми та зміцнення м'язів, особливо для тих, хто отримав травми під час військової служби;

- психологічна реабілітація та спорт, зокрема запровадження спортивних видів діяльності, таких як командні ігри чи індивідуальні види спорту сприятимуть соціалізації та зміцнюватимуть психічне здоров'я, а також проведення тренінгів та сесій зі спортивною психологією для підтримки ветеранів війни у подоланні стресу та виявленні внутрішнього потенціалу;

- професійна реабілітація через спорт через співпрацю зі спортивними організаціями і клубами, зокрема встановлення партнерства зі спортивними організаціями для надання ветеранам війни доступу до спортивних об'єктів та програм для підтримки їхньої активної участі в спорті та соціальних заходах;

- адаптивний спорт через популяризацію та розвиток адаптивних видів спорту для ветеранів війни з обмеженими можливостями, а також забезпечення доступу до спеціалізованого обладнання та тренерської підтримки для участі в такому роду адаптивних програмах.

Спортивно-реабілітаційний компонент включає не лише фізичне відновлення, а й підтримку психічного здоров'я, соціальну адаптацію та реінтеграцію ветеранів війни у суспільство. Так, для ветеранів війни з інвалідністю по зору внаслідок бойових дії відсутність професійної психологічної підтримки, ускладнюватиме їх реабілітацію і, як наслідок, адаптацію в подальшому. Усі особи

з інвалідністю, які постраждали від війни, мають домогтися справедливого і вчасного реагування на їх відновлення, реабілітацію та адаптацію. Саме тому доцільно розглядати цей компонент у контексті загальної стратегії адаптації, яка охоплює різні аспекти життя ветеранів війни.

Якщо розглядати медико-психосоціальний аспект реабілітації ветеранів війни, то він є не лише важливою складовою допомоги особам, які повертаються після військової служби, а й може виступати самостійним напрямом. Цей вид реабілітації спрямований на поліпшення фізичного та психічного здоров'я ветеранів війни, а також їх здатності адаптуватися до соціального життя. Психосоціальна реабілітація ветеранів війни в рамках спортивно-реабілітаційного комплексу включає ряд ключових елементів для їх успішної адаптації до соціального життя.

1. Здійснення комплексної оцінки їхнього фізичного стану. Розробка індивідуальних планів лікування з наданням доступу до потрібної медичної допомоги, фізіотерапії та інших видів послуг і реабілітації.

2. Групові заняття та командні види спорту. Встановлення соціальних зв'язків (групові тренування сприяють встановленню нових дружніх стосунків та взаємодії з іншими ветеранами, що допомагає в їх інтегруванні у спільноту та подолання соціальної ізоляції. Спільна діяльність у спорті руйнує бар'єри соціальної ізоляції, допомагаючи ветеранам відчувати підтримку та приналежність).

3. Технологічні інновації для соціальної взаємодії. Віртуальна спільнота. Використання електронних платформ та віртуальних ігор для взаємодії та спільного тренування, особливо в ситуаціях, коли особиста зустріч не є можливою.

4. Психологічна підтримка через спорт. Групові консультації. Застосування групових сесій психологічної підтримки, де ветерани можуть спільно поділитися досвідом та подолати труднощі. Формування позитивного настрою (спорт стимулює вивільнення ендорфінів, що може поліпшити настрій та сприяти психологічному благополуччю).

5. Психотерапія та консультування (надання психотерапевтичної допомоги для подолання стресу, тривоги, депресії та інших психічних труднощів). Співпраця з професіоналами. Робота з тренерами та психологами. Тісна співпраця з фахівцями у галузі спорту та психології, які можуть надавати індивідуальну підтримку та налаштовувати програми з огляду на психосоціальні потреби ветеранів.

6. Розвиток лідерських навичок через спорт. Участь у командних змаганнях (спортивні захо-

ди можуть допомагати розвивати лідерські та командні навички, що важливо для соціальної інтеграції).

Спортивно-реабілітаційний компонент, зосереджений і на психосоціальній реабілітації, надає ветеранам не лише фізичні переваги, а й розширює можливості для психологічної та соціальної підтримки у процесі адаптації до соціального життя.

Щодо аспектів чистої психологічної реабілітації, то вони вже певною мірою інтегровані в комплексні програми, спрямовані на забезпечення повноцінної та якісної підтримки ветеранам війни у процесі адаптації до цивільного життя. Такі програми повинні бути більш гнучкими та індивідуалізованими з урахуванням усіх особистих потреб та унікальних викликів, з якими зустрічаються ветерани війни. Наприклад, щодо незрячих ветеранів, то мова йде про психологічну адаптацію через сихосоціальну реабілітацію, що є важливою частиною загальної адаптаційної (нереабілітаційної) програми для осіб з обмеженими можливостями. Психологічна адаптація ветеранів війни, які втратили зір унаслідок бойових дій, включає передовсім психологічну підтримку та забезпечення психологічних консультацій для допомоги у вирішенні емоційних та психологічних труднощів, а після – включення до адаптації фізичної культури та спорту, зокрема сучасних їх видів.

Професійна реабілітація ветеранів у рамках спортивно-реабілітаційного компонента включає різноманітні аспекти, спрямовані на покращення їх трудової адаптації та можливостей для успішного включення до робочого середовища, надання можливостей для формування нових професійних навичок для здобуття нових професій, а також удосконалення програм з професійної реабілітації та підтримки в пошуку роботи, що може бути включена в стратегію як компонент, що реалізується освітнім закладом, а саме:

1. Професійне навчання: адаптовані програми та створення навчальних програм, спрямованих на розвиток навичок, які ветерани війни можуть успішно використовувати на ринку праці.

2. Тренінги та курси: надання можливостей для участі в тренінгах та професійних курсах, які підвищують кваліфікацію та оновлюють знання.

3. Консультації та кар'єрне порадицтво: індивідуальні консультації (надання ветеранам підтримки та порад з вибору кар'єрного шляху та перспектив). Підготовка до співбесід. Тренування у навичках спілкування та використання ресурсів для ефективного пошуку роботи.

4. Виробничий тренінг та стажування: співпраця з роботодавцями, встановлення партнер-

ства з компаніями для організації виробничого тренінгу та стажування.

5. Підтримка під час переходу (забезпечення ветеранів війни підтримкою під час переходу в нове професійне середовище).

6. Розвиток підприємництва. Навчання підприємницьких навичок. Пропагування та підтримка ветеранів війни, які бажають розвивати власний бізнес, у тому числі і в спорті.

7. Мережеві можливості. Організація мережевих заходів. Створення можливостей для ветеранів війни знаходити партнерів та контакти у сфері їх професійної діяльності.

8. Участь у спільнотах. Запрошення ветеранів війни до спільнот та об'єднань, що сприяють обміну досвідом та розвитку професійних зв'язків.

**Висновки.** Роль спортивно-реабілітаційного компонента у структурі стратегії адаптації ветеранів війни в Україні на базі закладів освіти на сьогодні недостатньо вивчена та потребує дослідження.

Спортивно-реабілітаційний компонент важливий для ветеранів війни, оскільки не лише поліпшує фізичний та психічний стан, а й створює умови для їх успішної соціалізації та інтеграції на ринок праці через розширення можливостей професійної реабілітації.

Реалізація державної стратегії адаптації включає обов'язковий компонент супроводу у реінтеграції: надання підтримки ветеранам війни у процесі повернення до цивільного життя та інтеграції в соціальне середовище та професійне оточення.

Спорт відіграє ключову роль у процесі адаптації ветеранів війни до соціального життя, пропонує фізичну, психологічну та соціальну підтримку:

1. Фізична реабілітація – покращення фізичного стану. Спортивна активність допомагає ветеранам відновлювати та зміцнювати своє тіло після травм та операцій, поліпшуючи рухливість та функціональні можливості.

2. Психологічна підтримка – зниження стресу та тривоги. Заняття спортом поліпшує настрій та допомагає знижувати рівень стресу і тривоги, сприяє подоланню посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Спорт може бути ефективним інструментом для подолання симптомів ПТСР та сприяти психічному здоров'ю.

3. Психосоціальна інтеграція – встановлення соціальних зв'язків. Групові заняття та командні види спорту сприяють встановленню нових дружніх стосунків та взаємодії з іншими ветеранами і членами спільноти. Участь у спортивних заходах розвиває відчуття приналежності та підтримки в новому соціальному оточенні.

4. Створення цілей та структури – формування регулярності. Заняття спортом допомагає ветеранам війни створювати розклад та структуру в своєму повсякденному житті, що сприяє психосоціальному благополуччю.

5. Розвиток особистості та навичок – самовдосконалення. Участь у спортивних заходах може сприяти розвитку нових навичок, впевненості у собі та збільшенню особистісного росту.

Спорт виступає як потужний інструмент у реабілітації ветеранів війни, сприяючи успішній адаптації до соціального життя після війни. Отже, створення освітніх програм спортивної реабіліта-

ції з урахуванням індивідуальних потреб та можливостей – це важливе завдання, оскільки спорт та фізичне виховання відіграють важливу роль у фізичній та психологічній реабілітації ветеранів війни, які можуть зіткнутися з різними фізичними та емоційними викликами після повернення з військової служби.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розширення спортивно-реабілітаційної складової адаптації ветеранів війни до соціального життя, розробки відповідних освітніх програм з урахуванням сучасних технологій для навчальних закладів.

#### Література

1. <https://mva.gov.ua/ua/news/uryad-zapustiv-strategichnij-proyekt-min-veteraniv-perehodu-vid-vijskovoyi-sluzhbi-do-civilnogo-zhittya>.

2. <https://uni-sport.edu.ua/content/pershe-zasidannya-robochovi-grupy-z-doopracuvannya-proyektu-derzhavnoyi-strategiyi>.

3. [https://24tv.ua/skilki-veteraniv-ukrayini-minveteraniv-nazvalo-tsifru\\_n2378026/amp](https://24tv.ua/skilki-veteraniv-ukrayini-minveteraniv-nazvalo-tsifru_n2378026/amp)

4. <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/adaptatsiya-veteraniv-viyny-do-myrmoho-zhyttya-pomichnyk-veterana>

lukasevichii@gmail.com

Надійшла 18.02.2024