

УДК 338.487:364.2

Мацикур Г.В.¹, Островський О.Р.²

¹ викладач, ВСП «Тернопільський фаховий коледж ТНТУ ім. І. Пулюя

² студент, ВСП «Тернопільський фаховий коледж ТНТУ ім. І. Пулюя

ТУРИЗМ У КОМПЛЕКСНІЙ СИСТЕМІ ПОВОЄННОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

За останні роки в Україні значно зросла увага до реабілітації військовослужбовців - учасників бойових дій (УБД), які зазнали поранень або психологічних травм. Масштабне пошкодження фізичного та психічного здоров'я захисників під час російсько-української війни спричинило підвищений попит на комплексні відновлювальні послуги. Забезпечення доступу до реабілітації незалежно від соціально-економічного статусу є пріоритетом державної політики щодо підтримки ветеранів. Індивідуальні програми відновлення дозволяють враховувати особливості стану кожного учасника бойових дій та підвищують ефективність лікувально-

відновлювальних заходів.

Актуальність даної проблематики зумовлює мету даного дослідження, що полягає у вивченні впливу туризму на психофізіологічне відновлення та інтеграцію УБД в суспільне життя. Для досягнення поставленої мети вирішено низку завдань: визначено поняття «реабілітація» з огляду на етимологію даного терміна; розглянуто комплексний підхід до реабілітації; визначено функції туризму як засобу реабілітації.

Історичний аспект поняття «реабілітація» походить із середньовічної латинської мови: від *rehabilitatio* – «відновлення», що базується на дієслові *rehabilitare* (*re* – «знову» + *habilis* – «придатний»). У науковій літературі термін має багатозначну природу та охоплює відновлення фізіологічних, соціальних і психологічних функцій людини після хвороб або травм [1]. Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, реабілітація – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення функціональних можливостей та зниження рівня інвалідності з урахуванням умов життя людини [2].

Для осіб з обмеженими можливостями основною метою реабілітації є їх комплексна інтеграція в суспільство, що охоплює ключові сфери життя, зокрема працездатність, соціалізацію та відновлення прав, свобод і соціального статусу. Під час реабілітаційного процесу створюються умови для життєдіяльності без зовнішнього примусу, а ефективність індивідуальних програм оцінюється за рівнем усунення дефектів та здатністю особи адаптуватися до нових умов. Після завершення реабілітаційного процесу така особа здобуває відносну самостійність у повсякденному житті, включаючи самообслуговування, фінансову незалежність та здобуття освіти тощо, що дозволяє подолати ряд обмежень [3].

Для прискорення повернення УБД до активного мирного життя важлива не лише державна підтримка, а й участь суспільства. Порушення функціональних можливостей організму тимчасово ізолюють військових від соціуму, що може погіршувати емоційно-психологічний стан і зменшувати їхню соціальну значущість. Завдання комплексних реабілітаційних програм для

УБД охоплює фізичне, психологічне та соціальне відновлення.

Медичні та фізичні наслідки травм посилюються тяжкістю психічного стану військовослужбовців. Перебування в зоні бойових дій супроводжується загрозою для життя, невизначеністю, обмеженням часу та порушенням режиму сну, що підвищує рівень тривоги, страху і стресу. Багато УБД піддаються ризику розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), а після повернення виникають труднощі в самостійному контролі стресу та напруги. За даними Міністерства охорони здоров'я України (2025), ПТСР спостерігається у 60-80% військових після гострої травми, а серед «неврологічних захворювань, пов'язаних зі стресом», ПТСР становить 29% [4]. Негативні емоції можуть призводити до зловживання алкоголем, безсоння, підвищеної агресії, панічних атак та інших психоемоційних порушень, включно з ризиком суїцидальної поведінки.

У реабілітаційній практиці туризм визначається як ресурс, що сприяє фізичному, психологічному та соціальному відновленню, зокрема підвищенню адаптаційних, комунікативних та когнітивних здібностей суспільства. В умовах сучасної війни організація туризму все ж активно розвивається, що сприяє різноманітності форм дозвілля та рекреаційної діяльності, включно з подорожами, поїздками, екскурсіями, походами, спортивними активностями, культурними та освітніми програмами [5]. Водночас соціальна значимість туризму для УБД проявляється через комплекс функцій (див. табл 1).

Таблиця 1 – Функції туризму в реабілітації УБД

Функція туризму	Зміст та вплив
Виховна	Формує колективізм, моральні та естетичні якості
Освітня	Поглиблює знання з краєзнавства, природознавства та історії
Оздоровча	Сприяє зміцненню здоров'я, контрольованому фізичному навантаженню
Спортивна	Відновлює фізичні сили, допомагає опануванню спеціальної туристичної техніки
Психологічна	Знижує рівень стресу, допомагає подолати посттравматичні наслідки,

	розвиває емоційну стійкість
Соціальна	Сприяє інтеграції в колектив, формує комунікативні та соціальні навички
Культурна	Ознайомлює з культурними цінностями, традиціями та місцевою спадщиною

Джерело: складено авторами

Дані функції туризму відповідають завданням реабілітації, активізуючи механізми адаптації та самоадаптації за умови безпосередньої участі самих УБД, що підтверджує роль туризму як ефективного засобу реабілітації. Нижче наведемо основні аргументи на користь цього висновку (див. табл. 2).

Таблиця 2 – Фактори впливу туризму на ефективність реабілітації УБД

Причина	Проблема	Ефект для реабілітації
Фізична активність	Зниження рухової активності через хвороби та травми, депресивні розлади, стрес, втрата віри в себе	Підтримка рухової активності, профілактика психосоматичних захворювань, відновлення фізичної форми та здоров'я
Соціальна взаємодія	Втрата контакту з людьми, ізоляція, почуття неповноцінності	Створення сприятливого середовища для спілкування, соціальної інтеграції, отримання підтримки, зниження почуття неповноцінності
Когнітивна та емоційна активність	Втома, зниження емоційного тону, обмеженість у пізнавальних процесах	Відновлення сили, стабілізація емоційного стану, розширення кругозору через знайомство з історією, культурою, традиціями та людьми
Психологічна та естетична складова	Стрес, психологічне виснаження, монотонність оточення	Психоемоційна стабілізація, відновлення когнітивно-психологічних функцій через вплив клімату, природних та культурно-історичних ресурсів, зміна середовища перебування сприяють психологічному розслабленню та покращенню настрою

Джерело: складено авторами

Отже, реабілітація є ключовим чинником повернення УБД до активного і соціально незалежного життя. Її ефективність залежить від комплексної

взаємодії фахівців, родини та соціального оточення. Результати індивідуальні та зумовлені психосоціальними установками, фізичними ресурсами та типом мислення. Туризм як засіб реабілітації формує саногенне мислення, що сприяє адаптації до психоемоційних і стресових наслідків участі у бойових діях, оскільки безпосередньо пов'язаний з інтеграцією: з одного боку, з процесом підготовки і готовністю військовослужбовця до повернення в суспільство, з іншого - з готовністю суспільства прийняти його, що є шляхом до успіху в адаптації до мирного життя.

Список використаних джерел:

1. Білий В., Мазуренко К., Штоковецька Н. Визначення, аналіз та порівняння видів реабілітації, які існують в Україні. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2025. № 1(13). DOI: <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2025.13>
2. Adapting the WHO Rehabilitation Competency Framework to a specific context: a stepwise guide for competency framework developers Geneva. *World Health Organization*. 2021. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/-9789240015333>
3. Сердюк О. І., Рогожин Б. А., Белозьоров І. В., Просоленко Н. В., Крупеня В. І., Опаріна Т. М., Данно В. В. Реабілітація: історія формування, сучасна стратегія розвитку. *Східноєвропейський журнал внутрішньої та сімейної медицини*. 2024. № 2. С. 86–92. DOI: <https://doi.org/10.15407/internalmed-2024.02.086>
4. Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад. Міністерство охорони здоров'я України. *Офіційний сайт*. URL: <https://moz.gov.ua/uk/scho-treba-znati-pro-posttravmatichnij-stresovij-rozlad>
5. Журило М. А., Антонов С. В., Ткачек В. В. Формування інклюзивного туристичного середовища в Україні. *Український журнал прикладної економіки та техніки*. 2024. Т. 9. № 4. С. 288-291. DOI: <https://doi.org/10.36887/2415-8453-2024-4-43>