

УДК 94(477):379.85:615.851.8-057.36

ПРОЄКТ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: «ХОРТИЦЯ
ВІДНОВЛЮЄ» У ПРАКТИЦІ НАЦІОНАЛЬНОГО ЗАПОВІДНИКА
«ХОРТИЦЯ»

Олександр Сурченко,
науковий співробітник
науково-просвітницького відділу
Національного заповідника «Хортиця»

У статті розглядається проєкт «Хортиця відновлює», започаткований Національним заповідником «Хортиця» у 2024 році, як форму культурно орієнтованої психосоціальної реабілітації військовослужбовців. Проаналізовано передумови створення проєкту, його мету, основні напрями реалізації та механізми впливу на психоемоційний стан учасників. Особливу увагу приділено використанню історико-культурної спадщини запорозького козацтва, природного середовища острова Хортиця та екскурсійної діяльності як засобів «м'якої реабілітації». На основі емпіричних спостережень і аналізу наукових джерел обґрунтовано ефективність екскурсійно-рекреаційних практик у процесі психологічної декомпресії, соціальної адаптації та духовного відновлення військовослужбовців.

Ключові слова: Хортиця, реабілітація військовослужбовців, психосоціальна підтримка, екскурсійна діяльність, історико-культурна спадщина, запорозьке козацтво.

The article examines the project «Khortytsia Restores», launched by the National Reserve «Khortytsia» in 2024, as a form of culturally oriented psychosocial rehabilitation for military personnel. The prerequisites for the creation of the project, its goals, main areas of implementation, and mechanisms of influence on the psycho-emotional state of participants are analyzed. Special attention is paid to the use of the historical and cultural heritage of the Zaporizhian Cossacks, the natural landscape of Khortytsia Island, and guided excursions as tools of “soft rehabilitation.” Based on empirical observations and analysis of scholarly sources,

the effectiveness of excursion and recreational practices in the processes of psychological decompression, social adaptation, and spiritual recovery of servicemen is substantiated.

Keywords: Khortytsia, rehabilitation of military personnel, psychosocial support, excursion activities, historical and cultural heritage, Zaporizhian Cossacks.

Повномасштабна російська агресія проти України спричинила гостру потребу у комплексних підходах до реабілітації військовослужбовців. Поряд із медичними та психологічними заходами дедалі більшого значення набувають культурні, духовні та соціальні практики, спрямовані на відновлення внутрішньої рівноваги, ціннісних орієнтирів та почуття приналежності.

У цьому контексті особливу роль відіграють ініціативи, що використовують потенціал історико-культурної спадщини як ресурсу психосоціальної підтримки. Проєкт «Хортиця відновлює» є актуальним прикладом такої стратегії, що поєднує екскурсійну діяльність, рекреаційний вплив природного середовища та живу комунікацію в межах національного заповідника.

Наукова новизна статті полягає у:

- емпіричному обґрунтуванні – введенні до наукового обігу досвіду реалізації проєкту «Хортиця відновлює» як апробованої моделі рекреації/реабілітації військовослужбовців;
- методологічному розширенні – доведенні ролі потенціалу екскурсійної діяльності як інструменту психосоціального відновлення;
- адаптації спадщини – осмисленні історико-культурного простору запорозького козацтва як чинника духовної підтримки сучасних захисників України.

Об'єктом дослідження є: процес психосоціальної реабілітації військовослужбовців в умовах культурно-історичного середовища. Предметом дослідження: проєкт «Хортиця відновлює» як форма використання

історико-культурної спадщини та екскурсійних практик у реабілітаційній роботі з військовими.

Мета статті: комплексне висвітлення досвіду реалізації проєкту «Хортиця відновлює» як інструменту психосоціальної реабілітації військовослужбовців, а також обґрунтування ролі історико-культурного та природного середовища Національного заповідника «Хортиця» у процесі відновлення ментального здоров'я захисників України.

Для досягнення поставленої мети ставляться наступні дослідницькі завдання: проаналізувати концептуальні засади та структуру проєкту «Хортиця відновлює»; визначити специфіку адаптації екскурсійних програм для військовослужбовців із урахуванням інклюзивних вимог та етичних норм комунікації; дослідити вплив історико-культурної спадщини та природного ландшафту острова Хортиця на психоемоційний стан учасників; узагальнити практичні рекомендації щодо організації реабілітаційних заходів на базі заповідних територій.

Методологія дослідження ґрунтується на міждисциплінарному підході, що поєднує методи історичного аналізу, музейної педагогіки та соціальної психології. Використовуються: метод спостереження, узагальнення практичного досвіду – під час проведення екскурсій для фіксації емоційних та поведінкових реакцій військовослужбовців; метод аналізу конкретного випадку (кейс-метод) – для детального вивчення проєкту «Хортиця відновлює» як унікальної практики в межах заповідника; інтерпретаційний метод – для виокремлення ціннісних смислів козацької спадщини та їх актуалізації в процесі реабілітації.

Проєкт «Хортиця відновлює» започаткований Національним заповідником «Хортиця» у 2024 році за прикладом програми «Духовне відновлення культурою» Національного заповідника «Києво-Печерська лавра» [4].

Мета проєкту: задовольнити запит на духовний супровід і емоційну підтримку військових, їхніх родин, сімей загиблих військових,

військовополонених, а також військовослужбовців, які перебувають на реабілітації та лікуванні [6]. Допомогти знайти психологічне полегшення, відновити сили через зв'язок із природою, історією та культурою запорізької землі [4].

Основа проєкту – екскурсійна програма та прогулянки островом Хортиця. Екскурсії адаптовані для людей з різними потребами, зокрема для людей з інвалідністю. Представлені інклюзивні елементи та тактильні куточки в експозиціях. Пропонується терапевтична взаємодія з кінями на базі кінноспортивного клубу «Family Horse Club». Національний заповідник «Хортиця» співпрацює з громадською організацією «Коханий, я живу», яка працює із жінками, що втратили своїх чоловіків на війні [4].

До заповідника найчастіше звертаються організовані групи: бригади, батальйони, медичні заклади, організації з підтримки ветеранів. Військові психологи груп психологічного супроводу і відновлення, капелани, фахівці Державної установи Територіального медичного об'єднання МВС України по Запорізькій області та інші, у співпраці із спеціалістами заповідника, використовують історико-культурний та природничий потенціал острова для психосоціальної реабілітації військових.

Співробітники заповідника пройшли психологічну підготовку для роботи з військовими й ветеранами: навчалися правильно реагувати на кризові ситуації, допомагати відвідувачам у складних емоційних станах [4].

Військові психологи проводили тренінг, семінар, лекцію на Хортиці. Розглядалися основні принципи, прийоми, методи психологічної роботи з військовослужбовцями.

Наголошувалось на недопущенні помилок психологічної підтримки:

- Порожні обіцянки: «все буде добре», «усе владнається», «життя обов'язково налагодиться». Краще замінити простими словами співчуття: «мені дуже шкода», «я так тобі співчую».

- Заборона на емоції: «заспокойся», «візьми себе в руки», «не плач», «не треба так хвилюватися». Навпаки, треба допомогти людині проявити свої емоції, дати можливість розповісти свої переживання.
- Знецінення чужих проблем: «це не варто таких сліз», «це не кінець світу», «нічого ж по суті не сталося», «це можна пережити».
- Безглузді поради: «потрібно було так зробити». Треба дати можливість виговоритись і бути почутим.
- Оціночні коментарі: «раніше треба думати було», «все ж було очевидно заздалегідь», «не треба бути таким наївним».

Відповідно до зазначених рекомендацій проводиться робота з військовослужбовцями в рамках проєкту. Дотримання цих етичних стандартів комунікації дозволяє сформувати атмосферу довіри, що є базовою умовою для успішної реабілітації.

Важливим елементом психологічної допомоги є декомпресія, яка допомагає військовим адаптуватися до мирного життя. Під час бойових дій військовослужбовці перебувають у стані підвищеної тривожності та стресу, що може призводити до емоційного виснаження. Зняття емоційного напруження також сприяє відновленню їхньої здатності до соціальної інтеграції та виконання звичних життєвих обов'язків [1, с. 46]. Проєкт «Хортиця відновлює» також є елементом психологічної декомпресії військових, екскурсії та прогулянки Хортицею допомагають розвантажитись, перенаправити емоційний стан з бойових дій на цивільне життя, знизити рівень стресу та перейти з умов постійної небезпеки до спокійного середовища.

Рекреаційний туризм, до якого можна віднести проєкт «Хортиця відновлює», є високоефективним інструментом психосоціального відновлення українських військовослужбовців. Згідно з даними опитування, проведеного професоркою Анною Романовою, у квітні 2025 року серед 56 ветеранів АТО/ООС та повномасштабної війни, які нещодавно брали участь у рекреаційних програмах, за всіма негативними психоемоційними показниками

(тривожність, депресія, агресія, самотність) спостерігалось істотне зниження на рівні 33%-41%. Водночас, показник соціальної активності (бажання спілкуватися) продемонстрував значне зростання на 40%, що свідчить про високий реінтеграційний потенціал ветеранського туризму. Було також встановлено, що ветерани віддають перевагу відновлювальним та спокійним активностям під час туру, зокрема ознайомчим екскурсіям [3, с. 206–207].

Екскурсійна складова, як обов'язковий компонент, інтегрована і до Програми психологічної реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій Національної гвардії України [2, с. 20–21]. Це підтверджує особливу роль екскурсій у процесі відновлення бійців, в тому числі нацгвардійців, та доводить ефективність використання історичного простору Хортиці як бази для реабілітаційної роботи.

Екскурсія – це форма рекреації або «м'якої реабілітації». В екскурсійній програмі проєкту «Хортиця відновлює» використовуються принципи і вимоги загальні для всіх форм ідейно-виховної роботи – наочності, науковості, систематичності, доступності, переконливості та ін. [5, с. 98]. Підходи для роботи з військовими – доброзичливість, повага та вдячність.

Залучення військовослужбовців до екскурсійної діяльності, заснованої на історико-культурних спадщині Хортиці та цінностях запорозького козацтва (свобода, гідність, братерство, мужність, хоробрість, стійкість тощо), сприяє емоційній стабілізації, зниження рівня тривожності, підвищення настрою, духовному піднесенню, посиленню почуття спільності, гордості, єдності, приналежності та усвідомлення власної місії у захисті держави.

Під час екскурсій учасникам дають відчувати себе частиною історії. Використовується інтерактивний підхід: відбувається взаємодія з гідом, об'єктами, наприклад, можна торкатися копій (реплік) історичних предметів.

Програма адаптована до потреб кожної групи учасників, враховуючи фізичний і психологічний стан та особисті побажання.

Інклюзія є важливою частиною програми. Територія пристосована для пересування людей на кріслах колісних, є можливість користуватися

інклюзивним обладнанням, а також можливі екскурсії для людей із порушеннями слуху та зору.

Для відвідувачів заповідник має крісло колісне, доступні аудіогіди. У експозиційних куренях ІКК «Запорозька Січ» є тактильні куточки, також встановлені QR-коди, які відкривають доступ до відеоекскурсій жестовою мовою або у форматі субтитрів на вибір [4].

Засоби психологічної підтримки, що застосовуються в проєкті:

- Створення безпечного простору: проведення екскурсії в спокійній, контрольованій атмосфері. Слід організувати процес так, щоб військовослужбовці відчували себе в безпеці та мали можливість відмовитись від участі у певних заходах туристично-екскурсійної програми без тиску.

- Інтерактивний підхід: взаємодія з екскурсоводом і об'єктом відвідування.

- Активне слухання та емпатія: уважно слухати не перебиваючи, заохочувати до розмови, але не нав'язувати, висловлювати підтримку.

- Гнучкість та адаптація: бути готовим адаптувати план екскурсії відповідно до потреб групи та окремих військових. Звертати увагу на ознаки стресу або дискомфорту, щоб вчасно надати необхідну допомогу.

Проєкт реалізовується не лише екскурсійним супроводом, а й неформальним спілкуванням: бесіди під час маршруту, можливість ділитися власними історіями, жарти та неформальна підтримка, спільні зупинки на чай, каву. Це стає своєрідними ритуалами спільності, створює простір рівності та взаємоповаги, що допомагає відновити людські зв'язки після стресу.

Емпіричні дані підтверджують позитивний вплив проєкту «Хортиця відновлює» на психоемоційний стан учасників. Це підкріплюється як результатами безпосередніх спостережень, так і позитивними відгуками фахівців, що здійснюють супровід: військових психологів, капеланів та медичного персоналу.

Отже, проєкт «Хортиця відновлює» засвідчує значний потенціал використання історико-культурної спадщини у сфері психосоціальної

реабілітації військовослужбовців. Поєднання екскурсійної діяльності, природного середовища та живого міжособистісного спілкування сприяє емоційній стабілізації, соціальній адаптації та духовному відновленню учасників. Важливою перевагою програми є реалізація принципів інклюзії, що забезпечує доступність реабілітаційних практик для військових з інвалідністю та відповідає сучасним стандартам музейної і соціально орієнтованої діяльності. Досвід проєкту може бути рекомендований для впровадження в діяльність інших заповідників та музейних установ України.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Hrubı T.V., Kupchyshyna V.Ch. Osoblyvosti psykholohichnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtiv, uchasykyv boiovykh dii. *Filosofsko-sotsiolohichni ta psykholoho-pedahohichni problemy pidhotovky osobystosti do vykonannia zavdan v osoblyvykh umovakh : zbirnyk materialiv Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Kyiv, 05 hrudnia 2024 r.)*. Kyiv : NUOU, 2024. S. 44–47.

2. Kolesnichenko O.S., Prykhodko I.I., Matsehora Ya.V. Psykholohichna reabilitatsiia viiskovosluzhbovtiv pislia vykonannia sluzhbovo-boiovykh zavdan v boiovykh umovakh : monohrafiia. Kharkiv : NA NHU, 2021. 75 s.

3 Romanova A. Rekreatsiinyi turyzm yak instrument psykhosotsialnoho vidnovlennia veteraniv viiny. *Kulturna spadshchyna ta pryrodno-resursnyi potentsial u rozvytku turyzmu ta hromad: naukovı zasady, praktyky, kolaboratsiia : materialy mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Kyiv, 21 lystopada 2025 r.)*. Kyiv, 2025. S. 205–208.

4. Sinko K. «Khortytsia vidnovliuie»: yak pratsiuie proiekt psykholohichnoi reabilitatsii u Zaporizhzhı. URL: https://www.inform.zp.ua/uk/2025/04/28/322095_hortyczya-vidnovlyuye-yak-praczuuye-proyekt-psyhologichnoyi-reabilitacziyi-u-zaporizhzhı/ (дата звернення: 21.10.2025 р.).

5. Torianyk V.M., Khridochkin A.V., Dzhyndzhoian V.V. Ekskursolohiia : pidruchnyk. Za zah. red. doktora yurydychnykh nauk, profesora, V.O. Nehodchenka. Dnipro : DHU, 2022. 370 s.

6. «Khortytsia vidnovliuie». URL: <https://ostriv.org/khortytsia-vidnovliuie/>.
дата звернення: 21.10.2025 р.).