ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942.5-058.65:[615.851:165.212]
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/27

Башлакова Ю.В.
https://orcid.org/0009-0003-7718-6798
Херсонський державний університет

ОПРАЦЮВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ В УКРАЇНІ ЗАСОБАМИ СИМВОЛІЗАЦІЇ

Статтю присвячено теоретичному осмисленню символізації як одного з базових психічних механізмів, що уможливлює опрацювання травматичного досвіду в умовах війни в Україні. Травма в контексті війни розглядається як мультирівневий феномен, що зачіпає різні категорії постраждалих: цивільне населення, внутрішньо переміщених осіб, дітей, родини військових, свідків окупації та бойових дій, ветеранів, а також суспільство загалом як носія колективної травми. Обґрунтовано доцільність розгляду символізації не як окремої техніки чи методу, а як багаторівневого процесу, що поєднує тілесний, образний, наративний та смисловий рівні опрацювання досвіду. Проаналізовано теоретичні засади символізації у психоаналітичній (З. Фройд, К. Г. Юнг, В. Біон, Г. Кристал, Ж. Лакан, П. Марті), герменевтичній (П. Рікер), культурно-історичній (Л. Виготський, К. Гірц), семіотичній (Ч. Пірс) та нейропсихологічній (Б. ван дер Колк, К. Брюїн) традиціях. Розглянуто концепцію десимволізації як ядра травматичного синдрому, операціонального мислення як соматизаційного наслідку дефіциту символізації та ресимволізації як ключового механізму відновлення. Систематизовано наявні уявлення про рівневу організацію символічного опрацювання, узагальнені у вертикальній послідовності «тіло–образ–наратив–сенс», яка відома з поетапних моделей арттерапевтичної роботи, та показано можливості її адаптації до специфіки різних груп постраждалих. Висвітлено основні форми символізації: тілесно-сенсомоторну, образно-метафоричну, наративно-вербальну, діяльнісно-енактивну, соціально-ритуальну та культурно-меморіальну; цифрові формати розглянуто як середовище їх реалізації. Окреслено вимір колективної травми, трансгенераційної передачі несимволізованих наслідків історичних травм та культурно-меморіальних практик у сучасній Україні. Як приклад диференційованої роботи з конкретною групою розглянуто специфіку моральної травми у ветеранів.

Ключові слова: *символізація, травматичний досвід, війна, моральна травма, цивільне населення, ветерани, колективна травма, наративна реконструкція, ресимволізація, культурно-меморіальні практики, посттравматичне зростання.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна, розпочата Росією проти України у 2022 році, спричинила безпрецедентну за обсягом і складністю травматизацію населення. Травма в контексті війни є мультирівневим феноменом, що зачіпає не лише військовослужбовців, які беруть безпосередню участь у бойових діях, а й значно ширше коло постраждалих: цивільне населення, що зазнало обстрілів, втрат близьких, перебування під окупацією; внутрішньо переміщених осіб; дітей, які зростають у воєнній реальності; сім'ї військових і загиблих; свідків насильства; медичних працівників і волонтерів, які стикаються із вторинною травматизацією. Окрему категорію становить суспільство в цілому як носій колективної травми, що накладається на трансгенераційні наслідки історичних травм: Голодомору, репресій, депортацій.

Травматичний досвід у контексті війни характеризується не лише симптомами посттравматичного стресового розладу (ПТСР), а й глибокими

© Башлакова Ю.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

порушеннями на рівні тілесної регуляції, емоційної інтеграції, наративної цілісності та екзистенційно-моральних орієнтирів. Особливістю української ситуації є тривалість і безперервність травматизації: на відміну від постконфліктних контекстів, де відновлення відбувається після завершення активних бойових дій, в Україні психологічна робота розгортається в умовах триваючої війни, коли нова травматизація може відбуватися одночасно з реабілітаційним процесом.

Травмофокусовані психотерапевтичні підходи, орієнтовані переважно на вербальне опрацювання травми, мають одну з найсильніших доказових баз у сучасній психотерапії. Водночас частина постраждалих не відповідає на них повною мірою або передчасно припиняє участь, і однією з ймовірних причин цього є домінування досимволічних форм збереження травматичного досвіду в нервовій системі разом із фрагментованістю автобіографічної пам'яті, які не піддаються безпосередній вербалізації. Це актуалізує потребу в інтегративних підходах, що доповнюють вербальну роботу, враховують багаторівневу природу травматичного досвіду та залучають різні форми символізації: від тілесної регуляції до сенсотворчої трансформації, від індивідуальної терапії до колективних і культурно-меморіальних практик. Теоретико-методологічне обґрунтування таких підходів у контексті української воєнної реальності становить актуальну наукову проблему.

Аналіз актуальних досліджень і публікацій. Проблематика символізації як механізму опрацювання травматичного досвіду має багатовікову традицію теоретичного осмислення. У психоаналітичній традиції З. Фройд обґрунтував символізацію як механізм опосередкованого вираження витісненого досвіду через образи, метафори та сюжетні структури [1]. К. Г. Юнг суттєво розширив це розуміння, виходячи за межі вузько сексуальної інтерпретації Фройда: для нього символ – це не маскування, а найкраща можлива форма вираження чогось ще не пізнаного, що не може бути виражене точніше іншим способом; символи народжуються зі спонтанної діяльності несвідомого та виявляють зміст архетипів [2]. Подальший розвиток психоаналітичної парадигми здійснив В. Біон, який увів ключове розрізнення між β-елементами (несимволізовані сенсорно-афективні враження) та α-елементами (символічно опрацьовані змісти), а також концепцію α-функції як здатності психіки трансформувати нестерпний досвід у символічну форму [3]. Концепція десимволізації як наслідку травми була розроблена Г. Кристалом, який обґрунтував положення про те, що масивна травматизація руйнує здатність психіки використовувати афекти як сигнали мобілізації захистів і призводить до алекситимії [4]. Особливо цінною для розуміння соматичних наслідків десимволізації є концепція операціонального мислення (pensée opératoire) П. Марті та паризької психосоматичної школи, що описує підвищену прив'язаність до конкретної реальності та недостатність символічної переробки афекту як механізм соматизації психічного конфлікту [5].

Ж. Лакан запропонував принципово нове розуміння символізації, інтегрувавши психоаналіз зі структурною лінгвістикою Ф. де Сосюра: символічний порядок є одним із трьох реєстрів психіки поряд з уявним і реальним; символічне є порядком культури, мови і закону, а вхід у нього через мову водночас конституює суб'єкта та відчужує його від безпосередності реального [6]. У межах герменевтичної традиції П. Рікер увів принципово важливу формулу: «символ спонукає думати» (le symbole donne à penser), підкреслюючи надлишковість значення та інтерпретативний потенціал символічних форм [7]. Культурно-історичний підхід Л. Виготського розкрив соціально-знакову природу символізації як форми опосередкування вищих психічних функцій, які спершу існують в інтерпсихічній (міжособистісній) формі і лише потім інтеріоризуються [8]. Семіотична традиція (Ч. Пірс) розрізняє три типи знаків: іконічні (подібні до об'єкта), індексальні (причинно пов'язані з ним) та символічні (пов'язані з ним конвенційно), – що дає змогу диференційовано аналізувати різні типи репрезентаційних відношень, задіяних у роботі з травматичним досвідом [9]. Розрізнення символічного рівняння, за якого символ переживається як тотожний позначуваному, і власне символу запропонувала Г. Сігал [10].

Б. ван дер Колк узагальнив дані сучасних нейробіологічних досліджень, згідно з якими травматичний досвід зберігається передусім у вигляді тілесних патернів, фрагментованих сенсорних образів та емоційних слідів, які не інтегровані у декларативну пам'ять [11]. К. Брюїн зі співавторами обґрунтував теорію подвійного представлення ПТСР, згідно з якою травматична пам'ять кодується у двох системах: вербально-доступній (VAM) та ситуаційно-доступній (SAM), при тому інтеграція досвіду вимагає переходу між ними [12]. Н. Гасс-Коен і Дж. Клей пропонують розглядати реконсолідацію пам'яті як спільний нейрокогнітивний механізм, що лежить в основі ефективності символічних підходів до травми: під час

реактивації травматичного спогаду в поєднанні з новим символічним досвідом пам'ять стає пластичною й відкритою для модифікації [13].

В українському науковому полі тема символічного опрацювання травми війни найбільш системно розгорнута у працях Т. М. Титаренко, яка розробила концепцію наративної ретикуляції та посттравматичного життєтворення як механізмів відновлення суб'єктності в умовах тривалої травматизації [14; 15]. Колективні монографії за редакцією З. Г. Кісарчук представляють комплексні моделі допомоги різним категоріям постраждалих: військовослужбовцям, внутрішньо переміщеним особам, членам сімей загиблих, зниклих безвісти та тих, хто перебуває у полоні – з акцентом на смислопородженні та комунікативних територіях особистості [16; 17]. Арт-терапевтичний напрям представлений працями О. Л. Вознесенської та колективу авторів збірника «Простір арт-терапії», у яких символізація розглядається як ядро механізму терапевтичного впливу при колективній травмі [18]. У сучасних публікаціях О. В. Радько запропонована чотириетапна модель символізації травматичного досвіду засобами арттерапії [19]. Колектив авторів під керівництвом В. В. Турбан у методичних рекомендаціях обґрунтував залучення емоційних, тілесних і символічних рівнів переживання як необхідну умову посттравматичного зростання [20]. Технологія наративної реконструкції розроблена Г. В. Мироненко на основі мультимодальної моделі SEE FAR CBT М. Лаада та колег [21]. Психодинамічну концептуалізацію травми та підходи до її опрацювання представлено в науково-методичному посібнику Д. Ю. Старкова, В. В. Ярого, О. В. Олішевського [22].

У міжнародному науковому полі значущими є концепції реконструкції сенсів Р. Наймаєра, посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхуна, моделі сенсотворення К. Парк [23; 24; 25]. Феномен моральної травми у військовому контексті концептуалізований у фундаментальних роботах Б. Літца та колег [26], а якісне дослідження Я. Грімела дає свідчення на користь її диференційованого статусу відносно ПТСР [27]. Ефективність наративних втручань, що працюють через автобіографічну пам'ять, підтверджена у мета-аналізі Р. Редера та співавторів [28]. Юнгіанська традиція, представлена роботою У. Вірц, обґрунтовує роль символічних форм у відновленні порушеної здатності до символізації [29]. Антропологічна концепція К. Гірца, що розглядає культуру як систему символів та значень, які організовують людський досвід, є теоретичною основою для розуміння колективних і культурно-меморіальних форм символізації травми [30]. Архетипний підхід Дж. Кемпбелла у праці «Герой з тисячею облич» концептуалізує універсальну структуру наративу про подолання труднощів, що має значний терапевтичний потенціал [31].

Попри значний обсяг розробок, спостерігається нестача цілісного теоретичного узагальнення, яке б враховувало різні форми символізації та специфіку різних категорій постраждалих від війни в Україні, поєднуючи індивідуальний, груповий і культурно-колективний рівні роботи.

Постановка завдання. Систематизувати теоретичні уявлення про символізацію як механізм опрацювання травматичного досвіду та узагальнити наявні підходи у вигляді багаторівневої моделі, що поєднує тілесний, образний, наративний і смисловий рівні символічного опрацювання, а також окреслити її методологічний потенціал для диференційованої роботи з різними категоріями постраждалих від війни в Україні: цивільним населенням, внутрішньо переміщеними особами, дітьми, родинами військових і загиблих, ветеранами та суспільством як носієм колективної травми.

Виклад основного матеріалу. Теоретико-методологічні засади символізації. У сучасному міждисциплінарному дискурсі символізація визначається як процес перетворення безпосереднього афективно-сенсорного досвіду на знаково-символічні форми, придатні до усвідомлення, інтерпретації та комунікації. Символ при цьому виступає не як відтворення реальності, а як її структуруючий елемент, що задає форму, в якій пережите стає мислимим і поділюваним. Епістемологічно символізація є різновидом репрезентації, але на відміну від іконічних та індексальних знаків (за класифікацією Ч. Пірса), символ передбачає семантичну надлишковість і багатозначність, що відкриває можливість інтерпретації та переінтерпретації [9]. Саме ця відкритість робить символ придатним для роботи з досвідом, який не має прямої вербалізації, зокрема, з травматичним.

У психоаналітичній парадигмі символізація розглядається як базовий механізм формування психічної реальності. Концепція α-функції В. Біона дозволяє конкретизувати цю тезу: α-функція трансформує невідрефлексовані β-елементи (сенсорні, афективні, недиференційовані враження) у символічно опрацьовані α-елементи, які можуть стати матеріалом сновидіння, мислення, мовлення [3]. Дефіцит α-функції призводить до десимволізації: досвід не «представляється», а «діє» через відігравання (acting out), соматизацію, фрагментовані

флешбеки. К. Г. Юнг, виходячи з власної концепції колективного несвідомого, додає до цього розуміння принципово важливий вимір: символи виражають архетипи, які є універсальними структурами людського досвіду, що проявляються у міфах, казках, релігійних образах усіх культур, і саме тому здатні забезпечувати символічну переробку індивідуальної травми через інтеграцію з колективними змістами [2]. Ж. Лакан, інтегруючи психоаналіз із структурною лінгвістикою, описує символічний порядок як реєстр психіки, який структурує досвід суб'єкта через мову; травма постає тут як прорив реального (того, що неможливо символізувати) крізь символічну тканину [6]. Таким чином, символізація постає не як один із психічних механізмів, а як умова мислення як такого.

Концептуально близькою є позиція низки сучасних психоаналітичних авторів, які описують травматичний досвід як такий, що принципово не піддається символізації. У дослідженні Д. Ю. Старкова, В. В. Ярого, О. В. Олішевського зазначається, що до цієї лінії можна віднести напрацювання М. Балінта, який «розглядав галузь травми такою, яку неможливо символізувати, тобто травматичний досвід представлений у конкретному образному вигляді, а не у символічно-знаковому, тому його принципово неможливо вербалізувати, і про нього з клієнтом неможливо говорити» [22, с. 47]. Така характеристика травми як «несимволізованого ядра» (unrepresented experience) є фундаментом для розуміння терапевтичної роботи як ресимволізації, а саме поступового відновлення зруйнованої здатності перетворювати афект на образ, образ на мову, мову на наратив, а наратив на сенс.

Травматична десимволізація як ядро посттравматичного синдрому. Травма характеризується розривом у процесах символізації на кількох рівнях. По-перше, на нейробіологічному рівні травматичний досвід кодується в системах імпліцитної пам'яті – переважно у правій півкулі, через мигдалину та інтероцептивні мережі – без адекватної інтеграції у вербально-декларативну пам'ять, опосередковану гіпокампом та лівою півкулею [11]. По-друге, на психічному рівні афект, образ і слово десинхронізуються: афект може проявлятися як соматичний симптом без образної або вербальної форми, образ – як інтрузивний флешбек без часової локалізації, а слово – як інтелектуальна реконструкція без емоційного контакту.

Змістовним є визначення наслідків травматичної дезінтеграції у працях С. Леві та А. Лемми, на які посилаються Д. Ю. Старков і колеги. Автори виокремлюють чотири взаємопов'язані аспекти впливу травми на психічну організацію: атаку на прив'язаність, порушення здатності горювати, природу травматичних ідентифікацій та порушення символічного функціонування. На переконання дослідників, «важка травма підриває здатність мислити символічно, розмірковувати над пережитим досвідом. Здатність символізувати дозволяє індивідууму уявляти досвід подумки, а не конкретно. Після травми болючі та тривожні образи, думки та почуття часто не вдається утримати у свідомості так, щоб відрізнити їх від об'єктивної реальності події» [22, с. 49].

Значущим клінічним наслідком десимволізації є феномен операціонального мислення (pensée opératoire), описаний П. Марті та паризькою психосоматичною школою. Цей феномен характеризується підвищеною прив'язаністю до конкретної реальності, збідненістю фантазійної діяльності, ослабленням асоціативних зв'язків і, як прямий наслідок, – соматизацією психічного конфлікту, який не знаходить символічного виходу [5]. У контексті війни такий механізм є поширеною клінічною картиною у цивільних, які пережили тривалий стрес під обстрілами, окупацію або в процесі вимушеного переміщення: соматичні симптоми (хронічні болі, дисфункції травлення, серцево-судинні порушення та ін.) виявляються «мовою тіла» там, де психіка не має ресурсу для символічного опрацювання. Алекситимія, що часто супроводжує цей феномен, є не особистісною рисою, а маркером порушення символічної функції.

Звідси випливає принципово важливе теоретичне положення: травматичний синдром є, у своїй основі, синдромом порушеної символізації. Симптоми ПТСР: інтрузії, уникнення, негативні когніції, гіперактивація – є наслідками неможливості перетворити сирий травматичний досвід на символічно опрацьовану структуру. Г. В. Мироненко наголошує: «Травматичні події викликають порушення автобіографічної пам'яті, а потім – ослаблення контекстуалізації подій і посилення асоціативних зв'язків, що призводить до розвитку симптомів повторного переживання» [21, с. 72]. Це формулювання точно фіксує ядро травматичного синдрому: декомпозицію цілісного досвіду на афективно-сенсорні фрагменти, що повторюються у психіці без можливості бути інтегрованими. Слід зазначити, що цей механізм є інваріантним стосовно джерела травматизації: він діє однаково при безпосередньому бойовому досвіді, досвіді перебування під обстрілами, при втраті близьких, вимушеному переміщенні та перебуванні в окупації.

Форми символізації травматичного досвіду. Зведення символізації виключно до арт-терапевтичних практик є, на нашу думку, методологічно редукціоністським. Сучасне розуміння символізації передбачає її поліформну природу. Доцільно виокремити щонайменше п'ять основних форм символізації, кожна з яких має власну теоретичну традицію та терапевтичний потенціал і може бути адаптована для різних категорій постраждалих. Підставою для їх розрізнення слугує провідний ресурс, у якому досвід набуває форми: тілесний, образний, мовний, дієвий та соціокультурний. Ці форми не є взаємовиключними: у практичній роботі вони поєднуються, а перехід між ними становить внутрішню динаміку символічного процесу.

Тілесно-сенсомоторна символізація (пози сили, дихальні практики, заземлення, рухова експресія) спирається на нейробіологічну модель травми, згідно з якою «тіло веде лік» (Б. ван дер Колк): травматичний досвід первинно зберігається в автономній нервовій системі, м'язових патернах та інтероцептивних мережах [11]. Тілесна символізація надає сенсорному досвіду форму через дію без необхідності відразу переходити до вербалізації. Це робить її незамінною на початковому етапі роботи з травмою, особливо для дітей, які ще не мають достатнього вербального ресурсу; для людей з обмеженою рефлексивністю; для тих, хто перебуває у стані хронічної гіперактивації внаслідок тривалого перебування у небезпеці; а також для осіб із вираженою соматизацією як проявом операціонального мислення.

Образно-метафорична символізація (внутрішні образи, метафоричні асоціативні карти, малюнок, колаж, скульптура з пластичних матеріалів) дозволяє надати афекту візуальну або просторову форму, не вдаючись до вербалізації. У юнгіанській традиції підкреслюється, що травматичні спогади характеризуються відсутністю вербального наративу та контексту, натомість кодуються в потоці відчуттів та образів, отже робота з символікою та використання метафори як матриці й мосту посилюють переробку афектів та дозволяють відновити порушену здатність до символізації [29]. Концептуальною основою цієї форми символізації є положення Г. Сігал про здатність символу виступати «третім об'єктом», що дистанціює суб'єкта від нестерпного переживання і робить його доступним для рефлексії [10]. Образна символізація є особливо ефективною у роботі з дітьми та підлітками, а також з дорослими, які пережили досвід, що не піддається прямій вербалізації: насильство, втрату близьких, перебування у полоні.

Наративно-вербальна символізація (розповідь, метафорична оповідь, лист, наративна реконструкція, свідчення) інтегрує фрагментовані спогади у часово-причинну структуру життєвої історії. Технологія наративної реконструкції, розроблена Г. В. Мироненко на основі моделі SEE FAR CBT М. Лаада та колег, передбачає чотири послідовні етапи: пригадування деталей події з метапозиції стороннього спостерігача; пошук нового сенсу травмівного досвіду; прийняття того, що травма дійсно сталася; інтегрування досвіду з визнанням того, що суб'єкт «попри цей досвід зараз почувається добре» [21, с. 74]. Результатом є відновлення «лінії часу» та формування нового, альтернативного наративу травматичної події. Цей підхід концептуально близький до наративної експозиційної терапії (Narrative Exposure Therapy) М. Шауер, Ф. Нойнера і Т. Ельберта, де використання символічних об'єктів: квітів для позитивних подій, каменів для травматичних – забезпечує опосередкування між тілесним переживанням і його мовним вираженням; ефективність наративних втручань підтверджено мета-аналізом [28]. Особливим різновидом наративної символізації є архетипний наратив у моделі «Подорож Героя» Дж. Кемпбелла, який, рухаючись від «зову до пригоди» через «випробування» до «повернення з даром», створює універсальну символічну структуру для здобуття досвіду подолання [31].

Діяльнісно-енактивна символізація (ритуали, рольова дія, структуровані практики, участь у спільнотних ініціативах, служіння іншим) реалізує принцип «проживання через вчинок». В енактивній когнітивній парадигмі (Ф. Варела, Е. Томпсон, Е. Рош) символічне значення створюється і відтворюється у дії, а не лише у внутрішній репрезентації. Ця форма символізації є особливо значущою у контексті війни в Україні: волонтерство, участь у відбудові, документування злочинів та ін. – стають для багатьох постраждалих формами діяльнісної символізації, які повертають відчуття контролю та сенсу. Для ветеранів цей рівень реалізується через трансформацію агресивної енергії в осмислену соціальну активність: допомогу побратимам та їх родинам, виховання молоді, наставництво, передачу досвіду.

Соціально-ритуальна та культурно-меморіальна символізація (колективні ритуали, комеморативні практики, мистецькі проєкти, місця пам'яті) переводить індивідуальну травму у вимір колективного сенсу. Антропологічна перспектива К. Гірца, яка розглядає культуру як систему

символів і значень, що організовують людський досвід, відкриває розуміння того, що ритуальне опрацювання спільного болю є антропологічно фундаментальним механізмом відновлення спільноти після катастрофи [30]. У сучасному українському контексті ця форма роботи набуває особливої значущості: меморіальні практики вшанування полеглих, документальні мистецькі проєкти, плейбек-театр для ветеранів та учасників бойових дій, групові арт-терапевтичні формати – виконують функцію соціального контейнера для індивідуального болю та сприяють формуванню колективного наративу травми війни.

Цифрове опосередкування символізації (сторітелінг, цифрові наративи, онлайн-спільноти підтримки, документальні проєкти) не утворює окремої форми символізації, оскільки не додає нового ресурсу символічного вираження, а надає наративній, образній та соціально-меморіальній роботі новий медіум і нову аудиторію. Цифрове середовище дозволяє швидко формувати колективні символічні структури та забезпечує публічну репрезентацію травматичного досвіду без необхідності фізичної присутності. Для постраждалих, які мешкають у віддалених регіонах, перебувають за кордоном або уникають очних форматів психологічної допомоги, цифрові формати можуть стати першим кроком символічного опрацювання. Зазначені формати створюють простір символічної взаємодії, де індивідуальний досвід знаходить визнання та релевантний контекст.

Рівнева організація символізації: «тіло – образ – наратив – сенс». Спираючись на огляд форм символізації, доцільно розглядати їх не як альтернативні методи, а як складові єдиного процесу, що має вертикальну архітектуру. Тілесна, образна та наративна форми відповідають послідовним рівням символічного опрацювання, тоді як дієва і соціокультурна форми належать до смислового рівня, на якому опрацьований досвід реалізується у вчинку та в поділюваному контексті спільноти. Така поетапна логіка не є новою: близьку чотириетапну послідовність описано, зокрема, у працях О. В. Радько в межах арттерапії [19]. Рівнева модель ґрунтується на принципі послідовної інтеграції: від найбільш базового тілесного рівня – через образний – до наративного – і далі до смислового. Цей принцип має нейробіологічне підґрунтя: спроба передчасної вербалізації травматичного матеріалу без попередньої тілесної стабілізації провокує гіперактивацію стрес-системи, блокує процеси реконсолідації пам'яті та може призводити до ретравматизації [12; 3].

Концептуальна логіка цієї послідовності може бути представлена як рух: «біль → форма → розуміння → вплив». На першому етапі сирий афективний досвід отримує тілесну форму вираження (напруження-розслаблення, заземлення, дихання як сигнал безпеки); на другому він переходить у візуально-метафоричну форму (образ, символ, метафора); на третьому – інтегрується у вербальний наратив із встановленням часово-причинних зв'язків; на четвертому – набуває особистісного сенсу, який повертає суб'єктність, гідність і вектор дії.

Принципово важливо, що ця послідовність не є жорстко лінійною. У реальній терапевтичній практиці процес символізації має спіралеподібний характер: робота на наративному рівні може потребувати повернення до тілесної регуляції, образна робота може вимагати наративного завершення, а смислотворення спиратися на повторне тілесне «закріплення». Однак саме принцип «знизу-вгору» (bottom-up), а не «зверху-вниз» (top-down), є визначальним для роботи з травматичним матеріалом. У збірнику «Простір арт-терапії» цей принцип сформульовано так: «Саме в символічних сферах відбувається символізація, і вони створюють символьні „опори" душі. Терапевтична практика має бути спрямована на перебудову травмівного досвіду, а саме, переписування (рескриптування) з опорою на символічні структури та добудовування (ресеміотизацію) зруйнованих або патологічно трансформованих символьних елементів душі» [18, с. 18].

Рівнева модель є інваріантною щодо категорії постраждалих та адаптується до її специфіки. Для дітей акцент зміщується на тілесно-образні форми символізації з мінімізацією абстрактної вербалізації; для ВПО ключовою стає робота з втратою дому і територіальною ідентичністю через наративні та просторово-меморіальні символи; для родин загиблих ключовою стає символічна робота з горем і пам'яттю; для свідків окупації це може бути поетапне опрацювання дисоційованих фрагментів досвіду; для ветеранів необхідна інтеграція бойового досвіду та опрацювання моральної травми.

Адаптація моделі до різних категорій постраждалих. Цивільне населення, що зазнало обстрілів, втрати житла, перебування під окупацією, потребує насамперед стабілізаційної роботи на тілесному рівні та поступового відновлення відчуття безпеки. Образна символізація особливо ефективна у роботі з втратою дому як символічної структури ідентичності через створення «карти

втраченого» і «карти можливого». Наративний рівень дозволяє відновити часову структуру: «до – під час – після», що часто може бути зруйнованою у людей, які пережили довготривалий стрес. Особливу увагу слід приділити роботі з соматизаційними проявами як проявами операціонального мислення: тілесна та образна символізація стає тут не лише терапевтичним інструментом, а й передумовою для подальшої вербалізації досвіду.

Внутрішньо переміщені особи стикаються з особливим типом травми, а саме, травмою втрати територіальної та культурної ідентичності, що накладається на інші травми війни. Символічна робота потребує не лише опрацювання конкретних травматичних епізодів, а й створення «перехідних об'єктів» (за Д. Віннікотом), символічних носіїв континуальності між минулим і теперішнім: фотографій, особистих речей, спільнотних практик. Колективні символічні практики (групові ритуали, культурні заходи, мистецькі проєкти) виконують функцію реконструкції зруйнованих соціальних мереж і відновлення відчуття приналежності.

Діти та підлітки в контексті війни потребують специфічних форм символізації, адаптованих до вікового етапу їхнього психічного розвитку. Образна, ігрова, рухова та казкова символізація є для цієї категорії природними мовами психічного опрацювання.

Родини військовослужбовців та родини загиблих представляють окрему групу з власною травматичною динамікою: хронічним очікуванням, страхом втрати, невизначеною втратою (ambiguous loss) за П. Босс. Особливого значення набуває символічна робота з невизначеністю, з невизначеною втратою, з пам'яттю про живого та про загиблого. Меморіальні практики, такі як створення альбомів пам'яті, щоденників, ритуалів вшанування, є важливою формою колективного контейнерування горя.

Специфіка моральної травми як приклад диференційованої роботи. Серед різноманітних проявів травми в контексті війни особливе місце посідає моральна травма (moral injury) – феномен, який є концептуально відмінним від класичного ПТСР. Якщо ПТСР переважно зосереджений на дисфункції страху та гіперактивації, то моральна травма передбачає руйнування ціннісної структури особистості, відчуття зрадженості, втрату довіри до світу, дисфункціональні емоції провини, сорому, гніву. У роботі Б. Літца та співавторів моральна травма визначається як стан, що виникає внаслідок участі, спостереження або зазнання дій, які суперечать глибинним моральним переконанням особистості, та містить тривалі прояви провини, сорому, гніву та екзистенційного відчуження [26]. Якісне дослідження Я. Грімела на шведській вибірці ветеранів дає свідчення на користь того, що моральна травма може існувати як окремий конструкт навіть за відсутності повного діагностичного профілю ПТСР, проявляючись через стійкий моральний конфлікт, що формується навколо «правильного» і «неправильного» [27].

Важливо зазначити, що моральна травма не є виключно феноменом військового досвіду. Вона характерна також для цивільних, які стали свідками злочинів, не могли захистити близьких, мусили приймати моральні рішення в умовах окупації; для медичних працівників, змушених приймати рішення про пріоритетність допомоги в умовах військових дій; для волонтерів, які стикалися з масштабом страждань, що перевищує їхні ресурси допомоги. Однак найбільш виразним і клінічно значущим моральна травма є саме у ветеранів, де вона часто проявляється у феномені агресії, адресованої «суспільству», «державі», «людям», тобто неперсоніфікованому, абстрактному адресату.

Психологічно цей феномен слід тлумачити не як деструктивний симптом, а як форму несимволізованого болю: спробу психіки відновити порушений моральний порядок, повернути відчуття контролю, надати втратам сенсу. Однак коли адресат відсутній, виникає характерний травматичний цикл: емоція – повторення – безсилля – нова емоція. Терапевтичне завдання полягає не у «заспокоєнні» агресії, а в наданні їй форми, символічного адресата та шляху трансформації у конструктивну дію.

Колективний вимір символізації, культурно-меморіальні практики та трансгенераційний контекст. Українська воєнна травма має одночасно індивідуальний і колективний характер. Як зазначає Т. М. Титаренко, посттравматичне життєтворення – це процес побудови власного життя після пережитої травми, що передбачає активізацію персонального капіталу особистості та конструювання нових сенсів [15]. Цей процес неможливий поза соціальним контекстом: він потребує спільноти, що готова бути свідком, групи, що приймає, культурних форм, що дозволяють надати індивідуальному болю колективного звучання. Антропологічна перспектива К. Гірца, що розглядає культуру як систему символів і значень, які організовують людський досвід, дозволяє побачити, що колективні символічні практики є не доповненням до індивідуальної терапії, а є самостійним рівнем психічної регуляції на рівні спільноти [30].

Значущим є трансгенераційний вимір травми війни в Україні. У роботі з постраждалими, як з ветеранами, так і з цивільними, активуються несимволізовані наслідки історичних травм: Голодомору, репресій, депортацій, культурного приниження, – які десятиліттями зберігалися у формі сімейних табу, мовчання, прихованого сорому. Сучасна воєнна травма не лише накладається на цей шар, а й активує його, створюючи стратифіковану символічну структуру, що вимагає одночасної роботи на кількох рівнях: індивідуальному, родовому, національному. Моральна історична травма проявляється у формі самоосуду, надмірних вимог до себе, ірраціональної провини, відчуття зобов'язання «бути правильним», що десятиліттями передавалося через сімейну атмосферу, а не через прямі розповіді.

На рівні національної ідентичності значущою є концепція «модуляції пам'яті», обґрунтована О. Алфьоровим, що описує цілеспрямовану роботу спільноти з її колективною пам'яттю через нагадування, освіту та культурні практики як умову формування суб'єктного історичного наративу [32]. Дослідник підкреслює, що національна пам'ять, як і пам'ять дитяча, схильна фіксувати фрагменти болю та витісняти контексти, тому без свідомої модуляції залишається «травматизованою» і це безпосередньо корелює з механізмами індивідуальної травматичної пам'яті, що були описані вище.

Окремий пласт колективної символізації становлять сучасні практики воєнно-меморіальної культури в Україні. Робота Т. Іщика та інших дизайнерів-військовослужбовців над графічним стилем Збройних сил України, шрифтами «Воля» та UAF Memory, концепцією військових кладовищ та надгробних знаків, символічним відсиланням до князівської доби та армії УНР є прикладом цілеспрямованого формування колективного символічного простору, у якому травма війни знаходить гідну культурну форму [33]. Ці практики виконують щонайменше дві функції: формують позитивний образ військовослужбовця та армії як ціннісної спільноти, до якої «хочеться долучитися»; одночасно створюють меморіальні структури – простори вшанування полеглих, у яких індивідуальне горе родин знаходить колективне визнання і символічне опрацювання.

Колективні символічні практики: плейбек-театр, групова арт-терапія, ритуали вшанування, документальні мистецькі проєкти, стрит-арт у постраждалих містах виконують функцію соціального контейнера для трансформації індивідуального болю у колективний сенс. Концепція реконструкції смислів Р. Наймаєра, згідно з якою травматична втрата вимагає відновлення зруйнованої системи значень і перебудови життєвої історії, є теоретично релевантним обґрунтуванням такої роботи [23]. На колективному рівні така реконструкція стосується перебудови національного наративу про себе: від позиції жертви історії до позиції активного суб'єкта, що витримав і змінився.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Здійснений теоретико-методологічний аналіз дозволяє сформулювати наступні висновки. По-перше, символізація є фундаментальним психічним механізмом, що забезпечує перехід від неструктурованого афективно-сенсорного досвіду до смислово організованої реальності. У контексті травми війни символізація постає як ключова умова інтеграції травматичного досвіду у структуру особистості, а її дефіцит (десимволізація) як ядро посттравматичного синдрому, що може проявлятися як у формі класичних симптомів ПТСР, так і у формі операціонального мислення з вираженою соматизацією. Цей механізм є інваріантним щодо джерела травматизації та діє однаково в усіх категорій постраждалих.

По-друге, в роботі з травматичним досвідом у контексті війни неприпустимо зводити символізацію до окремої техніки чи методу; адекватним методологічним рішенням є інтегративна багаторівнева модель, що поєднує тілесний, образний, наративний та смисловий рівні символічного опрацювання. П'ять основних форм символізації: тілесно-сенсомоторна, образно-метафорична, наративно-вербальна, діяльнісно-енактивна, соціально-ритуальна та культурно-меморіальна – взаємодоповнюють одна одну і можуть бути адаптовані до специфіки різних категорій постраждалих, тоді як цифрове середовище виступає медіумом їх реалізації.

По-третє, специфіка військового контексту в Україні, а саме, триваюча воєнна агресія, мультикатегоріальна травматизація, феномен моральної травми, агресія, адресована неперсоніфікованому об'єкту, – вимагає особливої уваги до екзистенційно-смислового виміру символізації та інтеграції із логотерапевтичним підходом.

По-четверте, колективний характер воєнної травми та її трансгенераційний вимір актуалізують значущість групових і культурно-меморіальних форм символізації, що доповнюють індивідуальну психотерапевтичну роботу. Сучасні практики української воєнно-меморіальної культури: від графічного стилю Збройних сил

до концепцій військових кладовищ та «модуляції» національної пам'яті – є інституційно значущими формами колективної символізації, що створюють безпосередній психологічний ефект на спільноту.

По-п'яте, моральна травма ветеранів є прикладом диференційованої роботи з конкретною групою, що може бути ефективним застосуванням загальної моделі при її конкретизації.

Перспективи подальших досліджень полягають у: проведенні порівняльних досліджень диференційованої ефективності різних форм символізації при різних профілях травматизації; розробці спеціалізованих модифікацій програми реабілітації для різних категорій постраждалих; апробації лонгітюдного дизайну розробленої програми для оцінки її ефективності; вивченні специфіки символічної роботи в умовах триваючої, а не завершеної травматизації; дослідженні взаємодії між індивідуальними та колективними формами символізації (зокрема впливу культурно-меморіальних практик на індивідуальне посттравматичне відновлення); виявленні культурно-специфічних символічних ресурсів української традиції в контексті відновлення на індивідуальному та колективному рівнях.

Список літератури:

1. Фройд З. Тлумачення сновидінь : переклад з німецької. Харків, 2018. 654 с.
2. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / переклад з німецької К. Котюк. Львів, 2018. 608 с.
3. Bion W. R. Learning from Experience. London, 1962. 111 p.
4. Krystal H. Integration and Self-Healing: Affect, Trauma, Alexithymia. Hillsdale, NJ, 1988. 416 p.
5. Marty P. La psychosomatique de l'adulte. Paris, 1990. 128 p.
6. Lacan J. The Function and Field of Speech and Language in Psychoanalysis. *Écrits: The First Complete Edition in English* / translate by B. Fink. New York, 2006. P. 197–268.
7. Ricoeur P. The Symbolism of Evil / translate by E. Buchanan. Boston, 1970. 357 p.
8. Vygotsky L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes / editors: M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner et al. Cambridge, 1978. 159 p.
9. Peirce C. S. The Essential Peirce: Selected Philosophical Writings. Vol. 2 (1893–1913) / editor by Peirce Edition Project. Bloomington, 1998. 624 p.
10. Segal H. Notes on Symbol Formation. *The International Journal of Psychoanalysis*. 1957. Vol. 38. P. 391–397.
11. Van der Kolk B. A. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York, 2014. 464 p.
12. Brewin C. R., Dalgleish T., Joseph S. A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*. 1996. Vol. 103, No. 4. P. 670–686. DOI: 10.1037/0033-295x.103.4.670.
13. Hass-Cohen N., Clay J. C. Memory reconsolidation: a proposed change mechanism for the arts therapies. *Frontiers in Cognition*. 2025. Vol. 4. Article 1518743. DOI: https://doi.org/10.3389/fcogn.2025.1518743.
14. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький, 2018. 160 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/711214/ (дата звернення: 12.05.2026).
15. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя : монографія. Кропивницький, 2020. 160 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/724758/ (дата звернення: 15.05.2026).
16. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : науково-методичний посібник / за редакцією З. Г. Кісарчук ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2015. 207 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/ (дата звернення: 15.05.2026).
17. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / за редакцією З. Г. Кісарчук ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 232 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/722181/ (дата звернення: 21.05.2026).
18. Простір арт-терапії : збірник наукових праць. Вип. 1 / за редакцією Л. А. Найдьонової, О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар. Київ, 2023.. 168 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737692/ (дата звернення: 23.05.2026).
19. Радько О. В. Арттерапія в контексті сучасних концепцій травми. *Габітус*. 2026. Вип. 81, т. 2. С. 181–185. DOI https://doi.org/10.32782/hbts.81.2.31
20. Сприяння подоланню травматичного досвіду військовослужбовців : методичні рекомендації / В. В. Турбан та ін. ; за науковою редакцією В. В. Турбан ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2025. 163 с.
21. Мироненко Г. В. Проживання нового наративу як спосіб психологічної реабілітації у посттравматичній ситуації. *Київський науково-педагогічний вісник*. 2015. № 6. С. 71–76.

22. Старков Д. Ю., Ярий В. В., Олішевський О. В. Організація стаціонарної медико-психологічної реабілітації розладів, пов'язаних з психічною травмою та стресом : науково-методичний посібник. Київ, 2023. 136 с.

23. Meaning Reconstruction and the Experience of Loss / editor by R. A. Neimeyer. Washington, DC, 2001. 376 p.

24. Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications / Tedeschi R. G. et al. London, 2018. 240 p.

25. Park C. L. Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article 844891. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891.

26. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy / Litz B. T. et al. *Clinical Psychology Review*. 2009.

27. Grimell J. Moral injury: understanding Swedish veterans who are assessed but not diagnosed with PTSD. *Frontiers in Psychiatry*. 2023. Vol. 14. Article 1200869. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1200869.

28. Raeder R., Clayton N. S., Boeckle M. Narrative-based autobiographical memory interventions for PTSD: a meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. Article 1215225. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1215225.

29. Вірц У. Символічний вимір терапії травми : переклад з англійської / Українська юнгіанська асоціація. URL: https://uja.com.ua/en/the-symbolic-dimension-of-trauma-therapy/ (дата звернення: 12.05.2026).

30. Geertz C. The Interpretation of Cultures: Selected Essays. New York, 1973. 470 p.

31. Campbell J. The Hero with a Thousand Faces. 3rd ed. Novato, CA : New World Library, 2008. 432 p.

32. Іщик Тарас: «Пам'ять про загиблих має стати частиною нашої ідентичності» : військовослужбовець і графічний дизайнер – про візуальну мову Сил оборони та військово-меморіальну культуру : інтерв'ю / записали: Н. Колегіна, Г. Зварич. The Ukrainians. 2025. 17 жовтня. URL: https://theukrainians.org/taras-ishchyk/ (дата звернення: 12.05.2026).

33. Алфьоров Олександр: «Ми не можемо собі дозволити травмоване майбутнє» : голова Українського інституту національної пам'яті – про плани на каденцію, розуміння українцями власної історії й стосунки з сусідами : інтерв'ю / записали: А. Олійник, В. Поліщук. The Ukrainians. 2025. 5 серпня. URL: https://theukrainians.org/oleksandr-alforov/ (дата звернення: 14.05.2026).

Bashlakova Yu.V. PROCESSING TRAUMATIC EXPERIENCE IN THE CONTEXT OF THE WAR IN UKRAINE THROUGH SYMBOLIZATION

The article presents a theoretical analysis of symbolization as a fundamental psychological mechanism for processing traumatic experience under wartime conditions in Ukraine. War-related trauma is examined as a multilevel phenomenon affecting various categories of those affected: civilian population, internally displaced persons, children, families of military personnel, witnesses of occupation and combat, veterans, as well as society as a whole as a carrier of collective trauma. The author substantiates the relevance of considering symbolization not as a separate technique or method, but as a multilevel process that combines bodily, imaginal, narrative, and meaning-related levels of experience integration. The theoretical foundations of symbolization are analyzed within psychoanalytic (S. Freud, C. G. Jung, W. Bion, H. Krystal, J. Lacan, P. Marty), hermeneutic (P. Ricoeur), cultural-historical (L. Vygotsky, C. Geertz), semiotic (C. Peirce), and neuropsychological (B. van der Kolk, C. Brewin) traditions. The concept of desymbolization as the core of traumatic syndrome, operational thinking as a somatization consequence of symbolization deficit, and resymbolization as a key recovery mechanism are examined. Existing accounts of the level organisation of symbolic processing are systematised; the vertical sequence «body – image – narrative – meaning», known from staged models of art-therapeutic work, is summarised, and the possibilities of its adaptation to the specifics of different groups of affected individuals are shown. The main forms of symbolization are highlighted: bodily-sensorimotor, imaginal-metaphorical, narrative-verbal, enactive-procedural, and socio-ritual and cultural-memorial; digital formats are considered as a medium for their realisation. The dimensions of collective trauma, transgenerational transmission of unsymbolized consequences of historical traumas, and cultural-memorial practices in contemporary Ukraine are outlined. As an example of differentiated work with a specific group, the specificity of moral injury in veterans is examined.

Keywords: *symbolization, traumatic experience, war, moral injury, civilian population, veterans, collective trauma, narrative reconstruction, resymbolization, cultural-memorial practices, posttraumatic growth.*

Дата першого надходження статті до видання: 10.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 19.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026