

**Широкова А. В.**

<https://orcid.org/0009-0005-9774-2119>

Приватний вищий навчальний заклад «Київський медичний університет»

**Кураєва А. А.**

<https://orcid.org/0009-0004-7956-5107>

Приватний вищий навчальний заклад «Київський медичний університет»

**Гущина Т. Ю.**

<https://orcid.org/0009-0006-3456-2353>

Приватний вищий навчальний заклад «Київський медичний університет»

## ІДЕНТИФІКАЦІЯ ВОЇНА В ПРАКТИЦІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ НА БАЗІ ПСИХОСИНТЕЗУ АБО ЧОМУ ТАК ВАЖКО ЗНЯТИ ФОРМУ

У статті здійснено аналіз пануючої ідентифікації військового як адаптивної субособистості у бойових умовах, яка після демобілізації домінує в структурі особистості, ускладнюючи адаптацію до мирного життя. Автори визначають психологічні механізми «нездатності зняти форму», тобто злиття, ототожнення свідомого Я з субособистістю Воїна, а також обґрунтовують функційну цінність цієї ролі для виживання і страх втратити Я за умови її деактуалізації. Проблема реінтеграції ветеранів війни розв'язується в процесі психологічного консультування в методі психосинтезу. Встановлено, що феномен несвідомого збереження субособистості Воїна нерідко стає єдиною формою самоідентифікації особистості внаслідок досвіду психотравматизації і тому психосинтез пропонується саме для ветеранів у процесі повернення в цивільне життя. Зазначається, що труднощі «зняття військової форми» мають не лише символічну, а й захисну функцію: роль, сформована в умовах постійної загрози, високої відповідальності та згуртованості бойового братерства, забезпечує відчуття безпеки, сенсу й цілості особистості. Після демобілізації взаємодія зі світом часто супроводжується кризою ідентичності, внутрішнім конфліктом, емоційною відчуженістю та труднощами у соціальній адаптації. Завдання психологічного консультування в таких запитах збігаються з методологією психосинтезу на основі розвитку таких механізмів синтезу: розототожнення, посилення внутрішнього спостерігача (свідомого Я), інтеграція субособистостей і формування цілісного самоототожнення. Наголошується, що завдання психолога полягають в інтеграції субособистості Воїна в повну структуру особистості, де ця роль стає важливою, але не панівною в процесі самовизначення серед інших. Такий підхід сприяє відновленню психологічної гнучкості, розширенню життєвих ролей, переосмисленню бойового досвіду та формуванню нових життєвих смислів.

**Ключові слова:** ветерани війни, ідентифікація, психологічне консультування, психосинтез, реінтеграція ідентичності, розототожнення, субособистість.

**Постановка проблеми.** Перехід від бойового досвіду до мирного життя є одним із найскладніших психологічних викликів, з якими стикається ветеран війни і має ознаки лімінальності, явище якої вивчається в українському психосинтезі [18]. У фаховій літературі та в консультативній практиці цей перехід нерідко описують метафорою «зняття форми» і саме ця метафора є майже

точною аналогією психологічної проблеми ідентифікації ветерана війни [6]. Форма військового – це не лише елемент одягу чи символ належності до підрозділу, а й зовнішній маркер внутрішньої структури особистості, яка сформувалася, зміцніла та довела свою функційність в умовах бойових дій. Зняти форму фізично можна за кілька хвилин, але зняти ту психологічну структуру

(ідентифікацію), яку ця форма уособлює, – це процес, що може тривати роки і часом потребує психологічної допомоги, зокрема консультативного супроводу [5].

Метою статті є розкриття психологічних механізмів формування та фіксації субособистості Воїна у структурі особистості ветерана, аналіз чинників, які ускладнюють вихід із цієї ідентифікації після завершення служби, а також опис консультативних стратегій психосинтезу, що дають змогу здійснити гармонійну реінтеграцію ідентичності (самоототожнення) без втрати цінності бойового досвіду. Актуальність теми обумовлена зростанням запиту на психологічну допомогу ветеранам в Україні та потребою в теоретично обґрунтованому й практично застосовному інструментарії, який виходить за межі суто симптоматичної роботи з бойовою травмою і передбачає психодинамічні та екзистенційні виміри людини.

Теоретичною основою дослідження є психосинтез – метод відновлення і збереження психічного здоров'я, розвитку особистості та самореалізації людини, який заснував італійський психіатр, психолог і філософ Роберто Ассаджолі на початку двадцятого століття [12]. Поняття субособистостей, свідомого Я та процес розототожнення складають методологічне ядро запропонованого аналізу проблеми [11].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблематика психологічної реінтеграції ветеранів війни в сучасній науковій літературі розглядається як міждисциплінарне поле, що інтегрує підходи клінічної психології, соціальної психології, психотравматології та психотерапії. У центрі уваги дослідників перебувають процеси адаптації до мирного життя, трансформація посттравматичного досвіду та перебудова особистісної ідентичності після участі у бойових діях. Низка авторів [4; 1; 9] підкреслюють, що бойовий досвід формує специфічні когнітивно-емоційні структури, які мають високий рівень адаптивності в умовах загрози, однак можуть втрачати функційність у цивільному середовищі, що створює феномен «дезадаптивної інерції військової ролі».

У контексті посттравматичного стресового розладу (ПТСР) дедалі більшого значення набуває концепція посттравматичного зростання [20], яка розглядає травматичний досвід як потенційний ресурс для особистісної трансформації за умови його інтеграції у цілісну систему смислів [10].

Окремий напрям сучасних досліджень присвячений соціально-психологічній адаптації

ветеранів, де адаптація трактується як процес відновлення функціонування в системах «особистість – сім'я – соціальне середовище – професійна діяльність». Українські дослідники [2;3] підкреслюють, що ключовими труднощами є руйнування або гіпертрофія рольових ідентифікацій, включно з військовою як провідною структурою Я-концепції. Це проявляється у збереженні бойових поведінкових патернів, підвищеній настороженості, труднощах емоційної регуляції та соціальній відчуженості.

У цьому контексті особливого значення набувають гуманістичні та інтегративні психотерапевтичні підходи, орієнтовані на відновлення цілісності особистості. Серед них чільне місце займає психосинтез, запропонований Роберто Ассаджолі, який розглядає особистість як динамічну систему субособистостей, інтегрованих навколо Я як центру особистості (Self). У межах цього підходу ідентичність не є статичною структурою, а постійно організується через взаємодію різних внутрішніх частин (ідентифікацій, субособистостей), кожна з яких виконує адаптивну функцію в певних умовах життєвого досвіду [13].

Деякі психотерапевтичні дослідження інтегративного спрямування [8;21] підтверджують, що ефективна робота з травмою передбачає не «усунення» травматичних частин досвіду (травматичних субособистостей), а їхню інтеграцію у більш широку структуру особистості. Це узгоджується з психосинтетичною моделлю, в якій терапевтична мета полягає у формуванні центру усвідомлення і волі (свідомого Я), здатного до координації та гармонізації субособистостей як частин різного досвіду. У випадку ветеранів це означає не «зняття військової ідентичності» раз і назавжди, а її реорганізацію та включення у нову, більш складну систему життєвих ролей.

У сучасній літературі також підкреслюється значення наративного підходу в роботі з ветеранами [14;23], де переосмислення життєвої історії виступає ключовим механізмом реконструкції ідентичності. Через реконструкцію наративу бойовий досвід може бути інтегрований у загальну життєву біографію не як ізольований травматичний фрагмент, а як етап особистісного становлення. Це дозволяє зменшити внутрішню фрагментацію та сприяє формуванню більш цілісного образу Я.

Проблема ідентифікації Воїна та труднощі «розформування» військової ролі у ветеранів є не лише наслідком психотравматизації, але

й складним феноменом ідентичності організації особистості. Вона включає як нейропсихологічні та емоційні наслідки стресу, так і структурні зміни в системі Я-концепції [5;15].

У цьому контексті психосинтез виступає перспективною теоретико-методологічною основою психологічного консультування, оскільки дає змогу інтегрувати роботу з травмою, ідентичністю та смисловими структурами особистості в єдиний терапевтичний процес, спрямований на відновлення внутрішньої цілості та формування адаптивної багаторольової ідентичності ветерана.

**Постановка завдання.** В українському психологічному дискурсі постає науково-практична проблема: яким чином у процесі психологічного консультування на базі психосинтезу можливо забезпечити трансформацію або інтеграцію військової ідентичності ветерана таким чином, щоб зберегти її ресурсний потенціал і водночас сприяти формуванню адаптивної цивільної ідентичності та цілісної структури особистості.

**Виклад основного матеріалу.** У термінах психосинтезу субособистість – це психологічне утворення, своєрідна «маска» або роль, яка формується навколо певної життєвої функції, потреби чи задачі, має власний і сталий набір емоцій, переконань, тілесних патернів та моделей поведінки. Субособистості виникають не як патологія, а як адаптивний механізм: кожна з них покликана розв'язувати конкретне життєве завдання в конкретному контексті – субособистість «Батько», «Професіонал», «Друг», «Партнер» тощо [14].

Ідентичність «Воїн» формується за тією самою логікою, проте в умовах граничної психічної активності. В умовах військової служби ця роль стає не просто зручною: вона стає життєво необхідною. Слід диференціювати три диференційні характеристики, що посилюють субособистість Воїна як надзвичайно стійку і глибоко закорінену [16].

*Гранична чіткість і ясність.* На відміну від цивільного життя, повного амбівалентності, у бойових умовах існує майже абсолютна визначеність: хто є другом, хто ворогом, у чому полягає місія і яка цінність конкретної людини для підрозділу. Ця ясність знижує когнітивне навантаження і екзистенційну тривогу невизначеності, забезпечуючи психіці своєрідну «опору» в екстремальних умовах.

*Соціальне визнання і зрозумілий статус.* Роль воїна є суспільно легітимізованою, зрозумілою й ціннісно навантаженою – як у межах підрозділу,

так і в ширшому суспільному дискурсі. Людина отримує чіткий статус, підкріплений ієрархією, символікою (форма, звання, нагороди) та груповою приналежністю.

*Функція виживання.* Субособистість Воїна виконує не просто соціальну, а безпосередню життєзабезпечувальну функцію: гіперпильність, швидкість реакції, придушення емпатії, здатність діяти в умовах смертельної небезпеки – це саме ті адаптивні механізми, без яких виживання в бою було б значно менш імовірним.

Саме через ці три чинники – ясність, визнання і вітальну функціональність – ідентифікація (ототожнення) свідомого Я людини з субособистістю воїна відбувається значно глибше й міцніше, ніж ідентифікація з більшістю інших соціальних ролей. У психосинтезі така ідентифікація кваліфікується як ототожненням в структурі самоототожнення: межа між Я і роллю практично зникає і людина починає сприймати себе не як «того, хто виконує роль воїна», а як власне «роль воїна» в сутнісному, екзистенційному сенсі. Саме це злиття і є психологічним підґрунтям метафори «форма, яку неможливо зняти» (форма перестає бути одягом і стає шкірою) [17].

Повернення до цивільного життя часто супроводжується раптовим зникненням тієї структури (субособистості), яка підтримувала ідентичність воїна. Ясність бойового середовища поступається місцем невизначеності мирного життя, де ролі розмиті, критерії успіху неочевидні, а межі «свій – чужий» втрачають сенс. У консультативній практиці це переживається клієнтом як своєрідний ціннісний вакуум і потребує окремої уваги фахівця з кількох причин.

По-перше, колишні військові заслуги й статус не діють автоматично в цивільному середовищі. Навички, які були надзвичайно цінними на фронті (здатність швидко ухвалювати рішення в умовах загрози, витримувати фізичне й психічне навантаження, брати на себе відповідальність за життя інших), не мають еквівалентів в цивільних структурах і часто залишаються непоміченими або навіть знеціненими.

По-друге, зникає підтримувальне середовище – підрозділ, побратимство, чітка ієрархія. Субособистість Воїна значною мірою підтримувалася не лише внутрішньопсихічними, а й зовнішніми, груповими механізмами: вона «жила» не тільки в психіці окремої людини, а й у щоденній взаємодії з побратимами, у спільній мові, ритуалах, спільному досвіді небезпеки (кожна субособистість

формується і розвивається в стосунках з іншими). Втрата цього середовища є втратою зовнішньої опори для внутрішньої структури, і консультативна робота повинна враховувати цей соціальний вимір, а не обмежуватися виключно внутрішньоособистісною роботою.

По-третє, власне швидкість переходу не залишає психіці часу на поступову адаптацію. У консультуванні важливо нормалізувати для клієнта відчуття дезорієнтації, розгубленості, а іноді й гострого відчуття «непотрібності», пояснюючи їх не як ознаку слабкості чи психічного порушення, а як логічний наслідок різкої зміни структури ідентичності та середовища її підтримки [24].

Одним із найпоширеніших дезадаптивних способів реагування на вище описану втрату статусу є те, що можна назвати «пасткою минулої слави» – намагання триматися виключно за субособистість Воїна в умовах мирного життя, коли ця ідентифікація об'єктивно втратила частину свого функційного підґрунтя. Людина продовжує організовувати своє життя, стосунки і самосприйняття навколо бойового досвіду, часто ідеалізуючи його, надмірно фокусуючись на спогадах про службу і знецінюючи цивільні сфери життя як «несправжні» або «незначущі», порівняно з фронтовим досвідом.

З погляду психосинтезу ця стратегія є прямим наслідком нерозв'язаного злиття Я з домінуючою субособистістю: якщо людина ототожнює себе з роллю Воїна цілковито, то будь-яка деактуалізація цієї ролі переживається не як зміна одного з аспектів життя, а як загроза існуванню самого Я. Звідси виникає характерне екзистенційне запитання, яке нерідко звучить у кабінеті консультанта буквально або імпліцитно: «Хто я тепер, коли я не воюю?» [19].

Це запитання є діагностично важливим сигналом для консультанта: воно вказує на те, що клієнт перебуває не просто в ситуації життєвих труднощів адаптації, а в стані перехідної кризи ідентичності або в лімінальному стані [7]. Власні альтернативні спроби прямо «розвінчати» або знецінити ідентичність Воїна на цьому етапі, як правило, мають сильний опір і можуть посилювати ізоляцію клієнта, оскільки сприймаються як загроза єдиному стабільному ядру самосприйняття, яке в нього залишилося. Тому консультативна стратегія повинна бути принципово іншою – не боротьба із субособистістю Воїна, а її визнання, дослідження і поступова інтеграція [22].

Ключовий принцип психосинтезу, застосовний до цієї проблематики, сформульований Р. Ассаджіолі як базове положення методу: «Ми володіємо, а отже, можемо керувати всім тим, з чим ми себе не ототожнюємо; і навпаки – нами володіє все те, з чим ми себе ототожнюємо» [13]. З цього принципу випливає базова логіка консультативної роботи: не «усунення» субособистості Воїна з поля свідомості, а розототожнення свідомого Я з нею; визнання її як частини психічного репертуару особистості, з якою можна вступити в усвідомлений діалог, замість того, щоб бути нею повністю поглинутим.

Практична робота тут структурується за кількома послідовними етапами.

Етап 1. Розпізнавання і визнання субособистості.

На першому етапі завданням консультанта є допомогти клієнту усвідомити існування субособистості «Воїн» як окремого психологічного утворення з власним голосом, тілесними відчуттями, характерними думками, цінностями і потребами, не заперечуючи і не оцінюючи її (принцип емпатійного ставлення клієнта до власного досвіду). Для цього застосовуються техніки уяви та символізації: клієнту пропонується уявити цю частину себе як уявний образ, як персонажа, як безпосередньо свою форму, дати їй виговоритися від першої особи. Важливо, щоб на цьому етапі консультант і клієнт разом зберігали позицію прийняття: субособистість Воїна виконала і, можливо, продовжує виконувати важливі захисні функції, і її не варто трактувати як «ворожу» частину, від якої слід позбутися (принцип біфокального бачення).

Етап 2. Дослідження функцій і прихованих потреб.

Далі консультативна робота спрямовується на дослідження того, яким потребам служить субособистість Воїна: потреба в безпеці, у визнанні, у ясній структурі дій, у відчутті власної значущості й компетентності, у належності до групи тощо. Розуміння цих потреб є критично важливим, оскільки саме вони, а не сама «форма» як така, є справжнім предметом консультативної роботи. Часто виявляється, що клієнт тримається за ідентичність Воїна не тому, що йому бракує мирного життя, а тому, що жодна інша частина його особистості наразі не здатна задовольнити ці глибинні потреби в безпеці й значущості так само надійно. Отже, вона є формовивам чогось більшого, ніж самої себе, хоча має сталий, міцний і вольовий аспект самоототожнення.

Етап 3. Розототожнення (психологічна дистанція свідомого Я від субособистості).

На цьому етапі застосовується класична психосинтетична техніка розототожнення: клієнту дають можливість поступово усвідомити формулу «У мене є субособистість Воїна, але я не є нею повністю; у мене є тіло, емоції та думки, пов'язані з бойовим досвідом, але моє Я – це щось більше за них». Це не заперечення досвіду і не його витіснення, а розширення топосу (точки) психологічного самоспостереження: центральне, свідоме Я визнається як інстанція, здатна утримувати й спостерігати субособистість Воїна, не будучи повністю нею поглиненою (принцип субстанціональності Я (Самості) в структурі особистості або суб'єктності). Саме на цьому етапі відбувається психологічний еквівалент «зняття форми» – без втрати пам'яті про неї і без знецінення пройденого шляху.

Етап 4. Гармонізація і реінтеграція в цілісну систему субособистостей.

Завершальний етап передбачає відновлення діалогу субособистості Воїна з іншими субособистостями клієнта (Батьком, Партнером, Професіоналом, Другом тощо) під координуючою функцією об'єднувального Я (функція Я – це не лише усвідомлення, але й воля, що допомагає синтезувати елементи особистості навколо себе, зокрема через акт волі, а не тимчасові «поєднання» кількох субособистостей). Мета полягає не в поверненні до «довоєнної» ідентичності (це здебільшого неможливо і навіть небажано, оскільки бойовий досвід є частиною життєвого шляху людини), а у формуванні нової, ширшої конфігурації особистості, у якій цінний ресурс субособистості Воїна (дисципліна, витривалість, здатність діяти в кризі, вірність побратимству) доступний клієнту вибірково й усвідомлено і цей ресурс не керує ним автоматично й тотально в усіх сферах життя.

**Висновки.** Здійснений теоретичний аналіз показує, що складність «зняття форми» після завершення бойового досвіду має глибоке психологічне підґрунтя, яке виходить за межі суто соціальної або побутової адаптації. Ідентичність «Воїн» формується як функційно обумовлена субособистість внаслідок психотравматизації, що забезпечує їй ясність, соціальне визнання і безпосереднє виживання в екстремальних умовах, а тому характеризується високим ступенем злиття з Я. Повернення до цивільного життя супроводжується різкою втратою структурної підтримки цієї субособистості, що за відсутності адекватного консультативного супроводу може призводити до дезадаптивної стратегії утримання ідентичності виключно за рахунок бойового досвіду – так званої «пастки минулої слави» – і супутньої кризи сенсу.

Психосинтетичний підхід пропонує консультативну модель, яка не передбачає заперечення чи усунення ідентичності Воїна, а спрямована на її визнання, дослідження прихованих потреб, які вона обслуговує, розототожнення Я з нею та подальшу гармонійну інтеграцію в цілісну, розширену систему субособистостей цілої особистості. Головний виклик консультативної роботи з ветеранами війни полягає в тому, щоб допомогти клієнту усвідомити: завершення служби – це не кінець особистості, а початок її нової трансформації, у якій цінний досвід і ресурси воїна залишаються доступними, але вже не визначають людину тотально й одноосібно (посттравматичний розвиток).

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою й емпіричною перевіркою структурованих психосинтетичних протоколів консультативної роботи з ідентичністю ветеранів, а також з дослідженням специфіки застосування описаної моделі в групових та сімейних форматах психологічного супроводу.

#### Список літератури:

1. Герман Д. Психологічна травма та шлях до одужання / пер. з англ. О. Люта. Львів : Видавництво Старого Лева, 2015. 416 с.
2. Коқун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
3. Коқун О. М., Мороз В. М., Лозінська Н. С., Пішко І. О. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України : методичний посібник. Київ, 2021. 156 с.
4. Колк Б. ван дер. Тіло пам'ятає все: клінічна анатомія травми / пер. з англ. О. Синиці. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2022. 512 с.
5. Кураєва А. А., Гусятник О. С., Гущина Т. Ю. Медико-психологічні засади у концептуалізації поняття бойової психотравми. *Габітус*. 2024. № 67. С. 333–336. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.67.57>
6. Кураєва А. А., Кучеренко Є. В. Психоедукація в запобіганні конфліктів в сім'ях військовослужбовців та ветеранів. Виклики та перспективи розвитку психологічних знань в умовах воєнного стану : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Київ, 10 квітня 2025 р.) / за ред. О. І. Тимошенко та ін. Київ : Видавництво Європейського університету, 2025. С. 246–247.

7. Кучеренко Є. В. Психосинтез: теорія і практика психотерапії : навчально-методичний посібник. Київ : Видавничий дім «Слово», 2018. 296 с.
8. Сігел Д. Внутрішній зір: нова наука про особисту трансформацію / пер. з англ. К. Коптелова. Київ : Наш Формат, 2018. 320 с.
9. Шай Д. Ахілл у В'єтнамі: бойова травма і руйнування характеру / пер. з англ. А. Романова. Київ : Дух і Літера, 2019. 360 с.
10. Широкова А. В., Кураєва А. А., Фролов О. С. Проблема посттравматичного зростання в сучасних психологічних теоріях. *Психологічні студії*. 2025. №2. С. 214–223. <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2025.2>
11. Alberti A., Bartoli S., Caldironi B., Ferrucci P., Giorni G., Peresson L., Rosselli M. Una psicoterapia dalla parte dell'uomo. Il manifesto storico del 1977 nella psicosintesi terapeutica. Firenze : L'Uomo, 2012. 120 p.
12. Assagioli R. Conflicts, Crises and Synthesis : A Collection of Articles / ed. by K. Sørenthen. Kentaur Publishing, 2023. 211 p.
13. Assagioli R. Psychosynthesis: A Manual of Principles and Techniques (A Collection of Basic Writings). New York : Viking Compass Edition, 1974.
14. Caldironi B. Dialogo sulla psiche. Terapia immaginativa ed altri scritti. Firenze : Draghi Mizzau, 2002.
15. Grimell J. A transitional narrative of military identity: Eric's story. *International Journal of Dialogical Science*. 2015. Vol. 9, No. 1. P. 87–103.
16. Grimell J. Making dialogue with an existential voice in transition from military to civilian life. *Theory & Psychology*. 2017. Vol. 27, No. 6. P. 832–850. DOI: <https://doi.org/10.1177/0959354317739164>
17. Grimell J., van den Berg M. Advancing an understanding of the body amid transition from a military life. *Culture & Psychology*. 2020. Vol. 26, No. 4. P. 878–897. DOI: <https://doi.org/10.1177/1354067X19861054>
18. Kucherenko Y., Shyroкова A., Piven L. Psychological assistance to adults at the threshold between post-traumatic recovery and self-growth, based on psychosynthesis. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2024. Вип. 54. С. 30–41. DOI: <https://doi.org/10.32782/2312-8437.54.2024-2.4>
19. Sørenthen K. Awareness- & Will-Based Counselling. URL: <https://kennethsorensen.dk/en/awareness-will-based-counselling/> (дата звернення: 03.07.2026)
20. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, No. 1. P. 1–18.
21. Van der Hart O., Nijenhuis E. R. S., Steele K. The Haunted Self: Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization. New York : W. W. Norton & Company, 2006. 432 p.
22. Vargiu J. Subpersonalities. *Synthesis Journal. The Realization of the Self*. 1974. Vol. 1. Redwood City, California : The Synthesis Press. P. 52–90.
23. White M., Epston D. Narrative Means to Therapeutic Ends. New York : W. W. Norton & Company, 1990. 242 p.
24. Yeomans A. Self-Care During Dark Times // Psychosynthesis for Helping People: Theory and Applications. A Collection of Classic Articles / ed. by J. Kuniholm. Cheshire, MA : Cheshire Cat Books, 2018. P. 103–130

**Shyroкова A. V., Kuraieva A. A., Hushchyna T. Yu. WARRIOR IDENTIFICATION IN THE PSYCHOLOGICAL COUNSELING OF WAR VETERANS BASED ON PSYCHOSYNTHESIS, OR WHY IT IS SO DIFFICULT TO TAKE OFF THE UNIFORM**

*This article examines the dominant identification with the Warrior as an adaptive subpersonality developed under combat conditions, which frequently continues to dominate the personality structure following demobilization, thereby complicating adaptation to civilian life. The authors analyze the psychological mechanisms underlying the phenomenon commonly described as the inability to “take off the uniform”, conceptualizing it as the fusion of the conscious Self (“I”) with the Warrior subpersonality. The functional significance of this role for survival in combat is explored, together with the fear of losing one’s sense of self when this identity is no longer actualized.*

*The study argues that the problem of war veterans’ reintegration can be effectively addressed through psychological counseling based on the psychosynthesis approach. It is demonstrated that the unconscious preservation of the Warrior subpersonality often becomes the individual’s primary or even sole form of self-identification as a consequence of traumatic combat experiences. For this reason, psychosynthesis is proposed as a particularly appropriate therapeutic framework for veterans during their transition to civilian life.*

*The article emphasizes that the difficulty of “taking off the military uniform” is not merely symbolic but also serves an important protective function. The Warrior role, formed under conditions of constant threat, heightened responsibility, and the cohesion of military brotherhood, provides a stable sense of safety, purpose, and psychological integrity. Following demobilization, interaction with civilian society is frequently accompanied by an identity crisis, internal conflict, emotional alienation, and significant challenges in social adaptation.*

*The objectives of psychological counseling in such cases are shown to be consistent with the methodological principles of psychosynthesis, particularly through the development of the core mechanisms of synthesis: disidentification, strengthening the inner observer (the conscious Self), integration of subpersonalities, and the formation of an integrated and coherent sense of identity. The authors emphasize that the psychologist's task is not to eliminate the Warrior subpersonality but to facilitate its integration into the broader personality structure, where it remains an important yet non-dominant aspect of self-definition alongside other life roles. Such an approach promotes the restoration of psychological flexibility, the expansion of personal role repertoires, the constructive reinterpretation of combat experience, and the development of new life meanings.*

**Keywords:** *disidentification, identification, identity reintegration, psychological counseling, psychosynthesis, subpersonality, war veterans.*

Дата першого надходження статті до видання: 03.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 23.07.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 07.09.2026