

Overchuk V. Formation of health-saving competencies as a personal resource in conditions of prolonged traumatization / V. Overchuk, N. Afanasieva, O. Kovalova and other // *Multidisciplinary Science Journal* - 2023. - 6(4). 2024054.
<https://doi.org/10.31893/multiscience.2024054>
<https://malque.pub/ojs/index.php/msj/issue/view/84> (Scopus)

Overchuk V., Afanasieva N., Kovalova O., Vasuk K., Boiarska Z. Formation of health-saving competencies as a personal resource in conditions of prolonged traumatization

This study examines the formation of health-saving competencies as a personal resource in individuals facing prolonged traumatization. The objective is to address the increasing prevalence of prolonged traumatization caused by various factors, such as social relationships and loss of work capacity. Through an analysis of existing research, innovative approaches to cultivating health-saving competencies are identified, along with areas for future development. The study provides practical recommendations and interventions targeting loss awareness, emotional regulation, and stress management within rehabilitation programs. The findings offer valuable insights for professionals in psychology, pedagogy, and social work, facilitating the rehabilitation of individuals experiencing prolonged trauma. Additionally, the research contributes to further exploration in this field and the development of novel approaches to foster health-saving competencies.

Keywords: health-saving competencies, long-term traumatization, personal resource, rehabilitation programs, emotional regulation.

Оверчук В., Афанасьева Н., Ковальова О., Васюк К., Боярська З. Формування здоров'язберезувальних компетенцій як особистісного ресурсу в умовах тривалої травматизації.

У даному дослідженні розглядається формування здоров'язберігаючих компетенцій як особистісного ресурсу в осіб, які зазнали тривалої травматизації. Метою є усунення зростаючої поширеності тривалої травматизації, спричиненої різними факторами, такими як соціальні стосунки та втрата працездатності. Завдяки аналізу наявних досліджень визначено інноваційні підходи до формування здоров'язберігаючих компетенцій та напрямки майбутнього розвитку. Дослідження містить практичні рекомендації та втручання, спрямовані на усвідомлення втрати, емоційну регуляцію та управління стресом у межах програм реабілітації. Отримані результати пропонують цінну інформацію для професіоналів у галузі психології, педагогіки та соціальної роботи, сприяючи реабілітації осіб, які пережили тривалу травму. Крім того, дослідження сприяє подальшому дослідженню в цій галузі та розробці нових підходів до розвитку здоров'язберезувальних компетенцій.

Ключові слова: здоров'язберігаючі компетенції, тривала травматизація, особистісний ресурс, реабілітаційні програми, емоційна регуляція.