

# МЕХАНІЗМИ РЕАЛІЗАЦІЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ ТА ЧЛЕНАМИ ЇХ РОДИН НА ОСНОВІ АНАЛІЗУ ЗАРУБІЖНОГО ДОСВІДУ

*Олена Шевченко*

*Виконавчий комітет Михайлівської сільської ради  
Полтавського району Полтавської області,*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
[elenasevchenko009@gmail.com](mailto:elenasevchenko009@gmail.com)*

*Науковий керівник: Наталія Сайко*

**Постановка проблеми.** У зв'язку із складними умовами, які склалися внаслідок початку широкомасштабного вторгнення, особливих змін зазнав процес функціонування соціальної системи. Залучення людей до участі у бойових діях, як правило має негативні наслідки, які проявляються наявністю як фізичних, так і психологічних травм.

**Метою** даної статті є дослідження проблеми психосоціальної допомоги та здійснення заходів ресоціалізації військовослужбовців їх сімей, які брали участь у бойових діях, згідно з досвідом Сполучених Штатів Америки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивченням проблеми психосоціальної роботи з військовослужбовцями займалися такі науковці як Г. Акімов, О. Лобастов, Р. Грінкер, Д. Шпігель, А. Бравес, В. Гічун, В. Ковтун, О. Коржиков, Ю. Лях та ін.

**Виклад основного матеріалу.** Індикаторами прояву воєнно-травматичних стресових обставин є наявні психологічні аспекти, до яких відносяться індивідуально-типологічні, психічні, характерологічні індивідуальні особливості, адекватність механізмів психологічного захисту та адаптації тощо.

За даними останні досліджень, емоційний стрес трактується як певний феномен, причиною виникнення якого є процес співставлення вимог, які висуваються до людини з її функціональними можливостями, які дають, або не дають їй змогу виконати дані вимоги. У випадку, коли людина не знає, як впоратись зі стресом, в неї виникає напружений стан.

Процес подолання стресу включає в себе реалізацію як психологічних, так і фізіологічних механізмів. Якщо в процесі реалізації психологічних та фізіологічних механізмів, особі не вдається справитись із стресом, то в подальшому це може призвести до проявів патологічних реакцій [2, с. 10].

Прояви військово-травматичного стресу можуть мати варіативний характер. Найчастіше, це симптоми «психологічного захисту» та «повернення». До симптомів «психологічного захисту» відносять: амнезію, психічну загальмованість, небажання відтворювати спогади та асоціації, пов'язані з травматичним досвідом. До симптомів «повернення» відносять: нав'язливі спогади, страхи, розлади сну, кошмари, непереборне відчуття тривоги, втрата відчуття радості й спокою. Діагностика проявів військово-травматичного стресу відтворена в американському національному діагностичному психіатричному стандарті «*Diagnostic and Statistical Manual of Mental*

Disorders» та інтегровані до європейського діагностичного стандарту МКХ-10 «International Statistical Classification of Diseases, Injuries and Causes of Death – ICD-10». Згідно з положеннями даного стандарту, посттравматичний стресовий розлад інтерпретується як відтермінована або довготривала реакція на стресову подію винятково загрозливого або катастрофічного характеру [3, с. 35].

На основі досліджень, проведених в закордонних країнах, зокрема, в США, можна зробити висновок, що психосоціальна робота з військовослужбовцями базується на використанні наступних механізмів:

1. Короткострокові інтервенції – комплекс заходів, до яких відносять, мобільну та виїзну роботу, здійснення миттєвого психотерапевтичного втручання, метою якої є надання психосоціальної роботи.

2. Довгострокові втручання – механізми, метою реалізації яких є відтворення системно-екологічної моделі, яка включає в себе відновлення ресурсів особистості, економічної спроможності, зв'язків із оточенням, сімейно орієнтовані стратегії роботи, довгострокові психотерапевтичні програми, довгостроковий соціальний супровід та психологічна підтримка [3, с. 71].

Варто зазначити, що психосоціальна допомога військовослужбовцям побудована на наступних формах роботи:

- 1) групова психотерапія;
- 2) терапія посттравматичних розладів;
- 3) сімейна психотерапія;
- 4) індивідуальне психологічне консультування;
- 5) психотерапія екзистенціальної спрямованості.

При роботі з військовослужбовцями, які приймали участь у бойових діях, найбільш оптимальними методами є:

- 1) гештальт-терапія;
- 2) родинна терапія;
- 3) нейро-лінгвістичне програмування;
- 4) метод десенсибілізації і перетворення рухами очей.

У більш глобальному вигляді, процес психологічної реабілітації складається з наступних складових:

1. Проведення заходів по адаптації психолога та пацієнта.

2. Організація процесу навчання військовослужбовця методам саморегуляції.

3. Катарсичний етап, який виражається в реалізації механізму повторного переживання.

4. Проведення діалогу, темою якого є типові форми поведінки.

5. Введення та перевірка нових способів, через проведення ігор.

6. Визначення життєвих перспектив [3, с. 72].

Досвід проведення спеціальних операцій для військовослужбовців США зумовив виникнення стрімких змін в їхньому житті. Це виражалось в тому, що родини військовослужбовців постійно переміщувались, так як відбувалась регулярна передислокація військ. Внаслідок таких неконтрольованих змін, у військовослужбовців виникли проблеми з поверненням до мирного цивільного життя. Результати досліджень показали, що військовослужбовці мають значні

проблеми з доступом до медичної допомоги, або взагалі не мають бажання отримувати медичну допомогу.

На основі даних досліджень, була розроблена велика кількість підходів до організації психосоціальної підтримки військовослужбовців, які приймали участь у бойових діях, членів їх сімей та ветеранів війни. Згідно Наказу Наказом Міністерства оборони визначено, що кожен підрозділ повинен мати професійну підготовку, навчальні програми і рекомендації з контролю бойового стресу з акцентом на первинну, вторинну і третинну профілактику в особовому складі [4]. Так, у військах США було реалізовано створення відділів охорони психічного здоров'я. Дані відділи склалися із психіатрів, офіцерів з охорони психічного здоров'я.

В сучасному світі, основною проблемою військовослужбовців, які приймали участь у бойових діях є стереотипність мислення. Найчастіше, за допомогою звертаються не військовослужбовці, а члени їх родин. Для подолання цієї проблеми, була залучена велика кількість спеціалістів, які спеціалізуються на проблемах психічного здоров'я. В умовах проведення мобілізаційних заходів, кількість військовослужбовців стрімко зростає. Для надання якісної допомоги військовослужбовцям, спільнота з охорони здоров'я учасників бойових дій запровадила багато нових систем оцінювання психічного стану військових і надання їм психологічної допомоги. Програма оцінювання здоров'я після проходження служби дає змогу оцінити стан військовослужбовців після повернення з війни та надати їм відповідну допомогу, яка допоможе адаптуватись їм до звичного життя без негативних наслідків прояву стресових ситуацій.

**Висновки та перспективи подальшого розвитку.** В результаті аналізу закордонного досвіду по психосоціальній роботі з військовослужбовцями та їх сім'ями можна зробити висновок, що якісне проведення такої роботи повинно базуватись на застосуванні комплексного підходу, який направлений на підвищення мотивації військових до охорони свого психічного здоров'я. Механізми психосоціальної роботи, які були реалізовані закордоном, пройшли довготривалу перевірку, потребують вивчення ефективності їхнього застосування в нинішніх умовах, що визначає перспективи подальших досліджень у цій галузі.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах». Хмельницький, 2008. 22 с.
2. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти : метод. посіб. / упор. : Д. Д. Романовська, О. В. Ілащук. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с.
3. Психіатрія : підручник / О. К. Напреєнко, І. Й. Влох, О. З. Голубков та ін. ; за ред. проф. О. К. Напреєнка. Київ : Здоров'я, 2001. 584 с.

5. Selye H. Stress without Distress. Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins, 1974. 171 p.

## ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ І ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ

*Світлана Яланська, Світлана Нечепоренко*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
[yalanskasvetlana@gmail.com](mailto:yalanskasvetlana@gmail.com), [volg789@gmail.com](mailto:volg789@gmail.com)*

**Постановка проблеми.** Насьогодні, в умовах військової агресії, надзвичайно важливою є психологічна та соціальна підтримка дітей і дорослих. Таку безпосередню діяльність можуть здійснювати фахівці допомагаючих професій. Адже це робота з різними категоріями громадян, що спрямована на вирішення різного роду психологічних, соціальних проблем. Серед напрямків психологічної допомоги можуть бути: психологічне консультування, психокорекція, психотерапія, кризова інтервенція, та ін.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливими у психосоціальній підтримці є розвиток життєстійкості, стресостійкості у різних вікових категорій.

М. М. Шпак визначає стресостійкість як інтегральну властивість особистості, що охоплює комплекс когнітивних, емоційних, адаптивних та особистісних властивостей, які забезпечують здатність людини протистояти стресу, чинити опір негативному впливу стресових факторів з метою збереження психічного здоров'я [4].

За О. Чиханцовою, життєстійкість розглядається як основний ресурс перетворення життєвих подій у нові можливості всупереч зовнішнім негараздам. Визначено, що життєстійкість є психологічним аналогом життєвої сили людини, що відображає ступінь подолання нею певних стресових ситуацій. Авторка зазначає, що американські психологи Д. Кобейса та С. Мадді вперше представили концепцію життєстійкості та дослідили, що цей феномен складається з трьох складових: залученості, контролю та прийняття ризику. З'ясовано, що таке розуміння явища життєстійкості розширює існуючу традиційну ідею, яка переважно зводиться до трикомпонентної структури та визначає вміння підтримувати здоров'я, оптимальний рівень працездатності й активності в стресових умовах. Найважливішим психологічним атрибутом зазначеного явища є його функціонування як відкритої динамічної системи на основі самоорганізації та самовизначення [3].

Т. М. Дудка зазначає, що збереження або підвищення стресостійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під «ресурсами» мають на увазі внутрішні і зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості у стресогенних ситуаціях [1].

**Мета статті.** Розкрити роль та зміст психосоціальної підтримки дітей і дорослих в умовах військової агресії.