

МІЖДИСЦИПЛІНАРНА ВЗАЄМОДІЯ ПСИХОЛОГІВ ТА ЛІКАРІВ ЩОДО ПІДТРИМКИ ВЕТЕРАНІВ ТА ВЕТЕРАНОК ВПРОДОВЖ ПЕРЕХОДУ ВІД ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Чернов А. А.

*Військовий Коледж сержантського складу Військового інституту
інформатизації та телекомунікації імені Героїв Крут
chernovpsychologist@gmail.com*

Мац О. В.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
mats.oksana@pdmu.edu.ua*

Шкодін А. Д.

*Полтавський державний медичний університет
a.shkodina@pdmu.edu.ua*

Актуальність міждисциплінарної взаємодії у підтримці ветеранів і ветеранок у цивільному суспільстві зростає з огляду на значний масштаб демобілізації осіб, які брали участь у бойових діях. Процес реінтеграції потребує комплексного підходу, який поєднує зусилля фахівців різних сфер: медиків, психологів, соціальних працівників, освітян та інших фахівців, адже військовий досвід значно змінює фізичний і психоемоційний стан особистості, що створює численні труднощі у поверненні до цивільного життя. Ветерани часто стикаються з втратою ідентичності та соціального статусу, що важливо для їхньої психічної адаптації. Перехід від військової до цивільної культури може спричинити «зворотний культурний шок», що ускладнює процес адаптації та соціальної взаємодії.

Метою цього дослідження є визначення ролі міждисциплінарної співпраці у реабілітації ветеранів, зокрема у покращенні психічного здоров'я, адаптації до цивільного життя та підвищенні якості життя загалом. У фокусі дослідження – вивчення ефективності різних напрямків міждисциплінарної взаємодії, таких як психотерапевтична підтримка, консультування, соціальні та освітні послуги, а також медична допомога.

Дослідження ґрунтувалося на аналізі доступної літератури з питань підтримки ветеранів у процесі реінтеграції. Були опрацьовані дослідження, що стосуються психотерапевтичної допомоги, адаптації та спільної роботи психологів і лікарів. Такий підхід дозволив узагальнити сучасні практики і визначити найбільш ефективні методи підтримки ветеранів.

Фахівці з психічного здоров'я, зокрема психологи й психотерапевти, відіграють центральну роль у підтримці ветеранів шляхом надання психотерапевтичних послуг, що допомагають знизити

тривожність, депресію та покращити загальну якість життя. Ці втручання не тільки підтримують психічне здоров'я ветеранів, але й сприяють їхній адаптації до мирного життя [1, 2].

З позиції психолога, звільнення з військової служби, незалежно від того, чи брала особа участь у бойових діях, є кризовою подією, тобто раптовою зміною обставин життя і соціальної ролі. Першочерговим завданням психологічної підтримки демобілізованих є визначення їх поточного психологічного стану, оцінка соціальних зв'язків і наявність планів на майбутнє в цивільному житті. Виявлення таких саногенних факторів, які можуть стати ресурсом і опорою на початковому етапі реінтеграції, має важливе значення. За даними останніх досліджень більшість демобілізованих осіб мають не лише психологічні, але й медичні потреби, тому працювати з ними варто разом із фахівцями медичної сфери, зокрема лікарем-психіатром і лікарем-неврологом [2, 5]. Важливим аспектом є рівень довіри клієнта/пацієнта до лікаря.

З точки зору лікаря-психіатра, особистість ветерана через умови військової служби може зазнати дезадаптивних змін, що ускладнюють процес реінтеграції. Це не завжди призводить до ПТСР чи розгорнутої симптоматики психічного розладу, але часто супроводжується загальною недовірою до цивільного середовища [3]. Поширеною проблемою є нервові виснаження, неконтрольоване вживання препаратів, раніше призначених для тимчасового полегшення стану. Під час спеціалізованого огляду важливо робити паузи, дозволяючи клієнту відновитися, а також, за потреби, обговорювати можливість фармакотерапії [4, 6]. Одужання ж розуміється не тільки як зникнення симптомів, але і як нормалізація стосунків у родині та знаходження нової ролі в суспільстві.

З позиції лікаря-невролога, однією з найбільш поширених проблем є наслідки мінно-вибухових травм. Психолог допомагає оцінити рівень порушень когнітивних процесів та емоційно-вольової сфери, що дає підстави для доцільності або недоцільності медичних досліджень та призначення ліків. У разі незворотних змін нервової системи на міждисциплінарному консилиумі розглядаються питання компенсації втраченої функції, адаптації до хронічного болю, обмежень у певних видах діяльності тощо. Прийняття пацієнтом своїх фізичних обмежень – це завжди травматичний досвід, що потребує як медичної, так і психологічної підтримки. Порушення сну є також дуже поширеною проблемою серед ветеранів. Оскільки такі розлади можуть бути як частиною симптомокомплексів психічних захворювань, так і окремими розладами, тож доцільно проводити диференційну діагностику, залучаючи до обговорення фахівців із розладів сну, зокрема сомнологів, сомнотерапевтів, консультантів з порушень сну чи лікарів медицини сну [7].

Таким чином узгоджена робота міждисциплінарної команди є необхідною умовою успішної реінтеграції ветеранів у цивільне суспільство. Взаємодія між психологами, соціальними працівниками, освітянами, лікарями та психіатрами сприяє всебічній підтримці ветеранів, що допомагає їм долати труднощі адаптації, підтримувати психічне здоров'я, інтегруватися у систему освіти та працевлаштування. Для успішного впровадження цього підходу в Україні важливо враховувати міжнародний досвід і розвивати систему охорони здоров'я, особливо з акцентом на ментальне здоров'я, оскільки кількість ветеранів із потребою у психологічній і психіатричній підтримці значно зросла.

ЛІТЕРАТУРА

1. Markowitz F.E., Kintzle S., Castro C.A. Military-to-civilian transition strains and risky behavior among post-9/11 veterans. *Military Psychology*. 2023. Jan-Feb. Vol. 35, No. 1. P. 38–49.
2. Малородна О., Чернов А. Специфіка міжособистісної взаємодії психолога з військовослужбовцями звільненими в запас. Матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку» : зб. наук. праць. Переяслав, 2023. Вип. 91. С. 69–73.
3. Герасименко Л. О., Скрипніков А. М., Ісаков Р. І. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навч. посіб. К. : ВСВ «Медицина», 2023. 120 с.
4. Boiko D. I., Zhyvotovska L. V., Chopra H. The mediating role of poor sleep quality in the relationship between posttraumatic stress disorder and aggression in combatants. *The medical and ecological problems*. 2024. T. 28. №. 1. С. 13–20.
5. Чернов А. А., Заїка В. М., Лебедев В. А. Особливості психологічного консультування військовослужбовців, які були звільнені в запас або у відставку за станом здоров'я, під час дії воєнного стану. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості* : зб. наук. матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф., (м. Полтава, 1-2 червня 2023 р.) Полтава, 2023. С. 246 – 255.
6. Бойко Д. І., Мац О. В., Чернов А. А., Боднар Л. А., Животовська Л. В. Порушення якості сну при різних стрес-асоційованих розладах у комбатантів. *Основні цілі стратегії сталого розвитку: проблеми та перспективи* : матеріали I Міжнар. наук.-практ. форуму (м. Полтава, 26 версеня 2024 р.) / За заг. ред. проф. М. В. Гриньової. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2024. С. 85–87.
7. Жигайло Н. І., Волошина О. Є. Психотерапія порушень сну: трансдіагностичний підхід. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія». Острог : Вид-во НаУОА, 2021. № 13. С. 39–48.