# ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

**Марченко Юлія Віталіївна**
здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,
**Шеленкова Наталія Леонідівна**
к.психол.н., доцент
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
м. Умань, Україна
musha1993@gmail.com
shelenkova_nata@ukr.net

**Вступ./Introductions.** Сучасні умови життя вимагали того, щоб більшість вже досвідчених військовослужбовців та звичайних добровольців без військового досвіду стали на захист України, тим поглибили старі військові рани або здобули свій перший бойовий досвід, який відклав відбиток не лише на фізичне здоров'я, але й на психологічне самопочуття та ментальне здоров'я. Також це призвело до надзвичайно складних соціальних, психологічних та моральних викликів як для захисників, так і для українського суспільство в цілому. Після повернення до мирного життя вони зустрічаються з проблемою адаптації, труднощами у спілкуванні, нерозуміння близьких та соціуму, професійною самореалізацією та інше. До існуючого стресу отриманого під час бойових дій, додається стрес пов'язаний з поверненням додому. Зумовленість цими подіями, соціально-психологічна реабілітація стає однією із найважливіших ланок допомоги нашим захисникам, що вимагає систематичного і комплексного характеру, пристосування соціально-психологічного відновлення військовослужбовців до реалій сьогодення.

**Ціль роботи./Aim.** Метою роботи є теоретичне обґрунтування, визначення, аналіз особливостей соціально-психологічної реабілітації учасників бойових дій.

**Матеріали та методи./Materials and methods.** В роботі було використано наступні методи: аналіз, синтез, порівняння, класифікація та систематизація даних.

**Результати та обговорення./Results and discussion.** У 2014 році, через вторгнення Росії в східній частині України, виникла необхідність проведення антитерористичної операції (далі АТО). Військові та добровольці, які брали участь в АТО після повернення до умов нормального життя набули статусу – учасника бойових дій (далі УБД) [9]. Всі хто захищає Батьківщину перебуває в умовах впливу бойового стресу, який здійснює негативний вплив на стан фізичного та психологічного здоров'я. Зауважимо, що ряд науковців ( О. Блінов, В. Вінтоняк, О. Недвига, О. Романовський та інші) присвятили свої наукові доробки питанням впливу бойового стресу на військовослужбовців та адаптації до умов мирного життя. На сьогоднішній день соціально-психологічна реабілітація набуває загальнодержавного значення, оскільки в подальшому впливатиме на обороноздатність держави.

Аналіз наукових поглядів різних науковців, продемонстрував наявність схожих та відмінних рис у визначенні поняття «соціально-психологічна реабілітація» та у розумінні його сутності. Схожими поглядами у визначенні вище вказаного поняття є те, що науковці визначають соціально-психологічну реабілітацію як систему заходів для відновлення психологічного та ментального здоров'я. В. Лесков в системі заходів соціально-психологічної реабілітації вбачав психолого-педагогічні, психотерапевтичні, психологічні заходи, які мають орієнтуватися саме на відновлення не тільки психологічного та ментального здоров'я, але й відновлення соціального статусу [4]. Окрім цього, О. Назаренко у вище вказане поняття вкладає розуміння діяльності, яка спрямована на підтримку боєздатного стану військовослужбовців, яка у подальшому допомагає попередити інвалідність. Також, О. Назаренко вважає, що соціально-психологічна реабілітація спрямована не лише на підтримку УБД, але й відновлювання їхньої психічної рівноваги, після тримання психічних травм. На противагу науковцю, А. Караяні вважає, що соціально-психологічна

реабілітація має на меті відновити порушене психічне здоров'я [8]. На думку П. Кнехти, здійснювати соціально-психологічну реабілітацію слід лише в немедичному середовищі. Соціально-психологічна реабілітація має включати в себе психолого-соціальну підтримку. Саме ця підтримка, на думку науковця, у подальшому дозволяє конструювати життєвий розвиток та відновити професійну діяльність [4].

Згідно наукових поглядів Ю. Гриненка, підґрунтям соціально-психологічної реабілітації має бути мультидисциплінарний підхід, який передбачає залучення цілого ряду фахівців, щодо вирішення питань, які пов'язані з медичною, фізичною, психологічною реабілітацією та соціальною адаптацією [1]. Реабілітація визначає психологічний вплив, який направляється на відновлювання порушених психічних функцій та ментального здоров'я УБД. Соціально-психологічна реабілітації має широку та комплексу мету, яка включає в себе збереження й відновлення фізичного та психологічного здоров'я, а також має на меті психологічну спроможність у подальшому, якщо це можливо, виконувати професійні обов'язки. Окрім цього, соціально-психологічна реабілітація має на меті знизити тяжкість наслідків для особистості, від впливу бойового стресу. Л. Борецька в своїх наукових працях описує основні завдання, які постають перед соціально-психологічною реабілітацією. Першим завданням можна визначити необхідність здійснення діагностики психічного стану учасника бойових дій та нормалізації всіх психічних процесів та станів. Другим завданням постає відновлення втрачених психічних функцій до рівня, який дозволить учаснику бойових дій ефективно та результативно взаємодіяти з оточуючими, виконувати свої ролі в суспільстві. Третім завданням постає налагодження конструктивних стосунків між колегами-військовими [3].

Слід зауважити, що психологічна реабілітація здійснюється у поєднанні з оздоровчими, фізкультурно-спортивними, санаторними, медичними та соціальними послугами. Психологічна робота, яка здійснюється в межах соціально-психологічної реабілітації вимагає здійснення заходів психологічної

абілітації. Під цим поняттям О. Блінов, визначає комплекс заходів, які спрямовані на те, щоб особистість опанувала необхідні знання та вміння, які потрібні їй для життєдіяльності в суспільстві. Тобто психологічна абілітація дозволяє людині усвідомити власні можливості, потенційні здібності, соціальні ролі та обов'язки. Наслідком ефективного здійснення абілітації є вміння учасника бойових дій здійснювати самообслуговування [2]. Психологічна допомога учасникам бойових дій зводиться до того, щоб розширити їхні психологічні можливості в особистісному та соціальному функціонуванню. Згідно позиції І. Крук, І. Григус, діапазон психологічної допомоги поєднує в собі наступні реабілітаційні засоби: психотерапія, консультування, психологічна корекція, психологічна реабілітація, психопрофілактика, психологічний розвиток. Неодмінними правилами та умовами здійснення реабілітації є її послідовність та етапність [7].

Бойовий стрес, екстремальні умови життя на фронті негативно впливають на адаптацію учасника бойових дій до умов мирного життя. Часто це проявляється у складнощах налагодження конструктивних взаємин з рідними та оточуючими. Окрім цього, УБД може відчувати тривожність, страх, агресивність, підозрілість [6]. Тому соціально-психологічна реабілітація покликана допомогти військовому адаптуватися до змінних умов. Адаптація означає, що військовий має пристосуватися до оточуючого осередку. Тобто з психологічної точки зору, адаптацію можна визначити як процес акомодації військового до оточення, його інтеграція до референтної соціальної групи, формування ефективної, відповідної системи взаємин з людьми. Окрім цього, адаптація має на меті допомогти учаснику бойових дій усвідомити та засвоїти цінності, норми зміненого соціального середовища. Психологічна адаптація учасників бойових дій має свої компоненти, які представлено в таблиці 1 [11]:

**Таблиця 1**

**Структурні компоненти психологічної адаптації учасників бойових дій в межах соціально-психологічної реабілітації**

| Компонент | Характеристика |
|---|---|

| | |
|---|---|
| психофізіологічний | визначається акомодацією учасника бойових дій відносно нових фізичних та психологічних навантажень, умов, які обумовленні умовами соціуму |
| когнітивний | віддзеркалює теоретичні знання, які у майбутньому убезпечать військового та дозволять результативно пристосуватися до умов соціального оточення. |
| практичний | передбачає можливість отримувати військовим необхідні вміння та навички, для того, щоб досягати цілі та задовольняти потреби, інтереси. |
| соціально-психологічний | зводиться до того, що військовий отримує новий соціальний статус, включається у відносини з новим колективом. |
| соціально-побутовий | дозволяє прилаштуватися до змінних соціально-побутових умов. |

Сам по собі процес соціально-психологічної реабілітації у психологічному відношенні є складним для учасника бойових дій через стресову реакцію, необхідність прилаштовуватися до вимушених змін [10]. Тому при здійсненні реабілітаційного процесу є певні стратегії взаємодії всіх учасників, які залежать від рівнів реабілітації. Розглянемо їх більш детально:

1. Невідкладна психологічна допомога (первинна допомога, скринінг, кризове втручання). На цьому рівні слід використовувати директивні стратегії, які дозволяють чітко отримувати інструкції щодо дій військового і мати чітко визначену регламентацію відносно подальшого відновлення.

2. Перший реабілітаційний рівень, який включає в себе психодіагностику, адаптацію та реадаптацію учасника бойових дій до умов мирного життя, психо-соціальний супровід передбачають прояви демократичних стратегій, що знаходяться в основі принципу «рівний-рівному». Така стратегія взаємодії визначає демократичну комунікативну взаємодію з усіма фахівцями соціально-психологічної реабілітації.

3. Другий реабілітаційний рівень, який включає в себе психодіагностику, психологічне консультування, психологічний супровід. Використання авторитарних та директивних стратегій допускають за рахунок конкретних професійних знань та вмінь отримати позитивні, якісні результати щодо психологічних проблем у досить короткий строк.

4. Третій реабілітаційний рівень, який включає в себе психодіагностику та психотерапію. Тут можна використовувати всі стратегії взаємодії з УБД. Вибір стратегії залежить від підходу, який використовується у психотерапії.

5. Четвертий реабілітаційний рівень, який включає медико-психологічну допомогу передбачає використання авторитарних стратегій, які стосуються відносин з медичними працівниками. Також на цьому рівні можна використовувати стратегії, які залежать від психотерапевтичного підходу.

**Висновки./Conclusions.** Отже, соціально-психологічна реабілітація має на меті допомогти УБД адаптуватися до нових умов життя та передбачає відновлення ментального, психологічного здоров'я.

**Список використаних джерел/ List of used sources.**

1. Бастричев В., Катеренчук О. Деякі проблеми реабілітації учасників АТО. *Збірник тез підготовлено за доповідями учасників науковопрактичної конференції «Реабілітація учасників бойових дій в Україні: досвід та перспективи*» (23 листопада 2018 року). С 56-60.

2. Блінов О. А. Особливості організації психологічної абілітації та реабілітації в умовах військового госпіталю. *Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної та медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції*: матеріали міжвідомчої науково-практичної конференції (Київ, 26 травня 2016 р.). / Міністерство оборони України, Національний університет оборони України імені Івана Черняховського. К. : НУОУ, 2016. С. 45-47.

3. Борецька Л. Специфіка психологічної реабілітації учасників бойових дій. *Збірник тез підготовлено за доповідями учасників науковопрактичної конференції „Реабілітація учасників бойових дій в Україні: досвід та перспективи* " (23 листопада 2018 року). С. 70-76

4. Волошина В. В. Сутність поняття психологічної реабілітації військовослужбовців. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2024. №2. С. 7-11.

5. Гридковець Л., Вебер Т., Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с.

6. Кучеренко С. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 2017. Вип. 21 С. 66-74

7. Крук І. М., Григус І. М. Сучасникй погляд на психологічну реабілітацію військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом. *Rehabilitation and Recreation*, 2023. №15. С. 50-56.

8. Назаренко О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців. *Прикарпатський юридичний вісник*, 2018. Випуск 1(22). С. 73-76

9. Наливайко І. Теоретико-правова характеристика соціального захисту учасників бойових дій в Україні. *Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство». Розділ V. Трудове право; право соціального забезпечення*, 2023. №2. С. 179-186.

10. Орловська О.А. Особливості адаптації військовослужбовців до умов цивільного життя. «*Young Scientist*». 2019. № 8 (72). 45-49.

11. Павлюк М., Овдій І. Психологічна реабілітація військовослужбовців збройних сил України. *Вісник Національного університету оборони України*, 2022. №70(6). С. 134-141.