

Список бібліографічних посилань

1. У Генпрокуратурі розповіли скільки воєнних злочинів скоїла Росія на деокупованих територіях України // МЕТА : сайт. 22.02.2023. URL: <https://news.meta.ua/uk/news/u-genprokuraturi-rozpovili-skilki-voennikh-zlochiv-skojila-rosiia-na-deokupovanikh-teritoriiakh-ukrajini-2385259/> (дата звернення: 20.02.2024).
2. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях : навч.-практ. посіб. / за заг. ред. О. А. Моргунова ; МВС України, Харків. нац. ун-т. внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2022. 84 с.
3. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. / О. М. Кокун, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська та ін. Київ : 7БЦ, 2023. 175 с.

Одержано 20.02.2024

УДК 159.92:352.741-029:17

Наталя Едуардівна МІЛОРАДОВА,

професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3

Харківського національного університету внутрішніх справ,

доктор психологічних наук, професор;

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ НА ЕТАПІ ВІДНОВЛЕННЯ

Розглянуто особливості надання психологічної допомоги учасникам бойових дій з урахуванням особистісних змін військовослужбовців під впливом дії правил війни на їх поведінку та комунікацію.

Ключові слова: *психологічна допомога, учасники бойових дій, правила війни, декомпресія.*

Війна, що триває в нашій країні вже третій рік, змусила розглядати проблему надання психологічної допомоги та збереження психологічного здоров'я як учасників бойових дій так і цивільних осіб на новому рівні. Участь людини у бойових діях та знаходження у зоні їх безпосереднього ведення практично завжди супроводжується стресовою реакцією організму, з якою достатньо часто не можливо впоратись самотійно. Неотримання відповідної своєчасної та кваліфікованої психологічної допомоги може мати негативні наслідки як для людини так і для суспільства в цілому.

Переживання травмивної події може мати два аспекти. Перший – руйнівний, він знаходиться на поверхні та характеризується наявністю розладів, пов'язаних з травмуванням, і другий – «зростання», після проходження через травму спостерігаються особистісні трансформації, які змінюють якість життя людини [2]. Для подолання наслідків травмування та усвідомлення можливості подальшого зростання військовослужбовець потребує допомоги фахівців. Повертаючись до мирного життя, учасники бойових дій достатньо часто зберігають ту функціональну систему психічних реакцій, яка була сформована під впливом війни та підтримувала й забезпечувала виживання у критичних ситуаціях. Але цей комплекс адаптивних реакцій, що сформувався на війні виконує протилежну функцію у мирному житті та стає дезадаптивним. Тому повернення до мирного життя потребує певного часу та кваліфікованого супроводження.

Декомпресія – мистецтво перемикається з військового мислення на мирне. Використання такої форми психологічної реабілітації почалося наприкінці ХХ століття в Америці після війни у В'єтнамі. Через короткотривалий «психологічний карантин» проходили

американські військові перед поверненням додому. В нашій країні практику проведення декомпресії розпочато після 2014 року. Але треба розуміти, що не всі 100% військовослужбовців потребують серйозної психологічної допомоги. Іноді для нормалізації стану буває достатньо задовільнити базові потреби (відпочити, попити води, поїсти, поспати) та побути з рідними й друзями. Як зазначає психологіня О. Нагула, що сучасному воїну вкрай необхідна відповідна психологічна підготовка, знання та навички вправління зі стресом та його наслідками [3]. Але певна категорія учасників бойових дій потребує саме психологічної допомоги. Після повернення із зони бойових дій військовослужбовці потрапляють у простір мирного, цивільного життя і відчувають труднощі як у налагодженні комунікації в родині, так і в цілому в соціумі. Складність встановлення і підтримки відносин простежується і у ситуації надання психологічної допомоги. Основою побудови міжособистісної комунікації для військового є дотримання так званих правил війни, що значно ускладнює як встановлення психологічного контакту, так і консультування.

Правила війни – це такий специфічний «військовий» спосіб мислення та поведінки, який стає автоматичним, внаслідок інтенсивного навчання, тренувань та практичного застосування отриманих навичок у бойовій обстановці. Правила виживання в бою сформулював Дж. Монро, серед них виокремлюються:

- безпека;
- довіра і визначення ворога;
- відданість меті;
- ухвалення рішень;
- тактики реагування;
- передбачуваність і контроль;
- контроль емоцій;
- труднощі з розмовами про війну.

Психолог та консультант Корпусу миру Ф. Пьюселік, аналізуючи поведінку учасників бойових дій, виокремлює перелік таких правил та підкреслює, що саме вони забезпечують людині на війні можливість вижити та виконати отримані завдання:

- зупинись посеред хаосу,
- будь вірний своїм (перевіреном) друзям,
- плануй наперед;
- «Ні» почуттям;
- знай територію;
- дій у випадках загрози.

Під час виконання бойових завдань саме дотримання цих правил забезпечує виживання але при поверненні у цивільний простір вони втрачають свою актуальність, тобто перестають виконувати свою основну функцію – захисту та підтримки можливості ефективно виконувати діяльність. Більше того, життя за такими правилами може бути прямою небезпекою як для самого учасника бойових дій, так і для оточуючих. Тому при проведенні консультативної взаємодії психологам необхідно розуміти зміст та особливості їх активізації задля зниження ризиків виникнення небезпечних ситуацій під час надання психологічної допомоги. Як підкреслює Ф. Пьюселік, «...перше правило у взаємодії з військовим – не лізти йому в душу та не просити поділитися особистими почуттями» [4].

Певну підготовку до повернення військовослужбовця в мирне життя необхідно проводити і з членами їхніх сімей, особливо дружинами та дітьми. Як вже зазначалось нами раніше [1], наслідками особистісних змін, що трапились з військовослужбовцями є руйнування внутрішньосімейних зв'язків, бійки, сварки, різні форми домашнього насильства та розпад сім'ї. Чоловіки взагалі можуть втрачати можливість сприймати жінку як свого партнера по життю.

Тому однією із складових консультування військовослужбовців та членів їхніх сімей повинно бути поетапна робота, спрямована на усвідомлення наявності руйнівного

впливу правил війни на життя у мирних умовах та розуміння того як отримані знання, вміння та навички можуть бути використані у цивільному житті. Загалом успіх консультативної роботи з учасниками бойових дій залежить від умінь консультанта обрати відповідний інструментарій, форми та методи роботи з урахуванням особливостей різних категорій військовослужбовців.

Список бібліографічних посилань

1. Мілорадова Н. Е., Попова Г. В. Деякі проблеми при наданні психологічної допомоги представникам силових структур після участі у бойових діях. *Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної та медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції*: матеріали науково-практичної конференції (Київ, 3 червня 2015 р.). Міністерство оборони України, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ : НУОУ, 2015. С.203-205

2. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами: методичний посібник / Кокур О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О., Хоружий С. М., Ларіонов С. О., Сириця М. В. Київ: «Центр учбової літератури», 2023. 176 с.

3. Побратими змінюються на очах. Як військовому впоратися зі стресом на передовій URL: <https://suspilne.media/361398-pobratimi-zminuutsa-na-ocah-ak-vijskovomu-vporatisa-zi-stresom-na-peredovij/> (дата звернення 28.02.2024)

4. Правила війни: що варто знати цивільним про спілкування з рідними військовослужбовцями, як допомогти військовим адаптуватись до цивільного життя URL: <https://sokolovafund.org/blog/chomu-viiskovi-proiavlaiut-agresiiu-z-blizkimi-shcho-tsivilnim-treba-znati-pro-pravila-viini/> (дата звернення 28.02.2024)

Одержано 28.02.2024

УДК 159.9:351.74(477)

Володимир Петрович ОСТАПОВИЧ,

завідувач лабораторії психологічного забезпечення

Державного науково-дослідного інституту МВС України (м. Київ),

доктор юридичних наук, старший дослідник;

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9186-0801>;

Вадим Вадимович БАРКО,

старший науковий співробітник лабораторії психологічного забезпечення

Державного науково-дослідного інституту МВС України (м. Київ),

кандидат педагогічних наук;

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3836-2627>

ДОСВІД ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ЧЛЕНІВ РОДИН ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ ПІД ЧАС ПОВІДОМЛЕННЯ ПРО ТРАГІЧНІ ПОДІЇ

Описані основні теоретичні підходи (стратегії) у психокорекційній роботі при переживанні постраждалими втрати. Зазначені психологічні умови, яких має дотримуватись психолог при проведенні роботи з клієнтами, які переживають трагічні події. Вказані етапи психокорекційної роботи з особами, які переживають повідомлення про трагічні події.

Ключові слова: психологічний супровід, втрата, психологічна допомога, психокорекційна робота.