

проживанні, програванні подій з минулого, сьогодення, майбутнього, пов'язаних з виниклою важкою ситуацією.

Отже, рефлексія виявляється психологічним ресурсом особистості, котрий забезпечує розуміння людиною інших своїх психологічних ресурсів, що має забезпечити їх ефективне використання.

Список бібліографічних посилань:

1. Бехтер А. А. Рефлексивность как субъектный ресурс совладающего поведения специалиста: дисс.... канд. психол. наук: 19.00.13. Минск, 2014.189с.
2. Бугерко Я. М. Рефлексивна психодіагностика як позиційний метод рефлепрактики *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки. 2012. №. 36. С. 305-310.
3. Савченко О.В. Рефлексивний потенціал особистості *Inforum: science for the future*. <http://www.inforum.in.ua/conferences/16/30/204>
4. Семёнов И.Н. Туровский Н.В. Системно-психологический подход к изучению рефлексивных ресурсов профессионального развития. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2013. №5-6 С.35-71.
5. Фризен М. А. Ресурсная база саморазвития личности в период юности. *Гуманитарные науки*. 2016. №. 1. С. 83-89.
6. Фризен М. А. Рефлексивность как ресурс проектирования саморазвития *Современные исследования социальных проблем*. 2015. № 7. С. 422-440
7. Штепа О.С. Особливості психологічної ресурсності осіб зрілого віку / *Вісник львівського університету*. Серія філософські науки. 2012. № 15. С. 310-317.
8. Штепа О.С. Функціональна значущість психологічної ресурсності у структурі особистісного потенціалу *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С.775 – 778.
(Одержано 18.03.2023)

УДК 159.913:616.89

Оксана Ігорівна ОНИПЧЕНКО,

*доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри соціальної роботи
Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради,*

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5682-7897>;

Владислав Валерійович МАРЧЕНКО,

льотчик-штурман в/ч А 1688,

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-1966-3360>

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЯК ПЕРЕДУМОВА ВІДНОВЛЕННЯ БОЄДАТНОСТІ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Військовослужбовці, які виконують завдання в особливих умовах бойових дій, переживають суттєві внутрішні навантаження, що можуть руйнувати звичне світосприйняття та поведінку, призводити до небезпечних

наслідків, розладів адаптації. Такий психічний стан військовослужбовця характеризується складними психофізіологічними розладами (погіршенням самопочуття, психосоматичними проявами), поведінковими змінами (різкою зміною мотивації діяльності, стратегії поведінки, погіршенням стосунків з оточуючими, родиною тощо), емоційними трансформаціями (невмотивованою агресією, збудливістю, підвищенням чутливості), погіршенням якості когнітивних процесів (трансформацією картини світу, наявністю ірраціональних, травматичних думок тощо). Ці особистісні зміни можуть призвести до негативних наслідків, знижуючи психологічну готовність особового складу до виконання бойових завдань [1].

Аналіз наслідків збройних конфліктів, що відбулися, засвідчив, що значна частка людських втрат відбувається вже після закінчення бойових дій внаслідок самогубств, внутрішніх конфліктів, пияцтва, наркоманії внаслідок так званого вторинного стресу. Нажаль, з цією проблемою прийдеться стикнутися в майбутньому й нашій країні після закінчення війни, бойових дій, повернення військовослужбовців з поля бою після тяжких поранень. І вже наразі необхідно зробити все можливе, щоб військовослужбовці, в яких спостерігаються ознаки бойових посттравматичних розладів, отримали належну психологічну «поствоєнну» реабілітацію.

Психологи зазначають, що реабілітація має важливе значення не тільки для самих військовослужбовців, але й для суспільства в цілому. Саме тому ефективне функціонування системи соціально-психологічної реабілітації захисників України є одним із пріоритетів соціальної політики держави.

Уточнимо сутність основних понять нашого дослідження. Так, психологічна реабілітація передбачає комплекс заходів, що здійснюються з метою збереження, відновлення або компенсації порушених психічних функцій, якостей, особистого та соціального статусу особи, сприяння психосоціальної адаптації до зміненої життєвої ситуації, осмислення досвіду, отриманого в екстремальній ситуації, та застосування його в житті.

Психологічне відновлення військовослужбовців – це комплекс заходів, що здійснюються в період прибуття військовослужбовців до пункту постійної дислокації військової частини після виконання завдань за призначенням із зони бойових дій. Підтримка системи психологічного відновлення передбачає розроблення єдиної затвердженої державної програми (на кшталт системи декомпресії у провідних країнах НАТО) надання комплексної допомоги діючим військовослужбовцям, демобілізованим бійцям та членам їх сімей, яка б містила весь цикл заходів з профілактики, лікування та реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій боездатність.

Необхідно розробити та відпрацювати алгоритм психологічного супроводу осіб, які пройшли реабілітацію в цивільному житті. Так, першим і обов'язковим елементом зазначеної роботи є соціально-психологічне діагностування, у процесі якого здійснюється психологічне обстеження всіх військовослужбовців щодо виявлення ознак посттравматичного стресового

розладу (ПТСР). За наслідками діагностування здійснюється сортування особового складу по категоріях залежно від ступеню психологічного розладу.

Завдання, форми (індивідуальна, групова), методи психологічного відновлення, допомоги, корекції також визначаються особливостями психотравмуючої ситуації, особистості військовослужбовця. За особистим досвідом (безпосередня участь в бойових діях, а також спілкування із військовослужбовцями, які мали бойовий досвід, перебували на ротачії) доцільно надавати психологічну допомогу та реабілітацію як у районі виконання завдань, так і в районах відновлення боєздатності або пунктах постійної дислокації [2, с. 10-11].

Як правило, суб'єктами психологічної реабілітації та відновлення є офіцери-психологи (психологи) військової частини, Для подолання нестачі професійно підготовлених військових психологів, фахових психотерапевтів, психіатрів паралельно із загальнодержавними заходами в системі психологічної реабілітації розгорнута діяльність зі створення мережі регіональних центрів психологічної реабілітації військовослужбовців Збройних Сил України [3, с. 86-90]. Психологи практикують також у медичних закладах (шпиталях), санаторіях. Для виконання завдань психологічного відновлення можуть залучатися психологи громадських (волонтерських) організацій. У разі необхідності та можливості створюється окрема група для проведення заходів психологічного відновлення, в тому числі позаштатна група психологічної підтримки повітряного командування.

Тож, військовослужбовці після бойових дій мають повернутися до служби в місцях постійної дислокації, а згодом й до мирного життя психічно повноцінними особами. Для цього, по-перше, кожному слід усвідомити, що ПТСР не є психічною хворобою, але природною реакцією особистості на тривале або шокове перевантаження. Нажаль, ПТСР може призвести до негативних, навіть фатальних наслідків, якщо своєчасно не звернути уваги на його прояви. Тому профілактика психологічних негараздів та психічних розладів, які зумовлені перебуванням у зоні бойових дій, має стати звичайною практикою для військовослужбовця ЗСУ, як в арміях країн – членів НАТО. Тому система психологічної реабілітації може стати запорукою відновлення бойової готовності ЗСУ та з іншого боку сприяти реадаптації до умов мирного життя.

Список бібліографічних посилань:

1. American Psychiatric Association. «Personality Disorders». Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth ed.), 2013.
2. Кудренко О. В., Жалюк С. М. Організація психологічного відновлення військовослужбовців. Науково-практична конференція Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Сучасна війна: гуманітарний аспект»: тези доповідей, 31 травня – 1 червня 2018 року. Харків: ХНУПС ім. І. Кожедуба. С. 10-12.
3. Зоркін Р. Ю., Платонов В. М. Реабілітація військовослужбовців АТО як сучасна складова відновлення боєздатності військ. Науково-практична конференція

Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Сучасна війна: гуманітарний аспект»: тези доповідей, 31 травня – 1 червня 2018 року. Харків: ХНУПС ім. І. Кожедуба. С. 86-90.

(Одержано 15.03.2023)

УДК: 159.9.019.4

Наталія Вікторівна ОНИЩЕНКО,

*доктор психологічних наук, професор
начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах
соціально-психологічного факультету Національного університету цивільного
захисту України
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6733-2745>*

ВІЙНА ЯК ВІТАЛЬНА ЗАГРОЗА: ВПЛИВ НА ОСОБИСТІТЬ

Війна та мир – це два різні полюси існування людини. Межа між ними – це те, що зазвичай ділить життя на «до» та «після». Війна – це про смерть. Війна – це про втрату. Війна – це про горе. Безумовно, горе у кожного своє, але війна, на наш погляд – це, перш за все, про колективну травму. Здається, що неможливо навіть уявити собі ту сферу життєдіяльності людини, якої не торкаються патогенні зміни в умовах війни. Найстрашніше, що психотравмуючого впливу зазнають не тільки сторони військового конфлікту, а і мирне, ні в чому не повинне, цивільне населення: діти, жінки, чоловіки, люди похилого віку.

Сьогодні українське суспільство, на превеликий жаль, на собі переживає всі жахіття війни. Сьогодні всі громадяни України відчувають один великий біль за свою країну, за свою долю, за своє майбутнє. І якщо в більшості існуючих на сьогодні сучасних дослідженнях фахівцями говориться про проблеми «виходу» людини з війни, то ми вважаємо, що на сьогодні не менш складною є проблема «входу» людини у війну. Війна – це пряма загроза існуванню, своєму життю і життю рідних та близьких. Це найважче випробування, яке супроводжується руйнуванням звичної картини світу, докорінною зміною системи цінностей та пріоритетів особистості, трансформацією світогляду та мислення людини. Війна несе за собою страх, горе та зламані долі людей. Саме ті, хто пережив жахіття війни, згадують її потім все своє життя як найстрашніше з усього, що можна тільки уявити.

Серед великого різноманіття психологічних досліджень впливу війни на психіку людини, окреме місце відведено питанням реакцій людини на трагічні події, катастрофи, надзвичайні ситуації і, зокрема, на війну. Розглядаються детермінанти переживань людиною психотравмуючої ситуації, вивчаються особливості ставлення людини до таких неоднозначних екзистенціальних категорій як «життя» та «смерть» [3-4]. Науковцями повсякчас робляться спроби описати стани та емоції дорослої людини, яка