

Сила Д.В., студент факультету № 2
Національної академії внутрішніх справ;
Чечко А.В., студент факультету № 2
Національної академії внутрішніх справ

ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ АТО ДО ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ В СУСПІЛЬСТВІ

*«Звійниніхто
неповертається таким,
яким туди пішов»*

Алі Апшероні

В умовах військових подій, що відбуваються в Україні, особливої гостроти набуває проблема психологічної допомоги в адаптації до життєдіяльності особам, які беруть участь в антитерористичній операції та повертаються до мирного життя, життя у родині, у суспільстві. Адже війна призводить не лише до величезних матеріальних і людських втрат, а й позначається на свідомості її учасників, психологічному стані, залишаючи відбиток у душах та долі людей. Після закінчення війни українське суспільство стане іншим.

На війні людина є свідком насильства і при цьому виступає активним його учасником, що стає джерелом її травматичних переживань. Зазначена проблематика завжди була предметом досліджень у психології, але особливої актуальності набула останні десятиліття. Психологи почали поглиблено вивчати негативні психологічні наслідки, що виникають унаслідок перебування людини у травматичних ситуаціях, зокрема, у воєнних конфліктах.

Діапазон впливу факторів війни на людську психіку надзвичайно широкий. Він охоплює різноманітний спектр психологічних явищ: від яскраво виражених, іноді патологічних форм, до зовні малопомітних, відкладених у часі реакцій. Людині нелегко звикнути до війни. Вона вимагає зміни колишніх стереотипів свідомості і поведінки, без якої просто не вижити в екстремальних умовах на межі життя і смерті. Але і повернутися до спокійного, мирного існування у суспільстві бійцю, який провів певний час на фронті, не менш

складно.Адже має пройти протилежний процес адаптації, перебудова психіки, яка протікає болісно і часом затягується на довгі роки.

Аналіз досвіду інших країн, зокрема, Абхазії, Афганістану, В'єтнаму, Чечні та ін., показує, що наслідки нинішніх подій в Україні будуть мати відлуння ще не одне десятиліття. Це буде залежати від ставлення суспільства до війни та її учасників, а також і від набутого фронтовиками досвіду, обумовленого специфікою збройного конфлікту.

Вивчення психологами тих, хто пройшов війну, показує, що їх життєвий досвід є жорстоким, складним та суперечливим. У мирному соціальному середовищі у бійців проявляються нездатність приймати норми та правила суспільства, небажання йти на компроміси, а іноді навіть спроби вирішити питання, яке їх турбує, звичними для них силовими методами. Це свідчить про набуту ними під час війни конфліктну позицію та фронтовий максималізм.

По поверненню з війни вони поводять себе незалежно по відношенню до керівництва і дуже вимогливо – по відношенню до підлеглих. У спілкуванні з рівними простежується непримиримість до фальші та лицемірства. Вони стають занадто прямолінійними. І таким чином вони виявляються для оточуючих «незручними людьми», що спричиняє їх відкинутість і, як наслідок, замикання у собі. При цьому слід відмітити, що учасники різних воєн характеризуються спорідненістю долі і душ.

Аналіз наслідків війни у В'єтнамі свідчить, що приблизно в однієї п'ятої всіх, хто перебував у зоні бойових дій, з'явилися симптоми посттравматичного стресового розладу. Вони виявилися дезадаптованими до мирного життя, що проявилось в алкоголізмі, наркоманії, професійних й соціальних конфліктах. Статистичні дані показують, що рівень розлучень серед тих, котрі пройшли крізь пекло війни, становить близько 90%. Число самогубств серед учасників в'єтнамської війни до 1975 року перевищило втричі число тих, хто загинув у самій війні. За твердженнями експертів, «донецький синдром» мало чим буде відрізнятися від «в'єтнамського».

Сьогодні, під час політичних та економічних негараздів, коли більшість населення з кожним днем все більше

зневірюється у владі, доречно звернутись до слів індійського політичного та громадського діяча Махатма Ганді, який казав: «Хочеш змінити світ - почни з себе». Кожен з нас може і мусить зробити хоча б крихітний внесок у те, щоб попередити страшні наслідки війни, які можуть чекати на нас у майбутньому, судячи із вищезазначеної аналогії.

Зокрема, ми, студенти Факультету №2 Національної академії внутрішніх справ, власними зусиллями та за підтримки керівництва, створили благодійний центр психологічної допомоги. Ми не можемо бути осторонь складної ситуації, яка склалася в Україні і стосується кожного з нас, бо це – суспільна травма. Ми повинні розуміти, що армія, яка воює, пропускає крізь себе велику кількість людей, яких після демобілізації виплескує в цивільне життя, вносячи у нього при цьому особливості мілітаризованої свідомості та суттєво впливаючи на подальший розвиток. Мета, якою ми керуємось, полягає в тому, щоб надати бійцям відчуття потрібності, довести немарність усього того, що вони пережили у зоні АТО та допомогти ресоціалізуватись у мирному житті.

Отже, на власному прикладі, ми прагнемо спонукати інших не бути байдужими та проявляти активність, для того щоб попередити невтішні прогнози, які можуть справдитися, бажаючи, таким чином, світлого майбутнього нашої державі.

Шелестинський В.А., курсант
навчально-наукового інституту № 1
Національної академії внутрішніх справ

ДЕБРИФІНГ ЯК ОДИН ІЗ ДІЄВИХ МЕТОДІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ АТО

За інформацією різних джерел, на сьогодні в збройному конфлікті на Сході України беруть участь близько 130 тис. українських солдатів, причому за останній час значно побільшало тих, хто повертається додому інвалідами не тільки у фізичному, а й у психологічному плані.

І саме тому існує необхідність соціально-психологічної підтримки при вирішенні цілої низки проблем, таких як: адаптація до нових умов соціального середовища, наявність