

в умовах АТО; в) перспективи самореалізації у подальшій службовій діяльності після повернення з зони бойових дій.

Для реалізації цього психологічна реабілітація зорієнтована на травми, з глибинним дослідженням травматичного матеріалу, аналізом інтрузивних проявів, роботою з униканням та відчуженістю, а надана допомога дає змогу постраждалому дистанціюватися від травми і возз'єднатися з сім'єю, друзями, суспільством і, головне, повернутися до своєї професії правоохоронця. Цьому сприятиме цілеспрямована корекція «Я-образа» з метою досягнення об'єктивності власної оцінки; реабілітація себе у власних очах і досягнення впевненості в собі; корекція системи цінностей та ставлення до інших; відновлення навичок рівноправного спілкування, у тому числі й у конфліктних ситуаціях службової діяльності; попередження ризику неадекватного способу життя і пригніченості.

Литвин В.В., науковий співробітник
наукової лабораторії з проблем
забезпечення публічної безпеки
і порядку ННІ № 3 НАВС

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ДЕМОБІЛІЗОВАНИХ УЧАСНИКІВ АТО

Триваючий збройний конфлікт на Сході України обумовлює посилення уваги до проблеми забезпечення психологічної допомоги особам, які беруть чи брали участь в антитерористичній операції (АТО) та їх сімей. Щоденно під час збройних конфліктів гинуть та отримують поранення особи, більшу половину з яких становлять бійці Національної гвардії України та добровольчих батальйонів.

На нашу думку, визначення основних напрямів механізму забезпечення психологічної допомоги бійцям АТО в Україні в період реального сьогоdnішнього збройного конфлікту має спиратися на бездоганий аналіз стану законодавства та інституційної системи, а також на рекомендації міжнародних спілок і організацій та фахівців у сфері надання психологічної

допомоги особам, які перебувають або перебували тривалий час в зоні ведення активних бойових дій.

На тлі небезпек, що виникають під час бойових дій, головні побоювання бійця викликає, насамперед, можливість загинути або дістати поранення чи контузію та значно вищою є загроза потрапити до числа потерпілих від «невидимих поранень» – психічних розладів у результаті дії на психіку воїнів так званих бойових стрес-факторів.

У всіх без виключення учасників АТО може розвиватися посттравматичний стресовий синдром (ПТСР), ознаками якого можуть бути:

- часте, повторне нагадування, увалення і переживання травматичних, стресових ситуацій;
- психопатологічні переживання;
- випадіння пам'яті про травмуючі події;
- високий рівень тривожності;
- уникнення або заціпеніння;
- надмірна пильність або надмірне нервове збудження;
- труднощі з концентрацією.

Розрізняють й поведінкові реакції демобілізованих військовослужбовців:

- надмірна пильність та нав'язливі думки про безпеку;
- труднощі з концентрацією уваги;
- лякання при гучних та різких звуках;
- уникання людей або місць, пов'язаних з травмуючою подією;
- надмірне вживання алкоголю, паління або вживання наркотиків;
- проблеми з виконанням звичних завдань удома або на роботі;
- зацікавленість до небезпечних видів спорту.

В основі психологічної реабілітації лежить вміння близьких та рідних допомогти адаптуватись бійцям до нормальних умов життя і вчасно виявити вище наведені ознаки ПТСР та зарадити цьому або ж, за відсутністю певних знань в тонкощах психологічної допомоги, звернутися до спеціаліста за консультацією.

Спеціаліст-психолог за допомогою вивчення реакції на стреса оцінки проявів симптоматики у демобілізованого

військовослужбовця чітко визначить психічний стан бійця та повідомить про ПТСР або інші психічні стани. Після визначення основних ознак ПТСР спеціалістобирає механізм допомоги з урахуванням інтересів людини та у разі необхідності залучає інших спеціалістів до реабілітації.

Реабілітація учасників АТО – процес який потребує кваліфікованих фахівців. На нашу думку, існує нагальна потреба в залученні тренерів-психологів, які на протязі довгого часу на практиці займалися реабілітацією осіб, які брали участь у збройних конфліктах.

У висновках потрібно підкреслити, що кожного дня із зони ведення бойових дій повертаються люди, які пережили багато стресових ситуацій і їхні психічні реакції на прості буденні речі, які трапляються в житті, можуть бути дещо деформовані. Значна кількість реабілітаційних центрів з досить не кваліфікованими спеціалістами не завжди забезпечує повне відновлення та пристосування до звичайного життя учасників АТО, а члени родини просто не в змозі справитись з тією кількістю проблем, які виникли в них з поверненням рідних з антитерористичної операції. Тому вбачаємо за правильне створити єдину систему кваліфікованих спеціалістів-психологів, з якиминеобхідно провести тренінгові навчання з вивченням ефективних реабілітаційних психологічних дій та які повернуться в свої регіони, де тренуватимуть соціальних працівників та осіб, які будуть безпосередньо контактувати з бійцями та членами їх сімей.

Деніжна С.О., доцент кафедри
пенітенціарної педагогіки та психології
Інституту кримінально-виконавчої служби,
кандидат педагогічних наук, доцент

ОПТИМІЗАЦІЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ УЧАСНИКІВ АТО

Екстремальні умови збройного конфлікту на сході України, в яких перебували учасники антитерористичної операції, безумовно, впливають на їх психічне здоров'я. У зв'язку з цим актуальним є розробка та впровадження системи профілактичних, корекційних та реабілітаційних заходів щодо оптимізації психічного стану в учасників бойових дій.