

Троцький Р.С., начальник кафедри тактичної підготовки військ факультету підготовки фахівців для НГУ НАВС

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА РЕСОЦІАЛІЗАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НГУ ПІСЛЯ ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВО-БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ У ЗОНІ ПРОВЕДЕННЯ АТО

Іноді психологічні травми можуть бути більші небезпечні, ніж травми фізичні – вони здатні нашкодити здоров'ю і життю самих солдатів, а також тих, хто їх оточує.

Багато бійців повернуться із зони АТО з величезним багажем психологічних переживань, зміною стилю поведінки, що безпосередньо пов'язано з бойовими рефлексами, які вони придбали в результаті небезпечних для життя ситуацій. Що ж тоді робити? Успішна психологічна реабілітація та ресоціалізація ґрунтується на трьох основних діях - спілкуванні, прийнятті ветерана таким, яким він є і допомозі фахівця. В.Е. Попов зазначає, що світосприйняття кожної людини, яка побачила війну, змінюється. Найчастіше воїн песимістично бачить все, що оточує його на нейтральній (мирній) території. Агресія та емоції на війні «зашкалюють»: здається, що там абсолютна свобода вираження почуттів. Чого не скажеш про рідні міста воїнів, де живуть пересічні українці, які не надто часто переймаються проблемами війни. Тут військовим доводиться знову вчитись радіти життю та володіти власними емоціями.

Як показує практика, за останні півроку до практикуючих психологів, які надають допомогу з реабілітації військових, звернулося близько 300 бійців НГУ із посттравматичним розладом (ПТСР). Його ще називають «в'єтнамський» чи «афганський» синдром або синдром Рембо. Це різновид тривожного психічного розладу, що виникає в результаті повторюваних психотравмуючих ситуацій, наприклад, військових дій або загрози смерті.

В.О Лесков зауважує, що військовослужбовці, які виконували службово-бойові завдання в районах військових конфліктів, часто скаржаться на нічні жахіття, надмірну агресію, роздратованість, запальність. Військові не виявляють бажання спілкуватись із тими друзями, з якими вони товаришували у

рідному місті, бо їм вже важко порозумітись після пережитого зі звичайними людьми. «Мирні друзі» часто ставлять некоректні питання військовим, не усвідомлюючи того, що цим самим вони принижують воїна. Наприклад, «Кого ти там захищав?» [1, с. 41].

Психологічна допомога є складовою частиною загальнодержавної системи реабілітації, що являє собою єдину систему взаємозалежних соціально-економічних, організаційних, медичних, соціальних, психологічних, педагогічних і інших заходів, спрямованих на попередження розвитку патологічних процесів, що призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, на ефективне й раннє повернення людини в суспільство й до суспільно корисної праці.

Психологічна допомога являє собою комплекс діагностичних, психокорекційних і психологічних (відновних) заходів, спрямованих на якнайшвидше відновлення оптимального психічного стану й соціальної життєдіяльності, підвищення рівня психологічної стійкості особистості.

За глибиною занурення, рівнем процесу надання психологічної допомоги розрізняють наступні види психологічної допомоги:

- безпосереднє консультування;
- психотерапія;
- психологічна корекція;
- психопрофілактика;
- психологічна реабілітація;
- психологічний розвиток або формування нових психічних операцій або психічних утворень.

Всі види й форми психологічної допомоги мають і загальні риси, і свої відмінності, характерні особливості. Але в них є загальна мета – допомога й підтримка особистості в процесі її становлення й розвитку, рятування людини від того, що заважає їй бути щасливою і гармонійною у навколишньому світі.

В Україні донедавна не було надто великої кількості військових психологів, проте за останні півроку, завдяки різноманітним спеціалізованим курсам, ініційованим провідними військовими фахівцями із зарубіжних країн, кількість таких спеціалістів значно зросла. Особливо це стосується таких міст як Київ, Дніпропетровськ, Харків. Спільнота «Життя після АТО (все для наших воїнів)» оприлюднила власноруч зібраний список

реабілітаційних установ, куди воїни АТО можуть звернутися із ПТСР або іншими скаргами на емоційне здоров'я. Люди, що повернулись з АТО, просто стали іншими. В певному сенсі вони переросли нас, їх відчуття ємності життя набагато глибше. І суть реабілітації - донести до них самих цю інформацію та навчити їх використовувати цей досвід як свою перевагу, замість сприймати його як ваду. Можливо потрібно перебрати закордонний досвід в тому, що демобілізованих відправляють одразу не додому, а на відпочинок, де з ними працюють, а тому учасники бойових дій можуть відновити не лише фізичні сили, а й духовні.

Як вказують А.А. Деркач, В.Г. Зазикін, виконання особою професійної діяльності в особливих умовах вимагає її не тільки особливої підготовки, але й проведення спеціальних соціально-психологічних заходів щодо подолання негативних наслідків такої діяльності за допомогою фахівців-психологів [2].

Ми вважаємо, що потрібно акцентувати увагу на особливість в роботі з тими, хто став учасником бойових дій. Є необхідність спершу надати комплексну психологічну підтримку, допомогти подолати посттравматичний синдром. Разом з учасниками тренінгів психологи детально повинні обговорити помилки, яких можна припуститися у спілкуванні з воїнами, які повернулись з зони проведення антитерористичної операції. Завершальним етапом тренінгу, необхідно надати детальні відповіді на запитання, з якими вони можуть або вже зіштовхнулися під час безпосередніх зустрічей з демобілізованими, які звернулися по допомогу. Потрібно завжди пам'ятати: людина, що пройшла війну, стала набагато більш сильнішою, мудрішою і досвідченішою. Він повернувся. Живий. Повернувся саме до вас. Все інше – труднощі, які можна пережити, якщо ви націлені на те, щоб прожити з людиною щасливе життя.

Список використаних джерел

1. Лесков В.О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах» / В.О Лесков. – Хмельницький, 2008. – 22 с.

2. Деркач А.А. Профессиональная деятельность в особых и экстремальных условиях (психолого-акмеологические основы) [Текст] / А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин. – М.: РАГС, 2008. – 156 с.