

станів, душевного комфорту); професійні (сприяння професійно-виробничій адаптації); соціальні (сприяння соціальній та соціально-побутовій адаптації).

Отже, необхідність створення системи комплексної реабілітації військовослужбовців, що беруть або брали участь у бойових діях, є незаперечною. Створення такої системи дозволить цілеспрямовано впроваджувати заходи щодо забезпечення збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я постраждалих осіб, здійснювати профілактику постстресових реакцій і станів, що, у свою чергу, сприятиме оптимальному відновленню порушених функцій постраждалого учасника АТО. Відтак, питання відновлення психічного здоров'я військовослужбовця потрібно розглядати на різних рівнях, а саме: державному, місцевому (на рівні військової частини чи іншої установи, де проходить службу особа) та на рівні самої особистості, яка проходить військову службу.

Остафійчук Т.В., доцент кафедри психології та педагогіки НАВС, кандидат психологічних наук, доцент

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ

На думку багатьох фахівців, кількість жителів України, які потребуватимуть психологічної реабілітації та соціальної адаптації через події останніх років досить значна. Це і учасники бойових дій, і члени родин учасників бойових дій, і вимушені переселенці і громадяни України, що мешкають на окупованих та прифронтових територіях [1].

Втім, бійці на нинішньому етапі військового конфлікту є найвразливішою і чи не найбільшійшою ланкою цілого ланцюга психологічних і соціальних проблем, спровокованих війною. За даними Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Міністерства оборони України, якщо у світі норма вразливих до психогенних травм бійців становить 25%, то серед учасників АТО психогенні втрати становлять майже 80%. Зокрема в низці досліджень зазначається, що постравматичні синдроми (ПТРС) становлять від 10% до 50% медичних наслідків усіх бойових

подій. Серед емоцій переважають гнів і дратівливість; почуття провини, сорому або самозвинувачення; почуття недовіри та зради, а також несправедливості долі; почуття безвиході; відчуття відчуженості [1]. На соціально-психологічну адаптацію, відновлення психічного здоров'я людини, яка отримала посттравматичний синдром під час бойових дій, знадобляться місяці, а то й роки.

В Україні впроваджується психологічна реабілітація учасників АТО, досвіду якої держава ще не мала. Проте в Україні практично немає кваліфікованих спеціалістів, які вміють працювати з даною проблемою. Про це заявив президент Асоціації психіатрів України Семен Глузман. «В Україні не готували фахівців – лікарів, психологів, педагогів до роботи з посттравматичних синдромів. Крім того, я дуже боюся психіатризації даної проблеми. Адже, як правило, люди з таким синдромом потребують психологічної підтримки, а не лікування в психіатричній лікарні або примусовому медикаментозному лікуванні психічних розладів» - зазначив Глузман [2].

В Україні вже є досвід запрошення фахівців (зокрема, генеральний директор Bodynamic Дітті Марчер (Данія), які працювали і з тими, хто був у «гарячих точках», і з тими, хто пережив сейозні стихійні лиха. Ними були проведені тренінги з психопрофілактики бойового шоку і подолання наслідків посттравматичного синдрому для бійців української армії та військових, які перебувають у зоні бойових дій. Під час тренінгів навчали самих учасників війни, як справлятися зі стресовими ситуаціями.

Основна ідея проведення таких тренінгів: зробити так, щоб самі ветерани зцілювали ветеранів, щоб вони помагали вийти із посттравматичного синдрому, оскільки найбільше ветерани довіряють тим, хто також пройшов війну, але пройшов програму й отримав інструменти, як допомагати собі та іншим людям, розуміючи їхні проблеми.

Військовий психолог, боєць добровольчого батальйону «Київщина» Андрій Козінчук зазначив, що цей тренінг є дуже важливим, оскільки зараз в Україні немає дієвої реабілітації для тих, хто пройшов війну. За його словами, в Україні діє модель реабілітації, коли «бійців зганяють у якийсь санаторій або лікарню» і вони «там тупо вживають алкоголь зранку до ночі».

«Зараз професійний психолог з двома освітими, з десятками сертифікатів більшість свого часу тратить на те, щоб встановити контакт з бійцем. Боець не сприймає цю особистість, бо для бійця більш сприятливим для сприйняття є той, хто був бійцем і пройшов тренінги», - вважає він [1].

Країні потрібні кілька тисяч фахівців для роботи з ветеранами Антитерористичної операції. Про це 14 вересня 2015 року, в ефірі «5 каналу» під час марафону «Україна понад усе» заявив психолог Сергій Чуднявцев. «Давайте спробуємо уявити, скільки хлопців зараз повертаються в фронт. Кожен з них хоча б один раз на тиждень мав би зустрічатися з професійним психологом. Тобто якщо ми зараз говоримо про тисячі людей, котрі повертаються, то відповідно потрібні як мінімум кілька тисяч фахівців, які готові працювати з ними», - пояснив він. Чуднявцев також розповів, що українським фахівцям бракує практичних знань у роботі з військовиками. Їм доводиться застосовувати знання із суміжних галузей.

У зв'язку з подіями на сході України актуальності набирають психологи, що працюють в АТО. В Україні немає загальної державної програми, яка б організовувала психологічну допомогу воїнам, що повертаються з АТО. При міноборони діє соціально-психологічний центр, своїх психологів мають місцеві управління ДСНС, однак основну частину роботи беруть на себе волонтери з таких об'єднань, як Психологічна кризова служба, що має кілька сотень психологів по всій Україні, чи Товариство ветеранів АТО.

Інша проблема, на яку волонтери можуть впливати лише частково, - це природний брак кваліфікованих військових психологів, які вміють працювати з посттравматичним синдромом. Про брак фахівців говорять і в волонтерських організаціях, і в міноборони, де створюють психологічну службу Збройних сил.

Військовий психолог від «цивільного» відрізняється тим, що він реально розуміє ситуацію, в яку потрапив боець, тому що він або сам бував у зоні бойових дій, або має достатньо досвіду роботи з солдатами.

Раніше невелику кількість військових психологів готували в Києві. Майже всі вони сьогодні працюють або в штабах, або в зоні АТО, і їх дуже бракує. Ці спеціалісти, деякі з яких мають

досвід Іраку, разом з запрошеними іноземними фахівцями тепер мають навчити цивільних психологів працювати в умовах війни.

Хоча психологи-волонтери працюють безкоштовно і, напевне, з ідейних мотивів, це ще не означає, що кожен з них може стати хорошим помічником для бійців, які прийшли з війни. Роботи дуже багато, і вона дуже виснажлива. Декого з солдатів відштовхує ще й те, що психологами в Україні переважно працюють жінки. За оцінками Психологічної кризової служби, їх у цій сфері близько 80%.

Ще одна перепона, яку доводиться долати психологам, – те, що деякі українці, особливо чоловіки, традиційно з підозрою ставляться до професії з коренем «псих», вбачаючи в психологах і психіатрах загрозу власній мужності. Щоб уникнути можливого відторгнення, психологи мають діяти дуже обережно. Найкраще, коли ветерана зведе з психологом його друг або родич, якому він довіряє.

Важливо реалізовувати програми психологічної підготовки військовослужбовців ще до того, як вони потрапляють у зону АТО. Потрібні також тренінги і для командирів, що допоможе зберегти бійцям не лише здоров'я, але й іноді життя. Методика роботи психологів з людьми має бути спрямована на те, щоб навчити їх самим долати свої проблеми.

На сьогоднішній день в Україні є велика кількість дипломованих фахівців-психіатрів, психологів, проте вони не можуть вирішити зазначені нагальні проблеми. Отже, сфера психологічної допомоги в Україні потребує суттєвих реформ та залучення держави до вирішення проблем кадрового потенціалу, тобто усунення недоліків кваліфікації в українських психологів, чіткої визначеності планів щодо підготовки та подальшого працевлаштування психологів різних профілів на основі потреб суспільства в сучасних умовах, залучення зарубіжних фахівців, співпраця з різними міжнародними організаціями, наприклад, ЮНІСЕФ, для надання ними допомоги у підготовці вітчизняних психологів тощо.

Список використаних джерел

1. <http://health.unian.ua/country/1045539-psihologichnoji-reabilitatsiji-cherez-viynu-v-ukrajini-potrebuvatimut-6-mln-osib.html>.

2. <http://health.unian.ua/country/991064-v-ukrajini-nemae-fahivtsiv-z-posttravmatischnih-sindromiv-gluzman.html>.

3. <http://www.5.ua/suspilstvo/Ekspert-Ukraini-potribni-kilkatysiach-psykhoholiv-dlia-roboty-iz-biitsiamy-ATO-93062.html>.

Крижна В.В., старший науковий співробітник наукової лабораторії з проблем кримінальної поліції ННІ № 1 НАВС, кандидат юридичних наук, старший науковий співробітник

ПРОФЕСІЙНА АДАПТАЦІЯ ЯК СКЛАДОВА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ АТО

У зв'язку з тимчасовою окупацією території Автономної Республіки Крим та проведення антитерористичної операції на Сході України, з 2014 року на вирішення військових конфліктів залучено численну кількість військовослужбовців Збройних Сил України та військових за призовом під час мобілізації.

Як і при інших військових операціях, спроби вирішення надзвичайної ситуації на сході країни призводять до психологічних травм військовослужбовців, які як наслідок можуть проявитися у розладах психічної діяльності, а також до неможливості соціалізуватися у мирному суспільстві при їх поверненні із зони проведення антитерористичної операції.

Більшість військовослужбовців психологічно нездатні самостійно повернутися в систему соціальних зв'язків і норм мирного життя, тому постає потреба в спеціалізованому наданні соціальної та психологічної допомоги. Така соціально-психологічна реабілітація, є різновидом психологічної допомоги, спрямованої на відновлення втрачених або порушених психічних можливостей і здоров'я військовослужбовців.

Учасник антитерористичної операції - військовослужбовці (резервісти, військовозобов'язані) та працівники Збройних Сил України, Національної гвардії України, Служби безпеки України, Служби зовнішньої розвідки України, Державної прикордонної служби України, особи рядового, начальницького складу, військовослужбовці, працівники Міністерства внутрішніх справ України, Управління державної охорони