

УДК 159.944.4-057.36

Романовська Л. І.

д. пед. наук, к.психол.наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки
Хмельницький національний університет

Василенко О. М.

к. пед. н., доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки,
Хмельницький національний університет

Романовський О. Р.

хірург-інтерн
Українська військово-медична академія

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЛІКАРІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Повномасштабне вторгнення в Україну держави-агресора зумовило у військовій галузі потребу в новій генерації медичних працівників з високим рівнем відповідності вимогам, що висувуються до їхньої професійної діяльності. Професія військового лікаря є однією з найбільш стресогенних, характеризується значною емоційністю, високим психічним і фізичним навантаженням, особливостями взаємодії з пацієнтами та колегами, схильністю до професійного вигорання.

Розвиток резильєнтності у військових лікарів в умовах війни в Україні є науково обґрунтованим та важливим завданням, оскільки вони стикаються з різними фізичними, психологічними та етичними викликами в умовах бойових дій. Резильєнтність в цьому контексті може визначатися як здатність військових лікарів адаптуватися до потенційно травмувальних подій та екстремальних ситуацій, протистояти стресорам, долати негаразди і труднощі професійної

діяльності, ефективно функціонувати й розвивати нові навички, зберігати фізичну та емоційну стійкість.

Дослідження проблеми розвитку резильєнтності фахівців в Україні почали проводитися досить недавно, але вони набувають все більшої актуальності і поширеності. Вітчизняні науковці А. Бойко, Ю. Бойко-Бузиль, М. Білінська, О. Корольчук, М. Кондратенко, М. Самусь, О. Суходоля, О. Резніков вивчають питання формування резильєнтності крізь призму розвитку стійкості людини в різних сферах її життєдіяльності.

В зарубіжних дослідженнях К. Best, N. Garmezy, A. Masten, L. Meredith, E. Werner резильєнтність розглядається як здатність людини підтримувати психологічну рівновагу під час потенційно небезпечних ситуацій.

Резильєнтність, на думку О. Кокун, є адаптивним динамічним процесом повернення до початкового психосоціального функціонування після певного періоду дезадаптивного функціонування внаслідок дезорганізуючої дії психотравмуючих факторів [2, с. 12].

Дослідники Н. Боярський, Ю. Єлфімова, Н. Макієнко, О. Черних вважають, що резильєнтність – це здатність людини впоратися зі складними життєвими обставинами та відновитися після труднощів чи стресу [3, с. 290].

До чинників резильєнтності К. Best, N. Garmezy, A. Masten відносять ознаки і навички, що описують здатність людини до адекватної адаптації, навіть за несприятливих або загрозливих обставин. Чинники резильєнтності мають свої поведінкові характеристики, що зумовлюють позитивну взаємодію людини з середовищем (товариськість, врівноваженість, самостійність, комунікативні навички та навички вирішення проблем) [4].

На думку E. Werner, формування резильєнтності базується на таких факторах, як: особистісні якості (позитивне ставлення до себе, стабільні параметри когнітивної та емоційної сфер); довірливі стосунки з оточуючими; соціальна підтримка [5].

В умовах війни в Україні праця військових лікарів є важкою й небезпечною, що спричиняє особливу соціальну ситуацію їх розвитку та

вимагає формування у них такої особистісної здатності як резильєнтність. Не зважаючи на страхи і переживання, військові лікарі знаходять у собі сили і надають весь спектр медичних послуг в надзвичайно складних умовах. Їхня робота є напруженою, емоційною, передбачає постійне зіткнення з реальністю війни та її жертвами, вимагає значної психологічної стійкості для того, щоб не втратити себе і зуміти допомогти іншим.

З огляду на це, вважаємо за необхідне розвивати основні ресурси резильєнтності військових лікарів: екзистенційні ресурси (здатність до самодистанціювання, свободи дій тощо); особистісні ресурси (самоконтроль, планування вирішення проблеми, позитивна самооцінка тощо).

Варто також виокремити наступні чинники, які, на нашу думку, можуть сприяти розвитку резильєнтності у військових лікарів в період війни в Україні: професійна підготовка (високоякісна сучасна професійна підготовка військових лікарів та формування у них навичок надання ефективної медичної допомоги в умовах бойових дій); підтримка команди (згуртованість допоможе військовим лікарям відчувати себе частиною колективу, що підтримає їх у складних ситуаціях); психологічна підтримка (забезпечення доступу до психологічної допомоги та консультування для військових лікарів, які можуть стикатися з травмувальними ситуаціями або стресом у зоні бойових дій); фізична готовність (тренування і підтримка хорошої фізичної форми допомагатиме військовим лікарям витримувати високий рівень фізичного навантаження під час професійної діяльності в умовах бойових дій); розробка планів та дій (вироблення власних стратегій для реагування на різні сценарії бойових дій та надання медичної допомоги в надзвичайних ситуаціях); адаптація до змін (військові лікарі повинні бути готові до непередбачуваних обставин і швидко адаптуватися до нових, часто екстремальних, умов); спілкування та підтримка сім'ї (надання можливостей для зв'язку з рідними та сім'єю, що може допомогти військовим лікарям зберігати психологічну стійкість); визнання професійних досягнень (відзначення та визнання внеску військових лікарів у медичне обслуговування воєнних дій може стимулювати їхню мотивацію та розвиток).

Зазначені нами чинники сприятимуть створенню науково обґрунтованої та системної стратегії розвитку резильєнтності військових лікарів у складних умовах бойових дій. Також військовим лікарям важливо враховувати зовнішні і внутрішні загрози та опиратися на дві складові: фізичну резильєнтність (здорове харчування, здоровий сон, регулярні фізичні вправи, відпочинок тощо) та психологічну резильєнтність (здатність протистояти страхам, прийняття речей, які неможливо змінити, турбота про власне здоров'я та самопочуття, пошук можливостей для зростання, гумор тощо) [1, с. 23-27].

Отже, розвиток резильєнтності військових лікарів вимагає систематичного підходу, який поєднує фізичну, психологічну та соціальну підтримку, а також посилену професійну підготовку. Резильєнтність допоможе військовим лікарям після пережитих травматичних подій професійної діяльності зберігати позитивну адаптивну поведінку, залишатися ефективними та стійкими в умовах війни й надавати необхідну допомогу пораненим та хворим воїнам, а також зумовлює подальший здоровий психологічний розвиток.

Список літератури

1. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Резильєнтність як чинник психічного здоров'я особистості. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : збірник матеріалів VII Всеукраїнської науковопрактичної конференції (28 жовтня 2022 р.). Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. С. 23-27.
2. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун та ін. Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 128 с.
3. Посібник з навчального курсу з молодіжної роботи, інформованої про травму, проєкт / Н. Боярський, Ю. Єлфімова, Н. Макієнко, О. Черних. Київ, 2022. 176 с.
4. Masten A. S., Best K. M., Garmezy N. Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and psychology*, 2006. 2 (4). P. 425-444.
5. Werner E. E. Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 1995. 4 (3). P. 81-85.