

Віктор Шкода

*здобувач бакалаврського рівня вищої освіти,
факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту,
Хмельницький національний університет*

Науковий керівник:

Олена ВАСИЛЕНКО

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки,
Хмельницький національний університет*

ПРОЦЕС ВІДНОВЛЕННЯ ВОЇНА ПІСЛЯ ПЕРЕБУВАННЯ В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ

Постановка проблеми. На жаль, досвід двох світових воєн та усіх інших у ХХ столітті й досі не змінив погляди на життя багатьох людей як на території Євразійського материка, так і за океаном. Війни все ще відбуваються, але десь вони більші за масштабом, а десь – менші. Зона бойових дій, постійні звуки вибухів, поранення та крики побратимів і цивільних, їх смерть – усе це впливає на нервову систему військовослужбовців, роблячи її малопередбачуваною та нестабільною. Чутливі відбитки у пам'яті на найменші тригери провокують небажану й неприйнятну поведінку воїнів, яка лякає оточуючих і закріплює за ними негативні стереотипи.

Вирішенням цих та інших питань мають займатись фахівці психологічної галузі, у компетентність яких входить різного роду психологічна допомога й підтримка, а також проведення освітньо-профілактичних заходів. Психологи навчають воїнів, як їм жити зі своїм страшним досвідом, а також навчають оточуючих, як жити та працювати з військовослужбовцями: взаємодіяти, спілкуватись, бути обережними, але водночас ефективними у справах.

Виклад основного матеріалу. Діяльність психологів з військовослужбовцями має свою специфіку, оскільки спеціалістам доводиться працювати не тільки з травмами воєнного характеру, але й з поверненням їх у течію повсякденного життя, сім'ю, побут, взаємодію з іншими цивільними, що передбачає формування навичок, необхідних для конструктивної співпраці в усіх сферах життєдіяльності. Такої думки притримуються, зокрема, З. Антонова, Н. Берегова, Є. Потапчук, Р. Попелюшко.

Також робота з воїнами передбачає певні правила взаємодії та спілкування з ними, серед яких основними є: правильність сприйняття статусу військовослужбовця, неприпустимість стигматизації пост-травматичних розладів (далі – ПТСР) та інших проблем, врахування їх духовно-психологічного потенціалу, надання їм знань та навчання навичок саморегуляції поведінки тощо [2].

Одним з основних положень щодо професійної компетентності фахівця-психолога є те, що він має працювати виключно з тими потребами, проблемами і запитамі, на яких спеціалізується. Психолог повинен розуміти межі своєї компетенції, за яких він має відправити клієнта до інших фахівців, у тому числі з психіатричної сфери, коли проблема клієнта не стосується його професійної компетентності. Однак не варто забувати й про те, що учасники бойових дій передусім потребують саме психологічної підтримки [3].

Авторка емоційно-фокусованої терапії С. Джонсон у своїй книзі про побудову кохання наполягає на тому, що між подружніми партнерами має бути здорова емоційна відкритість, яка допомагає військовослужбовцям та їх сім'ям краще розуміти одне одного і причини можливої закритості воїнів після споглядання травмуючих подій. Окрім того, партнери повинні мати змогу контактувати одне з одним не тільки для вирішення проблем воєнного характеру, але і для розв'язання будь-яких інших подружніх питань, що потребують

відвертої розмови, але, за відсутності знань, подружжя звикло це замовчувати і відчужуватись [1].

Висновки. Отже, розглянувши різні джерела та думки досвідчених спеціалістів щодо роботи з воїнами після повернення їх до цивільного життя можемо стверджувати, що ця робота передбачає певні умови і вимоги як до самих фахівців, так і до близького оточення воїна. Зокрема, вимоги ставляться не просто до фахівця, але й до його компетентності. Також в центрі уваги психологічної роботи є сім'я, яка є місцем найважливішої підтримки або ж найбільшого болю. Навіть «правильно» працюючи над власне травматичними спогадами, незакриті сімейні питання зведуть усі результати роботи психолога і воїна до нуля.

Список використаних джерел:

1. Джонсон С. Психологія кохання. 7 правил, що змінять стосунки на краще. пер. з англ. Кучменко В. Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2021. 352 с.

2. Гридковець Л. М., Климишин О. І. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник, Київ, 2018. Том 3. 236 с.

3. Психологічна допомога особам, які беруть участь в антитерористичній операції: матеріали міжвідомчої науково-практичної конференції (Київ, 30 березня 2016 р.). Ч. 2. Київ: Національна академія внутрішніх справ, 2016. С. 41-43.