

РІВНЕНСЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
УПРАВЛІННЯ З ПИТАНЬ ВЕТЕРАНСЬКОЇ ПОЛІТИКИ
РІВНЕНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПРИРОДНИЧИЙ ФАКУЛЬТЕТ

СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ
(В МЕЖАХ ФОРУМУ З
ПІДТРИМКИ ВЕТЕРАНІВ,
ВЕТЕРАНОК ТА ЧЛЕНІВ ЇХ
СІМЕЙ «РІВНЕНСЬКА
ЄДНІСТЬ»)

Рівне

27-28 лютого 2025



РІВНЕНСЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ
ГУМАНІТАРНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ



РІВНЕНСЬКА
ОБЛАСНА
ДЕРЖАВНА
АДМІНІСТРАЦІЯ



ПСИХОЛОГО-
ПРИРОДНИЧИЙ
ФАКУЛЬТЕТ
РДГУ

Соціально-психологічна реабілітація ветеранів. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, проведеної в межах Форуму з підтримки ветеранів, ветеранок та членів їх сімей «Рівненська єдність» 27-28 лютого 2025 року / Упорядники проф. Р. Павелків, проф. Н. Корчакова, проф. В. Безлюдна. Рівне, РДГУ, 132 с.

3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
4. Предко, В., & Предко, Д. (2022). Особливості психічного стану українців в умовах війни. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, (3(56)), С. 78-84.
5. Психологія поведінки на війні: практичний poradник. Навчальний посібник. колектив авторів; за заг. ред. В.І. Осьодла. К. : НУОУ, 2014. 125 с.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Л. Г. Царенко / За ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 2015. 207 с.
7. Психічне здоров'я в умовах війни: шляхи збереження та відновлення: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю) (м. Київ, 13 жовтня 2023 р.). Київ: НУБІП України, 2023. 87 с.
8. Содолевська В. Вплив війни на психічне здоров'я молоді: роль резилієнсу та психологічних інтервенцій. *Психосоматична медицина та загальна практика*. Том. 9 Вип. 3. 2024. С.1-14.
9. Слабкий Г., МIRONЮК В., ЧіРПАК В. Вплив війни з РФ на стан психічного здоров'я населення Закарпаття. *Матеріали 77-ої підсумкової наукової конференції професорсько-викладацького складу факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*. 27-28 лютого 2023 року. Ужгород, 2023. С. 74-77.
10. Титаренко Т. М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. *Проблеми політичної психології*. 2017. Т. 5. №. 19. С. 3-10.
11. Тюріна В., Солохіна Л. Вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. *Особистість, Суспільство, Війна*. Харків. 2022. С.116-121.
12. Чабан О.С., Хаустова О.О. Психосоматична медицина (аспекти діагностики та лікування). Видавництво ТОВ «ДСГ ЛТД». Київ. 2004. 96 с.
13. Hilman A. Yu. THE MENTAL HEALTH OF THE POPULATION IN THE WAR CONDITIONS: THEORY, PRACTICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE: Scientific monograph «Public health system in Ukraine and EU countries: realities, transformation, development vectors, perspectives». 1st ed. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2023. P. 310-336. <https://surl.li/vtzgsv>

Главінська Олена,

канд. психол. наук, доцент кафедри загальної психології психодіагностики та психотерапії

Рівненського державного гуманітарного університету(м. Рівне)

Главінська Еліна,

здобувачка ступеня PhD зі спеціальності 053 Психологія кафедри вікової та педагогічної психології

Рівненського державного гуманітарного університету (м. Рівне)

СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ВЕТЕРАНІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Вивчення проблеми значення психологічного відновлення та реабілітації ветеранів війни під час повномасштабного вторгнення вийшло на принципово новий рівень, оскільки саме військовослужбовці та ветерани переживають такі деструктивні психологічні стани як

посттравматичний стресовий розлад, який може розвиватися після травматичної події, безсоння, депресію, тривогу, апатію і тд.

Мета публікації - розкрити ефективні стратегії психологічного відновлення військовослужбовців та ветеранів, зокрема методи подолання посттравматичного стресового розладу (ПТСР), соціальної адаптації та зміцнення психоемоційного стану. Дослідити сучасні підходи до реабілітації, роль підтримки сім'ї та суспільства, а також досвід країн, які мають розвинені програми психологічної допомоги ветеранам.

Виклад основного матеріалу. Актуальність проблеми реабілітації та професійної психологічної допомоги військовим і ветеранам війни було досліджено у роботах В. Алещенко, В. Осьодло, Р. Радецької, А. Фельдмана, Р. Гартелла, Д. Тургуса, Р. Далівала, О. Вдовиченко.

Важкі травматичні обставини, зумовлені збройною агресією, стають все більш поширеними в сучасному світі, а особливо у нашій країні. Багато ветеранів, які брали участь у бойових діях, отримали сильний стрес, переживають посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та інші супутні психічні порушення, зокрема: депресія, тривожні стани, травматичний стрес, недовіра або ворожість/агресія по відношенню до інших, внутрішні конфлікти, суїцидальні нахили, складність соціальної адаптації тощо. Ефективне психологічне відновлення ветеранів потребує інтеграції медичних, психологічних та соціальних заходів, що забезпечить цілісну підтримку особистості [5, с.45].

На сьогодні запропоновано різні варіанти програм соціально-психологічної реабілітації та реабілітації учасників бойових дій на основі міжнародного досвіду. Вивчення практик психологічного відновлення ветеранів в Ізраїлі та інших країнах є корисним для створення ефективних програм та використання їх в Україні. Ізраїль має багаторічний досвід у вирішенні проблеми реабілітації ветеранів війни. У 1982 році військові психологи застосовували методологію (VISED) як комплексну допомогу військовим. Методологія «VISED» включала наступні принципи:

- принцип Валідації (Validation), який базується на прийнятті емоцій і досвіду ветеранів;
- принцип Інформування (Information) передбачає надання постраждалим конкретної та об'єктивної інформації про причинно-наслідковий зв'язок подій;
- принцип Підтримка (Support) ґрунтується на наданні емоційної та практичної підтримки постраждалим, яка є основою формування підтримуючої спільноти;
- принци Експресії (Expression) передбачає створення умов для вираження негативних емоцій та переживань військових, що є основою психологічного відновлення;
- принцип розробки (Development) спрямований на саморозвиток ветеранів та допомогу у пошуку ресурсів та стратегій подолання травматичного досвіду [3, с.145-146].

Аналіз наукових дослідження показує, що військовослужбовці, які були причетні до бойових дій, мають високий ризик виникнення ПТСР порівняно з цивільними особами. ПТСР, який характеризується симптомами вторгнення, уникненням соціальних контактів, змінами в когнітивній та емоційних сферах, нав'язливими спогадами (флешбеками), змінами в процесах збудження та гальмування. ПТСР є значущою проблемою для військовослужбовців, яка вимагає ретельного дослідження, профілактики, діагностики та лікування. Важливо надавати належну увагу психічному благополуччю ветеранів та вдосконалювати підходи для оптимізації їх підтримки та психологічної реабілітації [2, с.50].

Не зважаючи на те, що повністю запобігти виникненню ПТСР неможливо, існують певні підходи та методи щодо його профілактики. Вони передбачають інтенсивну підготовку людей до військової служби, оскільки це допомагає адаптуватися до специфічних умов та стресових ситуацій, з якими можуть зіштовхнутися майбутні військові. Психологічно-інформативна підготовка передбачає надання інформації та попередження щодо можливих травматичних подій та їх можливі наслідки. Моніторинг психічного стану кожного військовослужбовця забезпечує регулярний моніторинг психічного стану військовослужбовців шляхом проведення психологічних методик, тестів, бесід та

спостереження, дозволяє вчасно виявити можливі ознаки розвитку стресової реакції та запобігти негативним наслідкам. Стресове навчання військовослужбовців сприяє оволодінню стратегіями керування стресом, включно з релаксаційними техніками та стратегіями копінгу. Післядіяльністьна підтримка по закінченню військової служби передбачає обов'язкове надання підтримки ветеранам аби запобігти розвитку хронічного ПТСР і допомогти їм в адаптації до цивільного життя. Соціальна підтримка передбачає створення спеціальних реабілітаційних центрів для ветеранів (наприклад, центр психологічної допомоги військовослужбовцям «Атлант» у Рівному), в яких вони мають можливість спілкуватися з друзями, однодумцями, а також фахівцями (психологами, реабілітологами, соціальними працівниками та ін.). Все це допомагає знизити стресові реакції та сприяє їх психологічному відновленню. Залучення сім'ї, друзів та громадських організацій є ключовим фактором у процесі повернення ветеранів до мирного життя та подолання ізоляції [3; 4; 5].

Для лікування ПТСР використовуються численні психотерапевтичні втручання, які називають «золотим стандартом», а саме: терапія тривалого впливу; терапія когнітивної обробки; когнітивно-поведінкова терапія; поведінкова активація та терапевтичний вплив. Одним із ефективних методів нефармакологічного лікування ПТСР є когнітивно-поведінкова психотерапія. На практиці цей метод продемонстрував високу ефективність, оскільки він безпосередньо спрямований на подолання причин виникнення розладу. Як наслідок, цей метод було внесено до протоколів надання психологічної допомоги і зараз ним успішно користуються психологи у роботі з військовослужбовцями та ветеранами. Також ми хочемо зауважити, що важливим є перехід від очної до дистанційної психотерапії (наприклад, телетерапія, eHealth та відеоконференції) через часте небажання ветеранів взаємодіяти особисто, а також через відсутність умов для виїзду у людей, які проживають у віддалених і сільських місцевостях.

Окреме місце займає проблематика наявності фізичних травм, які ветерани отримали під час бойових дій, та проблема перебування в полоні, особливо в тих людей, які зазнали катувань чи різного виду насильства. Подібні тяжкі наслідки негативних обставин воєнного часу, з якими часто стикаються практичні психологи при наданні психологічної допомоги даній категорії громадян, вимагають від фахівців кваліфікованої професійної підготовки для роботи з людьми, котрі опинилися в подібних ситуаціях.

Висновки. Оскільки задача збереження психологічного здоров'я військовослужбовців та ветеранів бойових дій набула сьогодні надзвичайної актуальності, то гострою є потреба у розробці та вдосконаленні стратегій психологічної допомоги різним категоріям травмованих осіб – військовослужбовцям, ветеранам, членам їх сімей, які переживають руйнацію звичного життя, а також у підготовці кваліфікованих фахівців, які зможуть ефективно її надавати.

Список використаних джерел

1. Іваненко Л. М. Розвиток емоційного інтелекту у ветеранів бойових дій. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. №63. С. 123–130.
2. Денисенко М.М., Лакінський Р.В., Шестопалова Л.Ф., Лінський І.В. Основні клінічні варіанти постстресових розладів у комбатантів. *Український вісник психоневрології*. 2018. Т. 26. № 2 (95). С. 50–55.
3. Крамар Т.В. Світовий досвід реабілітації та адаптації військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом. *Вчені записки ТНУ імені В.І.Вернадського. Серія: Психологія*. Том 35 (74). № 4. 2024. С.141-146.
4. Петренко А. С. Ефективні методи психологічної реабілітації ветеранів війни: навчальні приклади та кращі практики. *Психологічний вісник*. 2018. Т. 12, №3. С. 78–89.
5. Сидоренко В. П. Професійна перепідготовка ветеранів: проблеми та перспективи. *Вісник Харківського національного педагогічного університету*. 2020. Вип. 45. С. 112–120.

ЗМІСТ

Августюк Марія, Демидюк Володимир Способи зменшення негативного впливу румінації в учасників бойових дій	3
Березюк Тетяна Соціально-психологічний супровід ветеранів війни та членів їх сімей	5
Вронська Вікторія Нові виклики в умовах війни: стратегії відновлення фізичного та ментального здоров'я вихованців	8
Галатюк Михайло. Спортивна діяльність як інструмент фізичної реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів	10
Галушко Любов, Амурова Яна Особистісна психокорекція військовослужбовця як передумова самозбереження ментального здоров'я	14
Галушко Олена Психологічна підтримка ментального здоров'я сімей учасників бойових дій	16
Герасимчук Оксана Особливості поглядів на психологічні теорії агресії	19
Гільман Анна Особливості психічного здоров'я осіб, постраждалих внаслідок війни	24
Главінська Олена, Главінська Еліна Стратегії психологічного відновлення військовослужбовців та ветеранів бойових дій	26
Гуцалюк Ігор Адаптивний спорт як інструмент відновлення ветеранів	29
Джеджера Ольга Досвід країн НАТО в роботі з ветеранами з ПТСР	31
Демчук Олена, Артемова Ольга Військові з інвалідністю: шляхи подолання комунікативних труднощів	34
Денищук Інна Психологічна підтримка дітей під час війни в умовах закладу освіти	36
Дружиніна Інна Особливості соціально-психологічної підтримки членів сімей військовослужбовців	39
Марциновський Віталій, Загоруйко Геннадій. Витоки та причини розвитку синдрому вигорання у бійців у зоні бойових зіткнень	41
Ivashkevych Eduard, Kharchenko Yevhen Individual style of the activity of militaries	43
Каплун Олег, Фількіна Тетяна Посилення резильєнтності поранених учасників бойових дій та ветеранів через медіаторів	46
Карповець Максим. Перформативні методики у реабілітаційній та корекційній практиці в умовах війни	48
Кравченко Оксана Роль закладів вищої освіти у розвитку ветеранського руху	50
Кулаков Руслан. Збереження психічного здоров'я військовослужбовців як соціально-психологічна проблема	52
Кулакова Лариса Особливості використання арттерапії у роботі з військовими і ветеранами	55
Лазоренко Борис Комплексне забезпечення психологічного особистості та спільноти в умовах війни	57
Луцик Галина. Особливості психологічної реабілітації після війни: гендерні аспекти	59
Лютко Оксана. Алгоритм взаємодії з людьми з психічними розладами	61
Матласевич Оксана, Котовська Юлія Роль екзистенційних аспектів у посттравматичному зростанні студентської молоді	63
Mykhalchuk Nataliia, Ivashkevych Ernest Teenagers' experience of the war situation in Ukraine	66

Мовчко Олег. ПТСР і нічні кошмари, як війна залишає відбиток у свідомості та несвідомому	68
Молочко Ярослав Нарцисичний симптомокомплекс як механізм подолання бойового стресу та психологічної травми	71
Нелюб Євген Активний туризм як засіб поліпшення психоемоційного стану ветеранів війни в Україні	74
Немеш Олена. Психологічна допомога ветеранам та їх родинам	76
Нечипорук Любов, Килюшик Тетяна Особливості надання соціальних послуг внутрішньо переміщеним особам в умовах воєнного стану	78
Ніколайчук Галина, Ногачевська Інна Відновлення ментального здоров'я ветеранів у процесі вивчення іноземних мов	81
Оксенюк Оксана Стратегії втручання у соціальній роботі з внутрішньо переміщеними особами (ВПО)	84
Остапчук Микола, Філоненко Руслана Забезпечення активної реабілітації ветеранів наданням підтримки у сфері освіти	87
Павелків Віталій Емоційна регуляція у ветеранів: виклики та шляхи подолання	89
Павелків Катерина Роль сім'ї та громади у процесі реінтеграції ветеранів у цивільне суспільство	91
Письменний Сергій Вплив психологічних травм партнерів на подружні стосунки викликаних війною	93
Пономаренко Вадим Гігієна сну як ключовий фактор відновлення здоров'я ветеранів	95
Петрук Людмила Особливості соціальної інтеграції та адаптації внутрішньо переміщених осіб в територіальних громадах	98
Пуха Наталія, Широких Анастасія Проблема стресу у підлітків під час війни	100
Савуляк Вікторія Християнське консультування як напрям психологічної допомоги	103
Ольга Созонюк Вплив воєнних дій в Україні на психічне здоров'я здобувачів вищої освіти	105
Стасюк Марія Захищеність психологічна як передумова конструктивного подолання особистістю стресової ситуації в умовах війни	107
Стеца Наталія Соціальна інтеграція дітей військовослужбовців: труднощі та перспективи	111
Супрун Віктор Психологічне благополуччя вагітних жінок в умовах війни: стратегії адаптації	113
Сяська Інна Стратегія соціальної реабілітації ветеранів та членів їх сімей в умовах війни в Україні	116
Тетеря Костянтин, Кротенко В. Теоретичні аспекти травматичного досвіду. Посттравматичний стресовий розлад і феномен посттравматичного зростання	119
Трохимчук Ірина Відновлення ментального здоров'я ветеранів засобами природи	122
Черноус Тетяна, Гордійчук Ірина, Баранович Софія Роль см'ї у подоланні наслідків материнської депривації та шкільної адаптації дітей в умовах війни	124
Чернієнко О. Відновлення фізичного здоров'я учасників бойових дій з вадами слуху	126
Юрчук Олена Особистісна резильєнтність як умова ефективності взаємодії психолога з учасниками бойових дій та ветеранами	128

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ.

**Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції,
проведеної в межах *Форуму з підтримки ветеранів, ветеранок та членів їх
сімей «Рівненська єдність»***

27-28 лютого 2025 року

Упорядники:
***проф. Р. Павелків, проф. Н. Корчакова,
проф. В. Безлюдна***

