

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.

2. Матвієнко О. Культура здоров'я та синдром психоемоційного «вигорання»: стратегія і тактика подолання / Матвієнко О., Пересадін М., Андросов Є. URL: <http://www.personal.in.ua/> (дата звернення: 21.02.2025).
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
4. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах. Навчально методичний посібник. Київ: Університетське видавництво ПУЛЬСАРИ, 2017. URL: <http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/11848/Bohdanov2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата звернення: 21.02.2025).
5. Психолог у НУШ: радісно та впевнено руш! Путівник психолога в Новій українській школі [Текст] / Заг. ред. Є.В. Афоніна, О.О. Заріцький, Н.В. Міщенко. Краматорськ : Витоки, 2018. 250 с.
6. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
7. Центр здоров'я і розвитку Коло сім'ї. Інформаційні ресурси по темі психологічної допомоги під час війни. URL: [https://k-s.org.ua/?fbclid=IwAR3XCeUkIQP\\_mqlBNxsXNHJufjCMizo-9cprvnu-itBu7SWQy2bJiGpACP9Kk](https://k-s.org.ua/?fbclid=IwAR3XCeUkIQP_mqlBNxsXNHJufjCMizo-9cprvnu-itBu7SWQy2bJiGpACP9Kk) (дата звернення: 17.02.2025).

*Дружиніна Інна*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*доцент кафедри загальної психології психологічної діагностики та психотерапії*

*Рівненського державного гуманітарного університету (м. Рівне)*

## **ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЧЛЕНІВ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

Вагомість сім'ї та родини в житті військовослужбовця як ефективного чинника психологічного впливу на його особистість під час виконання ним службових завдань є беззаперечною. Побудова гармонійних взаємин у сім'ї (дружина й діти), з коханою людиною та батьками є важливим психоемоційним та соціальним ресурсом, що впливає на відновлення військовослужбовців під час виконання ними їх призначення та в разі складних випробувань (фізична та психологічна травматизація). В останніх випадках шляхи їх ресоціалізації та реадaptaції безпосередньо пов'язані саме із залученням сімей військових в якості позитивного психологічного впливу на відновлення особистості і здоров'я загалом.

Нажаль, в сім'ях бійців може відбуватися безліч деструктивних процесів: виникає проблема «випалювання душі», й тоді залишається здатність тільки воювати, втрачаються людські мирні звички, такі як тепле спілкування з дружиною, слова вдячності і підтримки, здатність радіти спілкуванню із сім'єю та проведеному разом часу, прогулянки та ігри з дитиною, святкові традиції в колі усієї родини і батьків. Як наслідок – розлучення в сім'ї через неможливість перебування в сімейному колі.

**Мета** – аналіз сімейних проблем і напрямків соціально-психологічної підтримки, яку військовослужбовці та члени їхніх родин можуть отримати для розв'язання та запобігання цим проблемам на різних етапах виконання службових завдань.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Психологічна робота з сім'ями учасників бойових дій може містити в собі два аспекти: а) роботу з ними як з одним із найбільш важливих і значущих чинників психореабілітації та психологічної допомоги для осіб, що повернулися з війни; б) надання безпосередньої психологічної допомоги самим членам сімей військовослужбовців, що воювали [1].

Процес психологічного відновлення й позбавлення наслідків «синдрому бойових дій» повною мірою залежить не тільки від благополуччя військовослужбовця в таких сферах

життя, як «стабільність фінансових доходів, забезпеченість житлом, а й насамперед від гармонійних взаємин у сім'ї, підтримки близьких людей...» [1].

Також має виконуватися широке коло завдань щодо психологічної допомоги учасникам бойових дій, власне, крім нормалізації психічного стану, – відновлення порушених (утрачених) психічних функцій, гармонізація «Я-образу» ветеранів війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо). Важливим у вищезазначеному переліку, зробленому А. Мельник, є «надання допомоги в установленні конструктивних відносин з референтними особистостями і групами» [3], де власне родина військовослужбовця посідає перше місце. У разі потреби та відповідної можливості можуть залучатися представники громадських та волонтерських психологічних організацій та представники духовенства.

У ході проведення заходів з психологічного відновлення військовослужбовців після виконання завдань за призначенням (бойових дій) крім комплексного використання ресурсів органів військового управління має бути також інформування військовослужбовців та членів їх сімей про особливості адаптації до умов мирного життя, а також корекція сімейної ситуації, розроблення заходів, спрямованих на підтримку сім'ї в різних сферах її життєдіяльності.

У практичних доробках Є. Варлакової кваліфіковано показано правила щодо конструктивного спілкування близьких і друзів із військовослужбовцем після наслідків отриманої ним психотравми, а також надано конкретні рекомендації безпосередньо дружинам щодо свого поведіння з чоловіками після їх повернення з війни [2]. У попередніх дослідженнях з реабілітації військових зазначено про доцільність саме сімейних путівок до санаторно-лікувальних закладів. Перебування в санаторії військових разом із дружинами та дітьми є позитивним терапевтичним ресурсом для їхнього психологічного відновлення і своєрідною групою психологічної підтримки [4].

Психологічна допомога є важливою не лише для військовослужбовців, які повернулись із зони бойових дій, а і їх родинам. Її напрямки: 1. Індивідуальні консультації та терапія щодо подолання психічної/фізичної травми та її наслідків в учасників бойових дій. Консультації щодо адаптації до нових умов життя з такими військовим – для членів їх сімей. 2. Корекція та терапія нав'язливих станів, розладів сну, ПТСР. 3. Корекція та терапія психосоматичних розладів та сексуальних дисфункцій. 4. Психологічні тренінги та групи підтримки для сімей учасників бойових дій (батьків, шлюбних партнерів, дітей). 5. Психологічні тренінги та індивідуальні консультації для людей, які зазнали втрати близьких. 6. Психологічні тренінги та індивідуальні консультації для людей, які перебувають у складних життєвих обставинах. 7. Індивідуальні консультації та терапія проблем подружніх стосунків та сімейних дисгармоній. 8. Дитяча корекція (емоційні розлади, страхи, психічні травми, виникнення проблем у навчанні та спілкуванні).

Для того, щоб адаптація до мирного життя пройшла успішно, важливо дати бійцю зрозуміти, що члени сім'ї зацікавлені почути про його почуття та досвід; допомогти військовому висловити свої почуття словами, не сперечатися і не перебивати його; ділитися з військовими почуттями до нього; відвідати психолога; запропонувати бійцю поспілкуватися з іншими військовими, які теж можуть розповісти про власні відчуття.

Важливо працювати і з підвищенням рівня стресостійкості, що допоможе сім'ям військових краще впоратись з цими проблемами і ставати сильнішими. Що варто робити:

- Шукати підтримки в інших. Це можуть бути члени сім'ї, друзі або спеціалісти у галузі психічного здоров'я. Розмова з іншими про свій досвід зменшить почуття ізоляції. Будуть корисними групи самопомоги для людей, які опинилися в подібних ситуаціях.

- Практикувати усвідомленість. Вправи на усвідомленість, медитації, дихальні вправи допоможуть заспокоїти розум та зменшити почуття тривоги чи стресу.

- Дбати про себе. Фізичні вправи, здорове харчування та достатній сон сприяють покращенню фізичного та емоційного здоров'я.

- Шукати сенси. Пошук сенсу у важких ситуаціях є потужним інструментом підвищення стійкості. Пошук сенсів може включати в себе роздуми над уроками, витягнутими з травматичного досвіду, допомогу іншим, які пережили аналогічні проблеми, або пошук способів вшанувати пам'ять близької людини, що пішла з життя.

- Підвищувати стійкість дітей, яка може включати допомогу їм у розумінні та обробці своїх емоцій, надання їм почуття безпеки та захищеності, а також допомогу в розробці стратегій подолання труднощів.

**Висновки.** Важливим чинником психологічної допомоги військовослужбовцям є підтримка, розуміння і прийняття. І звісно має значення інформаційна соціально-психологічна робота з членами родини військовослужбовців перед та після їхнього повернення додому. Завдання психологів, окрім прямої допомоги ветеранам, також є надання інформації для членів їх сімей про ознаки бойового стресу, ПТСР та особливості правильного реагування на їх прояви. При потребі – надання якісної психологічної або психотерапевтичної допомоги членам сімей, які переживають складні випробування або втрати. Кваліфікована психологічна допомога та сприятливий психологічний клімат в родині допоможе військовим адаптуватись й вийти на вищий рівень особистісної ефективності.

#### Список використаних джерел

1. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г.Л. Соціальна адаптація військовослужбовців. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. Харків : Харківський університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, 2015. Вип. 2 (43). 212 с.
2. Варлакова Є.О. Роль і місце родин в адаптації та реабілітації учасників АТО. Психологічна допомога особам, які беруть участь в антитерористичній операції : матеріали Міжвідом. наук.-практ. конф. (Київ, 30 берез. 2016 р.) : у 2 ч. / ред. кол. : В.В. Черней, М.В. Костицький, О.І. Кудерміна та ін. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2016. 248 с.
3. Мельник А.П. Психологічна реабілітація військовослужбовців, що перебували в умовах бойових дій. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 4. С. 100–105.
4. Мозговий В.І. Реалізація концепції часткової психологічної реабілітації учасників АТО та членів їх сімей на базі санаторію «Остреч». Бочаровські читання : матеріали III Наук.-практ. конф. з міжнародною участю / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2016. С. 336.

**Марциновський Віталій**

*професор, завідувач кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії  
Рівненського державного гуманітарного університету*

**Загоруйко Геннадій,**

*професор кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії  
Рівненського державного гуманітарного університету*

#### ВИТОКИ ТА ПРИЧИНИ РОЗВИТКУ СИНДРОМУ ВИГОРАННЯ У БІЙЦІВ У ЗОНІ БОЙОВИХ ЗІТКНЕНЬ

Проблема професійного вигорання працівників різних галузей науки, техніки та виробництва набула актуальності в другій половині XX століття за кордоном, що було обумовлено у перш за все, суттєвим збільшенням навантаження та тривалості робочої доби до 10-12 годин [6]. Отож, північноамериканські і західноєвропейські суспільства, незважаючи на соціальні гарантії і високий рівень життя громадян, масово зіткнулися із явищами емоційної спустошеності, психоемоційного спаду, деперсоналізації, духовного виснаження [7]. В Україні проблема професійного вигорання військовослужбовців та

*Форум з підтримки ветеранів, ветеранок та членів їх сімей «Рівненська єдність», 27-28.02.2025р.*

## ЗМІСТ

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

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

---

---

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***

