

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.

Список використаних джерел

1. Колишкін О.В. Корекція рухових порушень дітей старшого шкільного віку з розладами слуху засобами адаптивного фізичного виховання, автореферат дис. на здобуття ступеня канд. пед.наук, спец. 13.00.03. «Корекційна педагогіка» Суми2004. Україна.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення. Том 2. Київ. 2008: Олімпійська література.
3. Методичні вказівки для організації самостійних занять студентів спеціальними фізичними вправами оздоровчої спрямованості (для студентів всіх форм навчання) / Н.А. Олійник, В.Б. Бочарова. Вінниця: ВНАУ, 2015. 82 с.
4. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник для студ. ВНЗ. Київ: Олімпійська література, 2010.
5. Спортивна медицина і фізична реабілітація: навч.посібник для мед. ВНЗ IV рівн. акредит. Рекомендовано МОЗ / Шаповалова В.А. 2008.
6. Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Є.М. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний посібник для викладачів і студентів. Ужгород. ДВНЗ «УжНУ», «Говерла»2015.
7. Чернієнко О.А., Сініцина О.В., Петрук Л.А. Залучення осіб з особливими потребами до занять фізичною культурою і спортом. VII всеукраїнська науково-практична конференція на базі Рівненського інституту «Україна», м.Рівне, 28 березня 2019 р. С.54-60

Юрчук Олена

здобувачка ступеня PhD (доктор філософії)

кафедра вікової та педагогічної психології

Рівненський державний гуманітарний університет

(м. Рівне)

<https://orcid.org/0009-0003-4238-4305>

ОСОБИСТІСНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК УМОВА ЕФЕКТИВНОСТІ ВЗАЄМОДІЇ ПСИХОЛОГА З УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВЕТЕРАНАМИ

Війна, що була нав'язана росією, стала каталізатором надзвичайного виปลеску патріотизму серед українців, готових захищати свою Батьківщину, родину та близьких. Тисячі українців, незалежно від віку та професії, політичних чи релігійних поглядів об'єдналися та добровільно стали на захист своєї країни. Але, війна – це не лише руйнування інфраструктури, але й серйозні фізичні поранення, які часто супроводжуються глибокими психологічними травмами. Ці травми можуть мати довготривалі наслідки, як для фізичного, так і для психічного здоров'я.

Американський професор психіатрії А. Shalev вичерпно описує визначення сукупних чинників бойової травми, як от: неминучі зміни в житті; численні втрати різних типів (зміна звичного укладу життя, безпеки, житла, роботи, соціального статусу, стабільності); невизначеність, непередбачуваність свого майбутнього та існування загалом; вплив смерті та руйнувань через візуальний контент, а також і особисту присутність як учасників бойових дій; вплив страждань; дефіциту продуктів та ліків [3].

Важливо розуміти, що бойова травма – це не лише проблема окремих осіб, але й суспільства в цілому. Тому необхідно забезпечити доступ до кваліфікованої психологічної допомоги для всіх, хто постраждав від війни.

В Україні, на жаль, через триваючу війну, дослідження бойової травми набуло особливої актуальності. Багато вітчизняних вчених та практикуючих психологів активно працюють у цій галузі, проводячи дослідження та надаючи допомогу постраждалим Форум з підтримки ветеранів, ветеранок та членів їх сімей «Рівненська єдність», 27-28.02.2025р.

(О.Блінов, В.Зливков, З.Кісарчук, В.Климчук, В.Кравченко, Н.Підбуцька, Н.Пов'якель, О.Романчук, Ю.Семенова, Т.Титаренко та ін.). Важливо зазначити, що у зв'язку з війною, українські психологи активно адаптують та розробляють нові методики для роботи з бойовою травмою, враховуючи специфіку сучасних подій.

Збройний конфлікт, безсумнівно, спричинив появу численних проблем як для учасників бойових дій, так і для психологів, які з ними працюють. На початку повномасштабного вторгнення психологи в Україні зіткнулися з низкою серйозних труднощів, які вимагали швидкої адаптації та пошуку нових підходів до роботи: неочікуваний масштаб травми (масова травматизація населення, величезне навантаження на фахівців); нестача досвіду роботи в умовах війни (відсутність досвіду роботи з бойовою травмою, кризовими станами та масовими психологічними травмами, потреба в швидкому навчанні й підвищенні кваліфікації); безпека та доступність (ускладнений доступ надання психологічної допомоги, особливо в зоні активних бойових дій та на окупованих територіях, особиста небезпека); інформаційне перевантаження та медіатравматизація (потік тривожних новин та травматичного контенту, потреба в стратегіях самопомоги та захисту від вторинної травматизації); етичні дилеми (конфіденційність, безпека та надання допомоги в кризових ситуаціях).

Незважаючи на ці труднощі, українські психологи проявили високий рівень професіоналізму та стійкості. Вони швидко адаптувалися до нових умов, розробили нові методи роботи та активно допомагали людям, які постраждали від війни. Робота психолога з ветеранами та учасниками бойових дій вимагає особистісної резильєнтності, яка є ключовим фактором їх ефективної взаємодії.

Значний внесок у дослідження резильєнтності психологів в Україні здійснили учені В.Бурцан, Л.Засекіна, О.Кокун, О.Креденцер, Г.Лазос, Д.Сергієнко, О.Чиханцова та ін., дослідження яких доводять важливість резильєнтності для збереження психологічного здоров'я фахівців, які надають допомогу постраждалим від воєнних дій.

В. McEwen зі співавторами підкреслюють, що *resilience* полягає в здатності організму пристосовуватися до змін у навколишньому середовищі та ефективно долати виклики, залишаючись у межах свого звичайного функціонального діапазону. Вони відзначають, що резильєнтність не лише забезпечує стабільність під час стресових ситуацій, але й сприяє підтримці гомеостазу та відновленню після зовнішніх впливів. Ця здатність дозволяє організму зберігати оптимальну ефективність навіть за умов значних навантажень[2]. Отже, резильєнтний психолог є більш ефективним у роботі з клієнтами, які пережили травму або зазнали з інших труднощів.

Ми визначаємо *резильєнтність психолога як індивідуальну здатність до динамічного процесу, що дозволяє не лише адаптуватися та відновитися після стресових або травматичних подій, а й вийти із них сильнішим.*

На нашу думку особистісна резильєнтність психолога проявляється у здатності:

1. *Витримувати емоційне навантаження.* Робота з ветеранами часто пов'язана з травматичними спогадами, сильними емоціями та складними життєвими ситуаціями. Резильєнтність допомагає психологу зберігати емоційну стабільність, запобігати вигоранню та зберігати високий рівень продуктивності.

2. *Підтримувати емпатію та співчуття.* Здатний співчувати, не занурюючись у травматичний досвід клієнта. Це дозволяє зберігати об'єктивність та ефективно допомагати.

3. *Адаптуватися до змін.* Робота з ветеранами вимагає гнучкості та здатності адаптуватися до різних ситуацій, швидко реагувати на зміни та знаходити ефективні рішення. Відкритий до нових ідей та підходів

4. *Зберігати віру в можливість відновлення.* Вірить у здатність ветеранів до відновлення та зростання. Ця віра передається клієнтам, надихаючи їх на подолання труднощів.

5. *Ефективно протистояти стресу.* Резильєнтність допомагає психологу ефективно справлятися зі стресом, зберігаючи ясність розуму та здатність до прийняття рішень. За твердженням С. Лукомської, психологи, які здатні управляти своїми емоціями і стресом,

можуть краще зосередитися на потребах клієнтів, бути ефективними у своїй роботі і не вигорати [1].

6. *Швидко відновлюватися після труднощів.* Повертається до нормального функціонування після пережитих травм або стресових подій. Вміє знаходити позитивні аспекти навіть у складних ситуаціях.

Підкреслимо, що окрім внутрішніх факторів, на особистісну резильєнтність впливають і зовнішні обставини, як от соціальна підтримка з боку сім'ї та друзів, соціально-економічні умови, минулий досвід подолання труднощів, а також рівень освіти та розвинені навички.

Отже, розвиток особистісної резильєнтності є важливим аспектом професійної підготовки психолога. Це його здатність ефективно справлятися зі стресом, викликами професії, труднощами та травматичними подіями, зберігаючи при цьому психологічне благополуччя та професійну ефективність, а також здатність надавати якісну допомогу клієнтам, у тому числі і учасникам бойових дій та ветеранам.

Резильєнтний психолог – це фахівець, який не лише допомагає іншим, а й піклується про своє власне психічне здоров'я та добробут.

Список використаних джерел

1. Лукомська С. О. Тренінг життєстійкості особистості. *Зб. мат. VIII міжнар. наук.-практ. конф. «Психологія людини: свідомість і реальність»*. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя. 2018. С. 147–150.
2. McEwen B. S., Bowles N. P., Gray J. D., Hill M. N., Hunter R. G., Karatsoreos I. N., et al. Mechanisms of stress in the brain. *Nature Neuroscience*. 2015. № 18. P. 1353–1363.
3. Shalev, A. Y., Yehuda, R. & McFarlane, A. C. (2004). *International Handbook of Human Response to Trauma* (Springer Series on Stress and Coping)

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***