

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.

Трохимчук Ірина,
кандидат пед. наук, доцент
кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії
Рівненського державного гуманітарного університету

ВІДНОВЛЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВЕТЕРАНІВ ЗАСОБАМИ ПРИРОДИ

Ментальне здоров'я є невід'ємною частиною щасливого життя. Це поняття є досить широким і поєднує різні аспекти. Згідно з визначенням ВООЗ, ментальним здоров'ям прийнято вважати стан щастя та добробуту, в якому людина має змогу реалізувати свої творчі здібності, може впевнено протистояти будь-яким життєвим стресам, а також продуктивно працювати та бути суспільно активною особистістю.

Мета повідомлення – відновлення ментального і психічного здоров'я військових. Ментальне здоров'я людини поєднує здоровий дух та психіку із соціальним складником. Стан ментального здоров'я є важливим для реалізації бажань, цілей, хорошого фізичного самопочуття. А з іншої сторони — психічне здоров'я кожного індивіда є важливим для суспільства в цілому.

Стан ментального здоров'я залежить від багатьох чинників: соціальних, екологічних та навіть економічних. Проблема ментального здоров'я є провідною для більшості країн світу, що було яскраво продемонстровано на Третньому саміті перших леді та джентльменів «Ментальне здоров'я: стійкість і вразливість майбутнього», ініційованому першою леді України Оленою Зеленською у вересні 2023 року в Києві [1].

Психічно здоровою може вважатися людина, яка розрізняє свої емоції, має змогу керувати ними та гармонійно функціонувати; здатна до спілкування та побудови стосунків з іншими; має бажання розвиватися та навчатися; оцінює себе позитивно; приймає власні виважені рішення; адекватно адаптується до нових умов життя; має змогу розв'язувати проблеми, які виникають.

Виклад основного матеріалу. На сьогодні психічні розлади становлять проблему і навіть загрозу, адже близько 14% усіх відомих захворювань стосуються власне ментальних проблем. Значна частина людей не визнає своїх труднощів або ж не має доступу до належного лікування.

Існує понад 200 класифікованих видів психічних захворювань. Найбільш розповсюдженими з них є тривожні і поведінкові розлади, гіперактивний розлад з дефіцитом уваги, порушення харчової поведінки, розлади спектру шизофренії, депресія, посттравматичний синдром, залежність від психоактивних речовин.

Психічне здоров'я людини може погіршуватися під дією генетичних чинників, наркотичних речовин, гормонального дисбалансу, індивідуальних характеристик людини (наприклад, схильності до депресій та песимізму), швидких соціальних та політичних змін (зокрема, внаслідок воєнних дій), соціальної дискримінації на фоні різних чинників: сексуальна орієнтація, расова приналежність, ВІЛ-позитивний статус, сексуального насильства, психологічного тиску, стресу та умов роботи.

Психічне здоров'я кожної людини значною мірою залежить від соціального оточення, сімейних стосунків, дитячого досвіду.

Участь у війні або життя на території, де йде війна, значно збільшує відсоток психічних розладів як серед військових, так і серед мирного населення. Спостерігають поширення посттравматичного стресового розладу, депресії, фобій. Якщо в період Першої світової війни та на початку Другої світової вчені вважали, що психотравматизації на полі бою зазнають тільки особи зі слабкою та нестійкою психікою, а психічна травма була синонімом боягузства, то бойова практика останніх років Другої світової істотно скорегувала ці погляди. Так, попри численні заходи з виявлення осіб з нестійкою психікою в процесі

психологічного відбору до військ у закордонних арміях, психологічні втрати мали тенденцію до зростання.

У багатьох військовослужбовців після першого перебування в зоні бойових дій можуть виявлятися симптоми депресії, тривоги або гострої реакції на бойовий стрес чи бойову травму, депресивні реакції, генералізований тривожний розлад. Багато з них потребують допомоги фахівців – психологів, психіатрів, психотерапевтів, оскільки мають більший ризик розвитку посттравматичного стресового розладу.

Встановлено, що від 20% до 40 % військовослужбовців потребують психологічної допомоги. Симптоми гострої травми виявляють у 60–80 % захисників, які були очевидцями загибелі побратимів чи мирного населення або бачили тіла померлих. Ризик появи симптомів порушення психіки стосується більш молодих військових, віком 18–24 років, у яких виявлено симптоми депресії або які мали проблеми з алкоголем. Симптоми посттравматичного стресового розладу розвиваються приблизно у 12–20 % вояків, які перенесли бойову травму, але не наважилися звернутися за психологічною допомогою через побоювання зневаги за прояви слабкості, боягузтва, загрозу військовій кар'єрі [2].

Стан психічного здоров'я військовослужбовців значно гірший, ніж серед решти населення – тривожні, великі депресивні розлади трапляються серед військових удвічі частіше проти цивільних. Військові більше вдаються до речовин, що змінюють психічний стан, зокрема зловживання алкоголем серед них трапляється у 2,3 рази частіше. Військові, які брали участь в активних бойових діях, майже в 7 разів частіше мають посттравматичні стресові розлади, набагато більше зловживають алкоголем та іншими речовинами, ніж решта військових.

Все вище викладене зумовлює необхідність пошуку ефективних та негайних методів психологічної реабілітації особистості, яка зазнала травми війни. На сьогоднішній день для забезпечення психологічної реабілітації, як правило, застосовують усі види психологічної допомоги: психодіагностику, психологічне консультування, психотренінги, психотерапію. При цьому уже традиційним є використання методів когнітивно-поведінкової терапії, арттерапії, гештальт-терапії, клієнт-центрованої терапії, психоаналізу, позитивної психотерапії.

Відносно новим методом психологічного впливу є використання тварин (собак, коней, бджіл, дельфінів) – анімалотерапії. Ефективність таких реабілітаційних заходів буде зростати за умови застосування природотерапії як методу та форми психологічної допомоги [5; 6 та ін.].

Терапія природою сприяє зменшенню стресу, емоційній стабілізації, стану агресії та тривожності, покращенню настрою, відновленню уваги, а також нормалізації фізіологічних показників. [5; 6 та ін.]

До такого впливу варто віднести взаємодію із тваринами, догляд за рослинами, виконання будь-яких виробів з природних матеріалів, а також використання елементів природи, які активно впливають на органи чуття людини: аромати, звуки природи, трав'яні чаї. Застосування засобів природи у психологічній допомозі може бути досить різноманітним і поєднуватися з вже традиційними методиками. Разом з тим, незважаючи на велику різноманітність можливостей їх використання, кінцевою метою такого впливу залишається відновлення ментального здоров'я людини через спілкування із природою.

Висновок. Отже, психологічна допомога ветеранам в реаліях сучасності спрямована на пошук нових методів психологічного впливу для відновлення ментального і психічного здоров'я та психоемоційної рівноваги.

Список використаних джерел

1. Третій саміт перших леді та джентльменів. Ментальне здоров'я: стійкість і вразливість майбутнього. URL: <https://kyivsummitflg.gov.ua/>
2. А. Фісунов Посттравматичний синдром: прихована загроза. Спільний проєкт «Українського тижня» і Школи журналістики та медіакommунікацій Українського Католицького Університету, 2022. С.32-33.

3. Інжиєвська Л. А. Ментальне здоров'я та його підтримка в умовах військових дій в Україні: електронний навчальний курс. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 31 с.
4. Центилю-Гіптенко О. Засоби природотерапії у корекції психічних станів особистості. Психічне здоров'я в умовах війни: шляхи збереження та відновлення: матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю) (м. Київ, 13 жовтня 2023 р.). Київ: НУБІП України, 2023. С.75-77.
5. Близнюк Є. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни. Київ: Градус. 39 с.
6. Потреби населення у послугах сфери психічного здоров'я та кращі практики надання послуг у розвинених країнах. Київ: Civitta, 2022. 45 с.
7. Карамушка Л. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 52 с.

Черноус Тетяна

доктор філософії зі спеціальності 053 Психологія,
старший викладач кафедри психології
Національного університету «Острозька академія» (м. Острозь)
<https://orcid.org/0000-0003-4719-8256>

Гордійчук Ірина

студентка 3-го курсу спеціальності «Психологія»
Національного університету «Острозька академія» (м. Острозь)

Баранович Софія

студентка 3-го курсу спеціальності «Психологія»
Національного університету «Острозька академія» (м. Острозь)

РОЛЬ СІМ'Ї У ПОДОЛАННІ НАСЛІДКІВ МАТЕРИНСЬКОЇ ДЕПРИВАЦІЇ ТА ШКІЛЬНІЙ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ

Сучасні трансформаційні процеси в українському суспільстві актуалізують проблему материнської депривації та її вплив на розвиток особистості дитини. Особливої гостроти ця проблема виникає у зв'язку з воєнними діями, що спричиняють нестабільність, невизначеність майбутнього та зростання рівня стресу й дистресу серед населення. Масштабні переміщення родини, втрата одного з батьків через бойові дії, вимушене розлучення дітей із близькими родичами значно підвищують ризик емоційної депривації та порушення формування прив'язаності. Війна ускладнює збільшення кількості неповних сімей, що впливає на психологічний стан дітей та їхню здатність до соціальної адаптації. Можливість збереження та підтримка здорового психологічного клімату в сім'ях на фоні щоденних ризиків, які загрожують життю та здоров'ю, є справжнім викликом сьогодення. В умовах хронічного стресу та емоційного визнавання особливого значення набуває роль сімейного виховання як компенсаторного механізму, здатного мінімізувати негативні наслідки депривації та забезпечити гармонійність. Материнська депривація характеризується недостатністю або відсутністю необхідного емоційного контакту дитини з матір'ю, що призводить до порушення формування прив'язаності та деструктивно впливає на емоційну, когнітивну та соціальну сфери.

Мета статті – визначення ролі сім'ї та впливу стилів батьківського спілкування на подолання наслідків материнської депривації та шкільну адаптацію дітей в умовах війни. Дослідження спрямоване на аналіз особливостей різних стилів комунікації між батьками та **Форум з підтримки ветеранів, ветеранок та членів їх сімей «Рівненська єдність»**, 27-28.02.2025р.

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***