

УДК 159.9:355.422

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.2.1>

СТРУКТУРА РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЛИ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ

Мельник Антоній Петрович,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної та клінічної психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки

Стаття присвячена теоретичному аналізу положень, пов'язаних з психологічною реабілітацією, медико-психологічною реабілітацією, професійно-психологічною реабілітацією, соціально-психологічною реабілітацією. Використаний досвід безпосередньої реабілітаційної роботи з військовими, даються рекомендації по оптимізації реабілітаційного процесу.

Ключові слова: психологічна реабілітація, медико-психологічна реабілітація, професійно-психологічна реабілітація, соціально-психологічна реабілітація, військовослужбовці.

Melnyk Antonii. Rehabilitation structure of military servants who were in hostilities

The article is a theoretical analysis of the provisions related to psychological rehabilitation, medical-psychological rehabilitation, professional-psychological rehabilitation, social-psychological rehabilitation. Used experience of direct rehabilitation work with the military, recommendations for optimization of the rehabilitation process are given.

Key words: psychological rehabilitation, medical-psychological rehabilitation, professional-psychological rehabilitation, social and psychological rehabilitation of servicemen.

Постановка проблеми. Психологічна реабілітація військово-службовців АТО – це діяльність, що здійснюється суб'єктами психологічної роботи (психологами, волонтерами і т.д.), спрямована на відновлення психічних функцій, особистісних властивостей і системи відносин особистості військовослужбовця, що дозволяє йому успішно вирішувати життєві завдання і функціонувати в мирному соціумі. Безпосередньо, психологічна реабілітація вирішує широке коло завдань психологічної допомоги учасникам АТО. До них відноситься в найпершу чергу: нормалізація психічного стану; відновлення порушених (втрачених) психічних функцій; гармонізація «Я-образу» ветеранів війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо); надання допомоги у встановленні конструктивних відносин з референтними [1].

Мета дослідження: визначення теоретичних положень, пов'язаних з процесом реабілітації військовослужбовців, що перебували в умовах АТО, зокрема: психологічна реабілітація; медико-психоло-

гічна реабілітація; професійно-психологічна реабілітація; соціально-психологічна реабілітація. Маючи досвід роботи з військовослужбовцями 51-ї ОМБР м. Володимир-Волинського, які повернулись на ротацію з АТО протягом 2014 – 15 років, були розроблені рекомендації по оптимізації такої роботи з військовослужбовцями даної категорії.

Результати дослідження: Психологічна реабілітація, безумовно, є різновид психологічної допомоги в тій частині, в якій вона націлюється на відновлення втрачених (порушених) психічних можливостей і здоров'я. Тобто її об'єктом є особи, які отримали бойову психічну травму, що проявляється гостро або відстрочена в часі.

Медико-психологічна реабілітація передбачає мобілізацію психологічних можливостей військовослужбовців у подоланні наслідків поранень, травм, інвалідизації, купірування больових відчуттів, психологічну підготовку постраждалих до хірургічних операцій та в післяопераційний період.

Професійно-психологічна реабілітація спрямовується на швидке відновлення

професійно-важливих якостей поранених, психотравмованих військовослужбовців та інвалідів військових дій, їх професійну переорієнтацію і перепідготовку, працевлаштування та професійну адаптацію, зняття втоми та відновлення фізичної працездатності.

Соціально-психологічна реабілітація орієнтується на створення навколо ветеранів бойових дій реабілітаційних умов соціального середовища. Паралельно з реалізацією принципу «безбар'єрної» архітектури в містобудуванні та транспорті (бордюри, перила, ліфти, тощо), – аналогічно має бути реалізований принцип «безбар'єрних» відносин для інвалідів у суспільстві.

Психологічна реабілітація вирішує надзвичайно широке коло завдань психологічної допомоги учасникам бойових дій, і в найпершу чергу таких, як нормалізація психічного стану, відновлення порушених (втрачених) психічних функцій, гармонізація «Я-образу» ветерана війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо), надання допомоги у встановленні конструктивних відносин з референтними особистостями і групами. Іншими словами, – за мету психологічної реабілітації ставиться відновлення психічного здоров'я та ефективної соціальної поведінки.

Багаторічний досвід інших держав показує, що психореабілітаційні заходи необхідно починати здійснювати вже в ході бойових дій (з військовослужбовцями, які надходять в медичні пункти та пункти психологічної допомоги та реабілітації), і тривають протягом певного часу в процесі мирного життя (згідно з існуючими уявленнями, комплекс реабілітаційних заходів, в т. ч. психологічної реабілітації здійснюється на госпітальному, санаторному та амбулаторно-поліклінічному етапах). Зміст цих етапів докладно прописано у відповідних документах, рекомендаціях, настановах.

Надзвичайно важливим методологічним моментом є встановлення видородових відносин поняття «психологічна реабілітація» з іншими спорідненими категоріями, і насамперед з такими, як «психологічна допомога» та «соціально-психологічна реадaptaція». На нашу

думку, під психологічною допомогою слід розуміти будь-яку цілеспрямовану активність людини, спрямовану на розширення психологічних можливостей іншої людини в його особистісному та соціальному функціонуванні. Діапазон форм психологічної допомоги гранично широкий і включає: просту співучасть, що породжує ефект фасилітації; повідомлення корисної інформації; психічне зараження; демонстрацію ефективних моделей поведінки; навчання; стимуляцію; консультування; психотерапію та ін.

Саме тому під соціально-психологічною реадaptaцією ми розуміємо процес організованого, поступового психологічного повернення учасників бойових дій з війни і безконфліктного, нетравмуючого «вбудовування» їх у систему соціальних зв'язків і відносин мирного часу.

Соціально-психологічна реадaptaція здійснюється з усіма учасниками бойових дій в цілях профілактики розвитку у них посттравматичних стресових розладів, дезадаптації, конфліктів з оточуючими. У процес соціально-психологічної реадaptaції психологічна реабілітація входить як складова частина, що стосується допомоги особам з симптомами психічних дисгармоній.

Розуміння сутності психологічної реабілітації передбачає виявлення її співвідношення з спорідненими видами діяльності. При цьому на кордоні взаємодії з цими видами реабілітації виникають області їх переплетення, взаємного проникнення, що дають можливість нам стверджувати про «медико-психологічну», «професійно-психологічну», «соціально-психологічну реабілітацію».

1. Медико-психологічна реабілітація передбачає мобілізацію психологічних можливостей військовослужбовців у подоланні наслідків поранень, травм, інвалідизації, купірування больових відчуттів, психологічну підготовку постраждалих до хірургічної операції та в післяопераційний період.

2. Професійно-психологічна реабілітація спрямовується на швидке відновлення професійно-важливих якостей поранених, психотравмованих військовослужбовців та інвалідів військових дій; їх професійну переорієнтацію і перепідготовку, працев-

лаштування та професійну адаптацію; зняття втоми і відновлення фізичної працездатності.

3. Соціально-психологічна реабілітація орієнтована на створення навколо учасників бойових дій реабілітаційних умов соціального середовища. Поряд з реалізацією принципу безбар'єрного архітектури в містобудуванні та транспорті (бордюри, апарели, ліфти тощо), – має бути реалізований принцип «без бар'єрних» відносин для інвалідів у суспільстві.

4. Власне, психологічна реабілітація, вирішує широке коло завдань психологічної допомоги учасникам бойових дій. І перш за все таких, як: нормалізація психічного стану; відновлення порушених (втрачених) психічних функцій; гармонізація «Я-образу» ветеранів війни зі сформованою соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо); надання допомоги у встановленні конструктивних відносин з референтними особистостями і групами та ін. Таким чином, по суті, за мету в психологічній реабілітації ставиться відновлення психічного здоров'я та ефективної соціальної поведінки. Однак, слід пам'ятати, що психореабілітаційні заходи можуть починати здійснюватися уже в ході бойових дій (з військовослужбовцями, які надходять в медичні пункти та пункти психологічної допомоги й реабілітації) і тривають протягом тривалого часу в процесі мирної життя (з особами, які страждають ПТСР).

Специфічними завданнями психологічної реабілітації, що проводиться в зоні бойових дій, є діагностика наявності, виду та рівня психічного розладу; евакуація військовослужбовців, яким потрібна госпіталізація для відновлення психічного здоров'я; відновлення порушених (втрачених) психічних функцій до рівня, що дозволяє виконувати бойові завдання; корекція самосвідомості, самооцінки, самопочуття і бойової мотивації у військовослужбовців, які отримали психічні розлади, фізичні каліцтва; надання допомоги військово-службовцям у їх підготовці до хірургічних операцій, в купіруванні больових відчуттів у поранених, швидке повернення психотравмованих військовослужбовців у бойовий склад підрозділів і т.д. [3].

В цілому, погоджуючись з їх переліком, ми хотіли б особливу увагу звернути на принцип превентивності. Його реалізація передбачає апріорне «закладання», «вбудовування» в систему життєдіяльності військових таких елементів, які б у разі необхідності автоматично спрацьовували б, попереджаючи розвиток психотравми. Намагаючись реалізувати цей принцип, керівництво армії США в 80-ті роки ввело в армійських підрозділах систему так званої «товариської взаємо-допомоги». [2] Суть її полягає в тому, що всі військово-службовці від рядового до генерала навчаються методам екстреної візуальної діагностики у військових надмірних емоційних переживань і надання їм психологічної підтримки. Як відомо, на сьогодні існує декілька самостійних моделей класифікації бойової психотравматизації: інформаційна, когнітивна, психофізіологічна, біохімічна, поведінкова. Останнім часом все більшою популярністю користується соціально-психологічна модель, відповідно до якої передбачається, що по суті будь-який бойовий стрес-фактор може бути успішно подоланий людиною, якщо вона отримує дієву соціальну підтримку.

Психологічна реабілітація в системі медичних заходів згідно з існуючими уявленнями, комплекс реабілітаційних заходів, в тому числі і психологічної реабілітації, здійснюється на госпітальному, санаторному та амбулаторно-поліклінічному етапах. Зміст цих етапів, на даний час, детально прописано у відповідних документах, рекомендаціях, настановах.

Логіка реабілітаційного підходу полягає в тому, щоб спочатку підготувати ветеранів бойових дій, інвалідів до активної психотерапевтичної співпраці шляхом зняття неактуальної напруги, агресії, недовіри, для вивчення їх психологічних особливостей та специфіки психологічних проблем. Дана робота передбачає ряд етапів, – де на першому етапі здійснюється навчання інвалідів методам психічної саморегуляції, проводяться психофізичні тренування по зняттю м'язових затисків, неспецифічної психічної напруги. Велике значення має трудотерапія, яку рекомендують з моменту іммобілізації пошкоджених кінцівок, яку необхідно розширювати і ускладнювати

з часом, надаючи трудовим процесам професійну спрямованість.

Важливо, щоб виконувана робота була осмисленою і корисною. Особливу ефективність трудотерапія має при пошкодженнях верхніх кінцівок. Тут хороший ефект може дати і арт-терапія (малювання, ліплення). Головну увагу слід приділити тому, щоб процес залучення пошкоджених кінцівок в трудовий процес відбувався поступово. Для інвалідів з ушкодженням нижніх кінцівок важливим реабілітаційним актом є дозована лікувальна ходьба (за каталкою, з милицями, з палицею та ін.) Ходьба збільшує можливості для розширення соціальних контактів, знімає відчуття «прикутості», «знерухомленості», безпорадності. [4] На другому етапі здійснюється вирішення психологічних проблем реабілітованих. Третій етап, як правило, спрямований на особистісне зростання, розвиток комунікативної компетентності та активності, формування «смаку» до соціальних контактів.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Досвід психореабілітаційні роботи, накопичений у Волинській області, зокрема в Ковельському центрі надання волонтерської допомоги 51 ОМБР, Луцькому центрі надання психологічної допомоги учасникам АТО та членам їх сімей, показує, що практично весь комплекс психореабілітаційних заходів з учасниками АТО може успішно здійснюватися на загальному тлі соціально-психологічних тренінгів, націлених на особис-

тісне зростання і розвиток комунікативної компетентності.

Дані тренінги орієнтуються на вирішення широкого кола психореабілітаційні завдань. Серед них найбільш важливими є наступні:

Пізнання учасниками своїх психологічних і особистісних особливостей, оцінка ефективності бажаних комунікативних стратегій, гармонізація особистості. Створення в учасників нової когнітивної моделі життєдіяльності, відновлення відчуття цінності власної особистості і здатності до ефективного існування в світі, зміцнення впевненості в своїх силах. Зниження у учасників бойових дій почуття ізольованості, розвиток почуття приналежності до групи і людській спільноті, психологічного комфорту. Формування в учасників тренінгу умінь і навичок побудови точного образу партнерів по спілкуванню, «калібрування» їх комунікативних стратегій; вдосконалення тактики комунікативного приєднання до партнера по спілкуванню; розвиток навичок управління процесом взаємодії у звичайних і конфліктних ситуаціях та оцінки ефективності комунікації.

Таким чином, в процесі вищезгаданих заходів з'являється місце як для розблокування системи психологічного захисту військово-службовців, так і для створення емоційно-підтримуючої атмосфери в групі, та для здійснення індивідуальної й групової психокорекції, навчання навичкам ефективного спілкування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2017.
2. Мартіна Мюллер Якщо ви пережили психотравмуючу подію. Львів : Свічадо, 2014, 120 с.
3. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Мельник А. П. та ін. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : кол. моногр. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 356 с.
4. Циганенко Г., Пяста Р. Путівник військовослужбовця та демобілізованого. Практичний посібник. Львів : Колесо, 2016. 64 с.

REFERENCES:

1. Kokun O. M., Ahayev N. A., Pischko I. O., Lozinska N. S., Ostaptschuk V. V. Psychologitschna robota z viyskovoslugbovcyami – utcasnikami ATO na etapi vidnovlennja : metoditchnij posibnik. – K. : NDZ GP ZSU, 2017.
2. Martina Myuller Yaksho wi peregili psyhotravmuyutshu podiyu. – Lviv : Svitshado, 2014. – 120 s.

3. Psihologitschna dopomoga utschasnikam ATO ta yich simyam. Kolektivna monografia / M. I. Muschkevitsch, R. P. Fedorenko, A. P. Melnik ta in. – Lutsk: Veza-Druk, 2016. – 356 s.
4. Ziganenko G., Pjasta R. Putivnik vijskovoslugbovcya ta demobilizovanogo. Praktytschnij posibnik. Lviv : Koleso, 2016. – 64 s.