

2. Інтелектуальні технології в медичній діагностиці, лікуванні та реабілітації: монографія / [С. В. Павлова, О.Г. Авруніна, С.М.Злепка, Є.В.Бодяньського та ін.]; за редакцією С.Павлова, О.Авруніна. – Вінниця: ПП «ТД «Едельвейс і К», 2019. –260 с.

3. Яворська Є. Б. Конструкція ендоскелета біокерованого протеза кисті руки / В.Г. Дозорський, О.Ф. Дозорська, Є.Б. Яворська // III Міжнародна науково-технічна конференція “Перспективи розвитку машинобудування та транспорту – 2023” (1-3.06.2023, м. Вінниця) : ел.збірник. – Вінниця : ВНТУ, 2023. – 3 с.
<https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/prmt/pmrt2023/paper/view/18336/15168>

УДК: 159.942.072:355.1–057.15

Козак О., асистент

Тернопільський національний університет імені Івана Пулюя, Україна

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ СІМ'ЯМ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Анотація. Збройна агресія проти України спричинила масове залучення громадян до участі у бойових діях. В тезах розглянуто психологічні труднощі, з якими стикаються члени родин ветеранів війни, та особливості надання їм психологічної підтримки. Окреслено основні напрями психокорекційної та психотерапевтичної роботи з родинами, підкреслено важливість системного, травма-орієнтованого та ресурсного підходів. Представлено аналіз актуальних досліджень і рекомендацій щодо організації фахової допомоги.

Ключові слова: ресурсний підхід, ветеран, психологічна підтримка

Kozak O., Assistant Lecturer

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

PECULIARITIES OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL SUPPORT TO FAMILIES OF WAR VETERANS IN UKRAINE

Abstract. The armed aggression against Ukraine has led to the mass involvement of citizens in combat operations. This paper explores the psychological challenges faced by the family members of war veterans and the peculiarities of providing them with psychological support. It outlines the main areas of psychocorrective and psychotherapeutic work with families, emphasizing the importance of systemic, trauma-informed, and resource-based approaches. An analysis of current research and recommendations for organizing professional assistance is presented.

Keywords: resource-based approach, veteran, psychological support.

Війна змінює не лише долі військовослужбовців, а й життя їхніх родин. Повернення ветеранів додому супроводжується значними психологічними трансформаціями в межах сімейної системи. Дослідження вказують, що сім'ї ветеранів часто стикаються зі стресом, емоційним виснаженням, порушенням комунікацій і ролей, а також розвитком симптомів вторинної травматизації [4].

Після повернення з війни військовослужбовці зіштовхуються з низкою психологічних труднощів, серед яких найпоширенішими є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривожність, депресія, агресивність та емоційна нестабільність. Ці прояви напряму впливають на емоційний клімат у родині, що робить сім'ю ветерана вразливою до конфліктів, дезадаптації та психологічного виснаження. Тому питання надання комплексної психологічної підтримки не лише ветеранам, а й їхнім родинам — стає соціально значущим і пріоритетним.

Повернення ветерана додому супроводжується адаптаційною кризою як для нього самого, так і для його сім'ї. Серед найпоширеніших проблем:

— зміна ролей у родині (ветеран може втратити відчуття контролю або, навпаки, бути надмірно авторитарним);

– замкненість або емоційна відстороненість ветерана, що викликає у партнерів почуття відкинутості;

– відсутність знань у членів родини про природу психологічних розладів ветерана.

Родини військовослужбовців переживають не лише безпосередні труднощі, пов'язані з розлукою, але й довготривалі психологічні наслідки після повернення бійців. Зокрема, фіксуються такі психологічні явища:

– посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) у ветерана, що впливає на всіх членів родини;

– зміна ролей у родині, що спричиняє конфлікти й дезадаптацію;

– психоемоційне вигорання у дружин/чоловіків ветеранів через постійну турботу;

– вторинна травматизація, особливо у дітей [2; 8].

Тому надання ефективної допомоги потребує цілісного підходу з урахуванням потреб кожного члена родини. Родина розглядається як єдина система, в якій кожна зміна впливає на всіх. Важливо залучати до консультацій не лише ветерана, а й близьке оточення. Це дає змогу нормалізувати комунікацію, зменшити напругу та налагодити нові механізми взаємодії [4].

Робота повинна будуватися з урахуванням принципів безпеки, емпатії та стабілізації. Психолог має враховувати можливу наявність травматичного досвіду у всіх членів родини, навіть у тих, хто не перебував у зоні бойових дій [3].

І надважливим і практично доведеним є ресурсний підхід. Психологічна підтримка має бути спрямована на пошук внутрішніх і зовнішніх ресурсів: сімейних традицій, релігійних або духовних переконань, підтримки громади тощо [5].

У роботі з родинами ветеранів доцільно використовувати:

– сімейну терапію – для відновлення стосунків і ролей;

– психоосвітні групи – для інформування родичів про ПТСР, способи взаємодії та самопомоги;

– індивідуальне консультування – для подолання особистісних криз;

– арт- і тілесно-орієнтовані техніки – для зниження рівня тривоги та емоційного напруження;

– групи взаємопідтримки для матерів, дружин, дітей – як простір безпеки і довіри [1; 3].

Надання психологічної допомоги сім'ям ветеранів війни потребує міждисциплінарного, системного й емпатійного підходу. У центрі роботи має бути не лише психотравма ветерана, а й глибокі трансформації, яких зазнає родина загалом. На сьогодні в Україні розвиваються програми, спрямовані на допомогу родинам ветеранів, зокрема в межах громадських ініціатив, благодійних організацій, муніципальних центрів підтримки ветеранів та діяльності психологічних служб при медичних установах. Однак існує потреба в розширенні системної підготовки фахівців до роботи саме з сім'ями, а також в інституційному визнанні їхніх потреб як пріоритетних у системі охорони психічного здоров'я.

Джерела та література

1. Бархатова І. С. Психологічна підтримка сімей військовослужбовців: досвід сучасних криз / І. С. Бархатова. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2022. 124 с.

2. Ващенко Л. І. Психічне здоров'я сімей військовослужбовців: клініко-психологічні аспекти / Л. І. Ващенко, А. І. Ковальчук // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2020. Вип. 2(12). С. 45–50.

3. Ісаєнко Л. В. Психологічна допомога ветеранам АТО та їхнім родинам / Л. В. Ісаєнко. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2020. 96 с.

4. Міністерство у справах ветеранів України. Програма психосоціальної підтримки родин ветеранів [Електронний ресурс] / Міністерство у справах ветеранів України. – 2023. – Режим доступу: <https://mva.gov.ua> – Назва з екрана.

5. Олійник Н. А. Особливості функціонування сім'ї після повернення учасника бойових дій / Н. А. Олійник // Соціальна робота в Україні. 2022. № 3. С. 45–51.

УДК: 159.942.6:355.48(477)

Кішук Л., доктор філософії

Національний університет оборони України, Україна

Новіков О., здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти

Національний університет «Острозька академія», Україна

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У КОНТЕКСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ

Анотація. У доповіді висвітлено концептуальні підходи до розуміння саморегуляції в умовах посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Наведено психологічні механізми саморегуляції військовослужбовців, які зазнають дезінтеграції внаслідок бойових травм. Проаналізовано актуальні підходи до психокорекції саморегуляторних функцій у військовослужбовців, які зазнали психотравмуючих подій, у контексті сучасної системи психосоціальної реабілітації в Україні.

Ключові слова: саморегуляція, ПТСР, бойова психотравма, психологічна адаптація, емоційна регуляція, самоконтроль, когнітивна дезінтеграція, метапізнання, психокорекція, реабілітація

Kishchuk L. PhD

National University of Defense of Ukraine, Ukraine

Novikov O., PhD student

National University «Ostroh Academy», Ukraine

CONCEPTUAL FEATURES OF SELF-REGULATION IN THE CONTEXT OF POST- TRAUMATIC STRESS DISORDER

Abstract. The report highlights conceptual approaches to understanding self-regulation in the context of post-traumatic stress disorder (PTSD). It presents psychological mechanisms of self-regulation of military personnel who experience disintegration as a result of combat injuries. Current approaches to psychocorrection of self-regulatory functions in military personnel who have experienced traumatic events are analyzed in the context of the modern system of psychosocial rehabilitation in Ukraine.

Keywords: self-regulation, PTSD, combat trauma, psychological adaptation, emotional regulation, self-control, cognitive disintegration, metacognition, psychocorrection, rehabilitation.

Посттравматичний стресовий розлад (далі ПТСР) є однією з найпоширеніших психотравматичних реакцій серед учасників бойових дій, особливо в умовах повномасштабної збройної агресії російської федерації (далі рф) проти України, особливо з лютого 2022 року. Згідно з даними Національного дослідницького центру гуманітарних проблем ЗС України [1], понад 30% військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, виявляють симптоми ПТСР, що супроводжуються порушеннями емоційної регуляції, імпульсивності, нав'язливими спогадами, зниженням рівня самоконтролю та загальної адаптації.

У науковій спільноті, термін саморегуляція розглядається як здатність суб'єкта самостійно ініціювати, підтримувати, коригувати та завершувати власну діяльність, контролюючи її відповідно до внутрішніх цілей та зовнішніх вимог [2]. У випадку ПТСР порушення саморегуляторних механізмів набувають характеру стійких когнітивно-емоційних деформацій: афективна нестабільність, гіперзбудження, уникання та зниження метакогнітивного контролю [3].