

2. Філатова О. А., Ломакін Г. І. Вікові та життєві кризи у колишніх учасників бойових дій та стратегії їх подолання. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія.* 2014. Вип. 48. С. 255–266.

*Отримано 27.02.2017*



УДК 364.048.4:355.23

**Олександр Сергійович КОЛЕСНІЧЕНКО,**

*начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності*

*Національної гвардії України науково-дослідного центру  
Національної академії Національної гвардії України (м. Харків),  
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник;*

**Яніна Володимирівна МАЦЕГОРА,**

*провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії  
морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності*

*Національної гвардії України науково-дослідного центру  
Національної академії Національної гвардії України (м. Харків),  
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник*

## **ПРОЕКТ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ**

*Представлено результати теоретичних (уточнення поняття, завдань, видів, функцій психологічної реабілітації) та власних емпіричних досліджень, проведених співробітниками науково-дослідної лабораторії психологічного супроводження службово-бойової діяльності військовослужбовців НГУ щодо проекту організації та проведення психологічної реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій.*

Виконання службово-бойових завдань в зоні проведення антитерористичної операції (далі АТО) військовослужбовці Національної гвардії України (далі НГУ) піддавалися впливу потужних стресогенних факторів і, безумовно, перебували в екстремальних умовах, які залишили в їх психіці гострі стресові розлади, посттравматичні стресові розлади та розлади адаптації (далі ГРС та ПТСР, РА).

Власні дослідження співробітників науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ показало, що військовослужбовці, які повернулися із зон військових конфліктів, володіють цілим рядом особистісних особливостей: порушення в області емоційної та пізнавальної сфер; порушення сну; повторювані нав'язливі спогади про події, пов'язані з перебуванням в зоні бойових дій; втрата навичок спілкування, наявність

агресивних тенденцій; висока конфліктність, недовірливість, не критичність, занепокоєння, песимізм, депресія.

Враховуючи вище зазначено співробітниками лабораторії при визначенні системи заходів психологічної реабілітації (далі ЗПР) військовослужбовців-учасників антитерористичної операції у системі медичної реабілітації на базі медичного реабілітаційного центру НГУ «Нові Санжари», за **метою** ставили визначити той комплекс психологічної роботи, який сприяє відновленню психічного здоров'я, відчуття психологічної безпеки та ефективної соціальної поведінки військовослужбовців.

***Завдання психологічної реабілітації:***

- 1) психокорекція порушення емоційної, особистісної та поведінкової сфери військовослужбовців;
- 2) оптимізація стану психічного здоров'я, відновлення стану психологічної безпеки, рівня якості життя з метою підвищення їх соціальної адаптації у родині, військовому колективі та суспільстві;
- 3) профілактика ранніх пограничних розладів психічного регістра (в тому числі проявів суїцидальної поведінки) у військовослужбовців;
- 4) навчання заходам саморегуляції (зняття напруги, тривоги, агресивності, контроль залежної поведінки, навчання засобам самомотивації);
- 5) формування конструктивних навиків соціальної взаємодії у суспільстві;
- 6) моніторинг стану військовослужбовців, які приймають участь в ЗПР;
- 7) мобілізація психологічних можливостей військовослужбовців у подоланні наслідків поранень, травм, інвалідизації, купірування больових відчуттів, психологічну підготовку постраждалих до операції та післяопераційний період.

***Види заходів психологічної реабілітації:***

1. Психодіагностика (моніторинг до та після медичної та ЗПР).
2. Психологічний лекторій.
3. Навчання засобам саморегуляції (контроль гніву, само мотивування тощо).
4. Тренінг відновлення психологічної безпеки особистості у військовослужбовців з ознаками ГСР та ПТСР.
5. Індивідуальні консультації, які проводяться одночасно незалежно від заходів основної програми психологічної реабілітації.

***Розподіл функцій.***

- 1) психолог-консультант – для індивідуальних консультацій та інших занять, які спрямовані на формування навиків саморегуляції та десенсибілізації, вступна лекція, діагностика; в тому числі і релаксаційні заходи кожного дня (крім тих, що йдуть в рамках тренерів).

2) психолог-тренер для проведення тренінгу відновлення психологічної безпеки особистості у військовослужбовців з ознаками ГСР та ПТСР.

3) сімейний психолог (групові та індивідуальні заняття).

4) сексолог / сексопатолог (групові та індивідуальні заняття).

***Календарний план заходів психологічної реабілітації***

| <b>День</b> | <b>Групова робота</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Індивідуальна робота</b>                                                             |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 день      | 1. Лекція (1 год.) на тему: «Наслідки психічної травматизації».<br>Мета – формування свідомої участі у психологічних заходах.<br>Надати загальне уявлення про види наслідків психічної травми, клінічній картині ГСР і ПТСР, можливість психокорекційного втручання.<br>Сприяти усвідомленню учасниками свого поточного стану, усунення ореолу винятковості наявних психологічних проблем, встановлення зв'язку між психогенними факторами, виникненням і збереженням симптомів ПТСР. Довести розклад роботи психолога-консультанта. Відповісти на питання.<br>2. Психологічна діагностика (1,5 години) (ПТСР, Кеттелл, ПБО, ОСАДА).<br>3. Релаксація, вправи на покращення засинання (вправа «Безпечне місце») (0,5 год.). | Індивідуальні консультації на загальні теми                                             |
| 2 день      | Тренінг відновлення ПБО у військовослужбовцями з ознаками ПТСР (3 години) (заняття № 1). Мета – знайомство, визначення індивідуальної ситуації розвитку, стану благополуччя.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Індивідуальні консультації на загальні теми                                             |
| 3 день      | 1. Групове заняття з саморегуляції – навчання способам подолання стресу та травми.<br>2. Освоєння методика Ключі Алієва.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Індивідуальні консультації на загальні теми                                             |
| 4 день      | 1. Групове заняття з сімейним психологом (2 год.).<br>Мета – покращення реадптації до родини після тривалої розлуки та формування мотивації звернення на консультації до сімейного психолога.<br>2. Освоєння засобів контролю гніву (0,5 год.).<br>3. Релаксація, вправи на покращення засинання, вправи методики Ключі (0,5 год.).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1. Індивідуальні консультації на загальні теми.<br>2. Консультації сімейного психолога. |

| День    | Групова робота                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Індивідуальна робота                                                                          |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 день  | 1. Групове заняття (лекція) сексолога / сексопатолога (2,5 год.).<br>Мета – визначення шляхів розв’язання типових сексуальних проблем військовослужбовців, які перебувають у стресі та після тривалої розлуки з подружжям та формування мотивації звернення до сексолога / сексопатолога.<br>2. Релаксація, вправи на покращення засинання, вправи методики Ключі (0,5 год.).   | 1. Індивідуальні консультації на загальні теми.<br>2. Консультації сексолога / сексопатолога. |
| 6 день  | Тренінг відновлення ПБО у військовослужбовців з ознаками ПТСР (3 години) (заняття № 2).<br>Мета – робота з ціннісно-смысловим блоком ПБО.                                                                                                                                                                                                                                       | Індивідуальні консультації на загальні теми                                                   |
| 7 день  | 1. Групове заняття з саморегуляції (2,5 год.) – робота з втратами.<br>2. Релаксація, вправи методики Ключі (0,5 годин).                                                                                                                                                                                                                                                         | Індивідуальні консультації на загальні теми                                                   |
| 8 день  | 1. Групове заняття з саморегуляції (2,5 год.) – робота з залежностями.<br>2. Релаксація, вправи методики Ключі (0,5 год.).                                                                                                                                                                                                                                                      | Індивідуальні консультації на загальні теми                                                   |
| 9 день  | Тренінг відновлення ПБО у військовослужбовцями з ознаками ПТСР (заняття № 3) (3 години). Мета – робота з мотиваційно-вольовим блоком ПБО.                                                                                                                                                                                                                                       | Індивідуальні консультації на загальні теми                                                   |
| 10 день | 1. Групове заняття з сімейним психологом (2,5 год.).<br>Мета – покращення реадaptaції до родини після тривалої розлуки та формування мотивації звернення на консультації до сімейного психолога.<br>2. Релаксація, вправи на покращення засинання, вправи методики Ключі (0,5 год.).                                                                                            | 1. Індивідуальні консультації на загальні теми<br>2. Консультації сімейного психолога         |
| 11 день | 1. Групове заняття (лекція) сексолога / сексопатолога (2,5 год.).<br>Мета – визначення шляхів розв’язання типових сексуальних проблем військовослужбовців, які перебувають у стресі та після тривалої розлуки з подружжям та для формування мотивації звернення до сексолога/сексопатолога.<br>2. Релаксація, вправи на покращення засинання, вправи методики Ключі (0,5 год.). | 1. Індивідуальні консультації на загальні теми<br>2. Консультації сексолога / сексопатолога   |
| 12 день | 1. Групове заняття з саморегуляції (2,5 год.) – навчання засобам самомотивування<br>2. Релаксація, вправи методики Ключі (0,5 годин)                                                                                                                                                                                                                                            | Індивідуальні консультації на загальні теми                                                   |

| День    | Групова робота                                                                                                                                                         | Індивідуальна робота                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 13 день | Тренінг відновлення ПБО у військовослужбовцями з ознаками ПТСР (заняття № 4) (3 години).<br>Мета – робота з морально-комунікативним блоком ПБО.                        | Індивідуальні консультації на загальні теми |
| 14 день | 1. Тренінг ПБО (2 год.).<br>2. Заключне заняття № 5 (групове малювання майбутніх життєвих шляхів)<br>2. Психологічна діагностика (1 год.) (Методика ПТСР, ПБО, ОСАДА). | Індивідуальні консультації на загальні теми |

Таким чином, запропонована система заходів психологічної реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій з урахуванням ступеня вираженості ознак психічних порушень і розладів (ГСР та ПТСР, РА та ін.) передбачає як сумісне, так і диференційоване застосування методів і способів психокорекційної та психопрофілактичної роботи, психотерапевтичного впливу.

*Отримано 02.02.2017*



УДК 159.9

**Юрій Миколайович ШИРОБОКОВ,**

*докторант кафедри психології та педагогіки*

*Харківського національного університету Повітряних Сил  
імені Івана Кожедуба,*

*кандидат психологічних наук, доцент*

## **НЕГАТИВНІ ПСИХОЕМОЦІЙНІ СТАНИ У ВІЙСЬКОВОПОЛОНЕНИХ В УМОВАХ ПРОВЕДЕННЯ АТО**

*Досліджено негативні психоемоційні стани у військовополонених в умовах проведення антитерористичної операції. Експериментально визначено негативні зміни у психіці військовослужбовців залежно від умов утримання полонених.*

Досліджуючи проблему переживання негативних психоемоційних станів у представників правоохоронних органів С. С. Макаренко та Н. М. Калька відмічають, що під їх впливом можлива перебудова і зміна відносно стійких рис особистості [1]. Такі зміни, у психіці військовослужбовців, які пережили ситуацію військового полону в умовах проведення антитерористичної операції на сході нашої держави, ускладнюють надання їм психологічної допомоги після повернення до