

Шинкарьова Л. В.,

аспірантка

Київського університету імені Бориса Грінченка

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА РОЛЬ СІМ'Ї У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДТРИМЦІ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Анотація. У статті розглянуто роль психологічної підтримки сім'ї у контексті адаптації учасника бойових дій до умов цивільного життя після виконання бойового завдання. Визначено, що функції сім'ї виступають значним ресурсом для бійця як на фізичному, так і психологічному рівнях. Особливо значна роль в адаптації та підтримці військовослужбовця належить його дружині, яка може розділити відповідальність з чоловіком, дати йому час для адаптації, підтримати та пояснити стан, реакції бійця іншим членам родини. Описано основні рекомендації для рідних військовослужбовця на момент його повернення додому.

Ключові слова: психологічна підтримка, учасник бойових дій, сім'я, функції сім'ї, дружина учасника бойових дій.

Shynkarova L. The psychotherapeutic role of the family for combatants

Summary. The article considers the role of psychological support of the family in the context of the adaptation of a combatant to the conditions of civilian life after the execution combat mission. It was determined that family functions are a significant resource for a fighter on both physical and psychological levels. The wife is expected to play a significant role in the adaptation and support of the serviceman. She can share responsibility with her husband, give him time to adapt, support, and explain the soldier's condition and reactions to other family members. Described basic recommendations for relatives of a serviceman at the time of his coming back home.

Key words: psychological support, combatant, family, family functions, the wife of a combatant.

Повномасштабне вторгнення РФ в Україну збільшило кількість учасників бойових дій та занурило країну в ситуацію війни. За даними Міністерства у справах ветеранів України, станом на 12 вересня 2022 року в Україні налічується майже 500 тисяч учасників бойових дій. Відповідно, великий обсяг роботи, пов'язаної з кризовим консультуванням, емоційною та психологічною допомогою, покладений

на психологічні служби, які надають підтримку як військовослужбовцям, так і їх рідним. Тому актуальним для сьогодення є питання емоційної та психологічної підтримки учасників бойових дій та їх родин.

Тема психологічної підтримки сім'єю бійця по завершенню бойового завдання в українському психологічному просторі нова, проте актуальна. Зокрема, питання адаптації військового і роль його сім'ї описане у працях В. Маслюка, О. Орловської, Н. Тарабріної. Тему порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців та їх взаємодії з рідними досліджували М. Маркова та Г. Росінський. Н. Умеренкова присвятила свої роботи розкриттю теми психологічних особливостей комунікативної поведінки дружин у сім'ях комбатантів. З огляду на нові обставини в країні дана тема потребує подальшого дослідження та розробки ефективних стратегій підтримки учасників бойових дій та їх рідних.

Часто військовослужбовці не звертаються самостійно за допомогою, тому велика роль в їх емоційній підтримці належить саме сім'я та іншим бійцям, що мають досвід бойових дій. Сім'я є малою соціальною групою, яка допомагає організувати спільний побут, заснована на подружньому союзі та родинних зв'язках. Саме сім'я є підґрунтям для економічного, духовного та соціального розвитку суспільства [4; 5].

Однією з проблем країн, в яких відбуваються бойові дії, є порушення шлюбних зв'язків та високий рівень розлучень. Учасники бойових дій мають психологічні наслідки у результаті проживання травматичних подій, які можуть впливати як на них, так і на їх рідних, зокрема, дружин. За даними Науково-дослідницького центру гуманітарних проблем Збройних Сил України, 80 % військовослужбовців, що були учасниками АТО, мали психологічні травми на момент демобілізації. Водночас, саме у 2015-2016 роках 80 % розлучень, зафіксованих в Україні, були в сім'ях демобілізованих бійців [1; 2].

Після повернення військовослужбовця додому, у нього може скластися думка, що рідні та знайомі не розуміють його та не зможуть прийняти його минулий досвід. Виникає бажання віддалитися від рідних та продовжити спілкування з військовими, знову повернутися до виконання бойового завдання. В такій ситуації саме родина відіграє важливу роль в адаптації бійця до цивільного життя.

Попереду на Україну чекає повернення великої кількості бійців з фронту до цивільного життя. Відповідно розпочнеться процес сімейної адаптації, коли члени сім'ї учасника бойових дій почнуть пристосовуватись до нових умов існування після завершення виконання військової діяльності бійцем [3]. Важливим є завдання якісної психоедукації рідних військовослужбовця щодо станів та реакцій, які

можуть проявлятися у нього, адже нерозуміння особливостей реакцій бійця, його поведінки можуть призводити до конфліктів та відчуття непотрібності чоловіка в сім'ї. Після повернення з фронту для бійця важливими є прийняття, підтримка.

Сім'я може мати різні функції, які безпосередньо направлені на задоволення потреб її членів. Сімейні функції реалізуються через рольовий розподіл та виконуються в процесі взаємодії членів сім'ї [5]. Зокрема, О. Столярчук, говорячи про сімейні функції, виокремлює традиційні: господарсько-економічна, репродуктивна, сексуальна, освітньо-виховна, рекреативна (пов'язана з організацію відпочинку, дозволя сім'ї, відновлення здоров'я), комунікативна, регенеративна (що передбачає успадкування соціального становища, статусу або майна). Також в сучасній сім'ї дослідниця виокремлює психотерапевтичну функцію, що має в собі визнання одне одного, турботу та підтримку, допомогу в самореалізації та особистісному розвитку [4].

Таким чином, бачимо різні функції сім'ї, що можуть забезпечити підтримку бійця на різних рівнях життєдіяльності. Зокрема, організація спільного побуту, турбота про забезпечення базових потреб, допомога в ресоціалізації до цивільного життя. І саме сім'я може забезпечити потребу в любові та прийнятті бійця, що також є важливим при поверненні з фронту.

Велику роль в адаптації військовослужбовця відіграє саме дружина, адже вона першою помічає зміни чоловіка, які можуть проявлятися як на фізичному, так і на емоційному та ціннісному рівнях. Дружина виконує функцію провідника між бійцем та оточенням: батьками, дітьми, сусідами, колегами та друзями. Тривалий час після повернення чоловіка жінка може продовжувати самостійно приймати рішення, тим самим, дати час для відновлення та поступового занурення військового в цивільне життя. Водночас перерозподіл сімейних ролей, з опорою на ті задачі до яких боєць готовий долучитися, пришвидшує процес адаптації та відчуття своєї необхідності для сім'ї.

О. Орловська розробила рекомендації для сімей учасників бойових дій для більш ефективного процесу адаптації після повернення з фронту. Дослідниця говорить про необхідність прийняття змін військовослужбовця, можливість переоцінки його системи цінностей. Також зазначає, що за період участі в бойових діях могли сформуватися нові «правила життя», які необхідно обговорити при поверненні додому. Важливо, дати час бійцю для адаптації. Також має бути розуміння, що для ефективної роботи з психологом необхідне саме його бажання. У свою чергу дружина й інші члени сім'ї можуть створити атмосферу довіри в родині, поважати особисті кордони військовослужбовця та окреслити свої. Важливо при поверненні до цивільного життя проявляти

повагу до бійця, відмовитися від різких дій, звуків, дати йому простір і умови для адаптації [3].

Узагальнюючи, треба сказати, що сім'я є важливою підтримкою для військового. Саме емоційний контакт, прийняття змін військовослужбовця та терпимість з боку рідних допомагають швидше пристосуватися до цивільного життя. Перспективами подальшого дослідження є вивчення емоційного стану дружин бійців у ситуації повномасштабного вторгнення, основних перешкод, з якими зустрічаються жінки, особливостей ефективного спілкування дружини з чоловіком, що має досвід участі в бойових діях.

Список використаних джерел:

1. Caregiver burden and burnout in partners of war veterans with post-traumatic stress disorder / Klarić M., Francisković T., Pernar M. [et al.]: *Coll Antropol.* 2010 Mar; 34 Suppl 1. P. 15–21. PMID: 20402290

2. Маркова М. Росінський Г. Порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців учасників АТО: психопатологічний, психологічний, психосоціальний і сімейний виміри проблеми: *Український вісник психоневрології.* 2018. Т. 26 № 1 (94). С. 78–82.

3. Орловська, О. До проблеми сімейної адаптації учасників бойових дій. *Молодий вчений,* 2020. № 7 (83), С. 26-29. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-7-83-6>

4. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. / О. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. С. 136.

5. Рішко Л. Вплив рольових очікувань на характер сімейного спілкування подружжя *Науковий вісник Ужгородського національного університету.* Серія: Педагогіка. Соціальна робота, 2011. № 23, С. 147-149.