

дослідження свідчать про необхідність подальшого впровадження тілесно-орієнтованих технік у психологічну практику, а також про важливість навчання навичкам саморегуляції у різних соціальних групах.

Література:

1. Левін П. Пробудження тигра: зцілення травмою. Київ: Психологічний центр, 2019. 320 с.
2. Караяни А. С. Саморегуляція в умовах стресу: монографія. Київ: Академія, 2020. 240 с.
3. Петренко І. В., Соколова О. М. Основи психічного здоров'я: навчальний посібник. Харків: Вид-во ХНУ, 2019. 300 с.
4. Вітмен Ю. А. Психологія емоційної стійкості: теоретичні та практичні аспекти. Львів: Світ, 2018. 180 с.
5. Задорожний В. П. Психологія стресу і саморегуляції. Київ: Наукова думка, 2017. 270 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-9>

РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Леженко Сергій Олександрович

аспірант,

Університет Григорія Сковороди в Переяславі

м. Переяслав, Україна

Найбільш поширеними проблемами, з якими стикаються військовослужбовці в умовах війни – це стрес і тривожні розлади. Багато хто з них переживають виснаження, розпач, втому. Багато військових, хто пройшов через тяжкі і травматичні ситуації, замикаються у собі, і не намагаються шукати контактів з оточуючими. Основні симптоми психотравм – це розлади сну, різні тривожні стани. Ті, хто брав участь у військових діях, відносяться до групи осіб з підвищеним ризиком розвитку психогенних порушень. Більшою мірою вони стосуються особливо тяжких і тривалих бойових дій.

Таким чином необхідність і важливість соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців зумовлена ПТРС, депресією, тривожністю, суїцидальними намірами, соціальними проблемами

ветеранів. Бойовою психічною травмою вважають психотравми, які розвиваються в стані загрози здоров'ю і життю.

Отже, проблеми, що виникають у військовослужбовців – учасників бойових дій – мають не тільки медичний, а й соціальний і психологічний характер. Психологічні наслідки участі військовослужбовців у військових діях сьогодні стають все більше очевидними. Потрібний комплекс медичних, соціальних і психологічних заходів з поновлення їхньої працездатності. Успішна реадаптація і ресоціалізація – це не просто питання особистого благополуччя людини й її родини. Це також важливий аспект функціонування держави і суспільства. У Збройних Силах України реалізується проєкт з психологічної реабілітації військовослужбовців [1].

Тому в науці все більш актуальною стає тематика надання якісної психологічної допомоги колишнім учасникам бойових дій для їхньої реадаптації і реабілітації.

Незважаючи на значну кількість робіт з питань психологічної реабілітації учасників бойових дій, навряд чи можна вважати цю проблему вичерпаною. Високий рівень психоемоційних порушень у військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, потребує сьогодні від науковців розробки нових ефективних програм реабілітації.

Реабілітація військовослужбовців – одне з найважливіших питань, які постають в умовах сучасності і потребують негайного вирішення як з боку держави, так і громадськості. Якісна реабілітація дозволяє скоріше повернути до цивільного життя наших захисників. Без реабілітації вони не в змозі нормально поновитися і безболісно повернутися у соціум мирного життя. Ресоціалізація передбачає комплексний підхід до поновлення здоров'я з урахуванням таких реабілітаційних видів, як: а) медична; б) психологічна; і в) фізична – реабілітації. Цей комплекс оздоровчих заходів сприяє поновленню працездатності військовослужбовців.

Психологічна реабілітація, що пов'язана з наданням якісної психологічної допомоги, охоплює: а) формування здатності до адаптації; б) формування активної життєвої позиції; в) корекцію настановлень; г) допомогу у виробленні нових цілей, стратегій і тактик поведінки в нових умовах життя; д) поновлення особистісного і соціального статусу, суміжного із соціальною інтеграцією військовослужбовців. Терміносполучення «інтеграція у соціум», підкреслюючи важливість адаптації до цивільного життя та взаємодії із суспільством, певною мірою відображає процес пошуку роботи, професійної реалізації та фахового зростання людей, які пройшли військову службу.

Військовослужбовцям здебільшого складно психологічно реабілітуватися, зокрема інтегруватися у соціум після травм. Таким особам вкрай необхідна допомога не тільки психологів, а й лікарів ментального здоров'я. Вони потребують грамотної підтримки професіоналів різного профілю, можливості отримати психологічну допомогу з урахуванням високих професійних стандартів і процедур та особливостей їхніх психологічних травм і проблем. Високий рівень психоемоційних порушень у військових потребує розробка ефективних програм реабілітації, зокрема реінтеграції. З метою реабілітації військовослужбовців застосовуються різні методи надання психологічної допомоги і підтримки. Серед них: КПТ, тілесно-орієнтована терапія, метод біологічного зворотного зв'язку (БЗЗ), арт-терапія, релаксаційні техніки, індивідуальна терапія, тощо. Щоб повернути нормальний психологічний стан, потрібна психологічна реабілітація військових в спеціалізованому реабілітаційному центрі із залученням комплексу заходів. Психологи зазначають, що старі медичні методи реабілітації лише погіршують стан військовослужбовців. Потрібно робити ставку не на психіатричну допомогу, а на психологічну реабілітацію. Більше того, проблема значно ширша: потрібна психологічна реабілітація з орієнтацією на соціальну ресоціалізацію, зокрема професійну (фахову) інтеграцію, що підвищує мотивацію поновлення, і бажання ставити перспективні цілі та досягти їх.

Однією з програм поновлення військовослужбовця може бути проведення заходів у форматі психологічної декомпресії, як первинної форми реабілітації, що спрямована на попередження психофізіологічного травмування осіб і поетапне повернення до мирного життя. В цей період військовослужбовці мають сформувати свою нову реальність, зрозуміти, що для них значуще, що вони цінують, у що вірять, на що саме сподіваються.

Реабілітація військовослужбовців – це шанс повернути стабільність і опору, поновити життєві цінності й орієнтири, щоб адаптуватися у мирному соціумі. Тривалість психологічної реабілітації військовослужбовців може значно варіюватися залежно від конкретних обставин реінтеграції, стану здоров'я, тяжкості психологічних травм й інших факторів. Процес якісної реінтеграції передбачає емоційну підтримку не тільки військових, які повертаються до мирного життя, а й тих, хто зустрічає їх вдома. Для повноцінної реінтеграції потрібна комплексна підтримка.

Отже, сьогодні перед державою й її наукою постав новий виклик – змінити підходи до реабілітації. Потрібно врахувати, що психологічна реабілітація, окрім її сталих, традиційних компонентів, має обов'язково

передбачати соціальну інтеграцію і, зокрема таку її частину, як проведення професійно-орієнтованої інтеграції, що забезпечує достойний заробіток і повноцінне життя.

Література:

1. Боярчук Т. У ЗСУ розпочався новий етап психологічної реабілітації військових. 2024. LB.ua. URL: <http://surl.li/mdkgps>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-10>

СТРУКТУРИ СПОЖИВАННЯ, КОМФОРТУ ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ІДЕОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВИТОКИ

Мельник Віктор Мирославович

*кандидат політичних наук, науковий співробітник,
викладач кафедри політології філософського факультету,
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
м. Київ, Україна*

Засадничою проблемою сучасної соціальної психології залишається визначення універсального змісту та партикулярних особливостей ідеологій – напрямків і дискурсів у світогляді соціальних груп.

1. Як спільні, так і відмінні риси будь-яких ідеологічних напрямків детермінуються психологічними установками, цінними ідеями та соціально значущими переконаннями. Зрештою, кожна успішна політична ідеологія ґрунтується на власній соціалізації, а отже, потребує суспільного прийняття чи осуду. Ідеології зароджуються завдяки соціальній интенції – у конкретних історичних та економічних обставинах. Еволюціонують вони завдяки феномену соціально-психологічної привабливості для сприйняття соціальних груп [2]. При цьому, обов'язковим видається *випробування спільнотою*, що передбачає доведення ідеологічними течіями своєї релевантності в процесі інтеракції панівних ідентичностей усередині спільноти. Водночас, ідеологічні течії та напрямки, витворені окремими індивідами, зазвичай долучаються до «світу ідей» низки соціально прийнятних ідеологій (або *метаідеологій*). Окрім того, будь-яке ідейно-політичне спрямування (зокрема, ідеології, ідеологеми, суспільно-політичні ідеї тощо) кристалізується роздумами про *психологічний*