

## **НАПРЯМ 2. ПЕРЕМІЩЕНІ УНІВЕРСИТЕТИ УКРАЇНИ: МОДЕЛІ СТІЙКОСТІ, ТРАНСФОРМАЦІЇ ТА ПОВЕРНЕННЯ**

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-621-1-6>

**Гобан М. Д.,**

*здобувач вищої освіти психологічного факультету  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка  
Науковий керівник: Кириленко Т. С.,  
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка  
м. Київ, Україна*

### **ПСИХОЛОГІЧНЕ ВІДНОВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ**

24 лютого 2022 р. збройні сили Російської Федерації вторглися в Україну та розпочалися широкомасштабні бойові дії, в яких беруть участь сотні тисяч військовослужбовців з обох боків. Бойові травми, які отримують українські військовослужбовці, супроводжуються особливою тяжкістю, множинністю та поєднаною поразкою. Це пов'язано з застосуванням противником у ході бойових дій багатьох видів сучасного озброєння: балістичних ракет, безпілотних літальних апаратів, артилерійських снарядів, мін, систем залпового вогню, вогнепальної зброї тощо. Також практично всі військовослужбовці, що беруть участь у бойових діях, відчувають бойовий стрес, що виявляється у вигляді гострих стресових реакцій (ГСР), афективних і тривожних розладів, порушень адаптації, адиктивної та делінквентної поведінки, суїцидальних проявів. Ці наслідки бойового стресу потребують надання психологічної допомоги військовослужбовцям та психологічного відновлення особистісних ресурсів.

Бойовий стрес може мати негайні, довгострокові та відстрочені ментальні наслідки. Спочатку ознаки бойового стресу суб'єктивно не відчуваються як хвороба, не порушуючи адаптацію та стійкість військовослужбовців до бойових умов. У той час як більшість солдатів здатні адекватно справлятися з цими стресорами, інші настільки пригнічені бойовим стресом, що їхній психологічний захист виснажується, викликаючи психологічний зрив. Вони борються з самотністю,

ізоляцією та вимушеною розлукою зі своїми близькими, а також із відсутністю задоволення їхніх фізичних потреб у їжі, питві та сні.

Під час війни комбатанти не лише стикаються з постійною вітальною небезпекою, перебуваючи у бойових порядках на лінії зіткнення. Вони також стають свідками поранень та смертей своїх побратимів та командирів, а також цивільних осіб. Крім того, до величезного стресу додається непередбачуваність сучасної війни, у тому числі ризик застосування зброї масового ураження та асиметричних бойових дій, що ускладнює прогнозування того, де і коли може статися наступне бойове зіткнення.

Згодом ці зміни у деяких військовослужбовців можуть трансформуватися у відстрочену відповідь на стресову подію загрозово чи катастрофічного характеру, що надалі може спричинити тяжчий стрес. Такі ментальні зміни об'єднані в окрему нозологічну категорію «посттравматичний стресовий розлад» (ПТСР), яка останнім часом є предметом вивчення багатьох дослідників.

З початком широкомасштабного вторгнення збройних сил російської федерації у військовослужбовців сил оборони України після участі в бойових діях почав виникати бойовий стрес, який проявлявся у вигляді гострих стресових реакцій, афективних та тривожних розладах, дезадаптації, адиктивної та делінквентної поведінки, суїцидальних проявів. Для таких військовослужбовців після тривалої участі в бойових діях необхідно було проводити заходи психологічного відновлення. Тому командуванням оперативного угруповання військ «Харків» було ухвалено рішення про створення реабілітаційного центру. Психологічне відновлення військовослужбовців після участі в бойових діях розпочалося з червня 2022 року і триває до сьогодні недалеко від зони бойових дій в Харківській області. Для проведення заходів психологічного відновлення військовослужбовців після виконання бойових завдань була розроблена «Програма нескорених». Метою програми є зміцнення ментального здоров'я військовослужбовців, відновлення фізичних та психологічних ресурсів, підвищення рівня психологічної безпеки особистості та швидке повернення до ефективної бойової діяльності. Для здійснення психологічного відновлення військовослужбовців було сформульовано показання, якими встановлено факт переживання учасниками бойових дій подій, що виходять за межі звичайного людського досвіду, здатного травмувати психіку будь якої здорової людини. До проведення програми залучаються військові психологи з бойових бригад ЗСУ. Всі учасники діляться на групи для проведення групової психотерапевтичної та психокорекційної роботи (по 15–20 осіб у групі, з якою працює 1–2 військових психолога). За ходи групової роботи проводяться у першій половині дня, індивідуальні консультації проходять у другій половині дня. Загальна чисельність військовослужбовців, залучених із початку проведення програми психологічного відновлення, становить майже 10 000 осіб.

Основні заходи «Програми нескорених» проводяться у груповій формі та складаються з трьох блоків: психологічного, медико–психологічного та соціального. На початку та наприкінці програми для визначення динаміки психічного стану учасників проводиться психодіагностика з використанням валідних та надійних методик. Заходи програми призводять до покращення психічного стану та позитивних суттєвих змін у самопочутті її учасників, мобілізації психологічних ресурсів, підвищення стійкості військовослужбовців до впливу стресових ситуацій. Також було виявлено високий рівень суб'єктивної корисності розробленої програми.

### Список використаних джерел:

1. Швець, А. В., Горішна, О. В., Депутат, Ю. М., Ричка, О. В., Жалдак, А. Ю., & Кіх, А. Ю. Прогностична оцінка потреби у медичній реабілітації військовослужбовців Збройних Сил України на основі даних структури їх бойової травми. *Український журнал військової медицини*, 2022, 3 (3), С. 110–117. DOI: [https://doi.org/10.46847/ujmm.2022.3\(3\)–110](https://doi.org/10.46847/ujmm.2022.3(3)–110)

2. Prykhodko, I., Kolesnichenko, O., Matsehora, Y., Aleshchenko, V., Kovalchuk, O., Matsevko, T., Krotiuk, V., & Kuzina, V. Effects of post-traumatic stress and combat losses on the combatants' resilience. *Československá Psychologie*, 2022, 66 (2), 157–169. DOI: <https://doi.org/10.51561/csppsych.66.2.157>

3. Prykhodko, I., Matsehora Y., Kolesnichenko, O., Stasiuk, V., Bolshakova, A., & Bilyk, O. Psychological First Aid for Military Personnel in *Combat Operations: The Ukrainian Model*, *Military Behavioral Health*, 2021, 9 (3), 289–296. DOI: <https://doi.org/10.1080/21635781.2020.1864530>

4. Kokun, O., Agayev, N., Pischko, I., & Stasiuk, V. Characteristic impacts of combat stressors on posttraumatic stress disorder in Ukrainian military personnel who participated in the armed conflict in eastern Ukraine. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 2020, 20 (3), 315–326.

5. Приходько, І. І. Профілактика та контроль бойового стресу у військово-службовців: систематизація досліджень. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія*, 2021, Вип. 1 (64). С. 193–215. DOI: <https://doi.org/10.34142/231293.87.2021.64.12>

6. Prykhodko, I., Matsehora, Y., Kryvokon, N., Hunbin, K., Kovalchuk, O., Antusheva, N., & Filonenko, L. Manifestations of post–traumatic stress in military personnel after participating in hostilities in the Russian–Ukrainian war. *European Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 2023, 21 (4), 776–784. DOI: <https://doi.org/10.15584/ejcem.2023.4.19>

7. Prykhodko, I., Matsehora, Y., Kolesnichenko, O., Baida, M., & Vasylykovskiy, O. The psychological recovery program of Ukrainian military personnel after completing combat missions in the Russian–Ukrainian War. *Československá Psychologie*, 2023, 67 (6), 457–475. DOI: <https://doi.org/10.51561/csppsych.67.6.455>