



Центр ветеранського розвитку
при Полтавському державному
медичному університеті



ПОВЕРНЕННЯ З ВІЙНИ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ
РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ І ВЕТЕРАНОК
ДО УМОВ ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

ПОЛТАВА
2024

Рекомендувала до розміщення в мережі Інтернет та друку вчена рада Полтавського інституту економіки і права Університету «Україна» (протокол № 1 від 17 вересня 2024 року).

Авторський колектив:

А. Чернов (1; 2.1; 2.4; 2.5; 2.6; 2.7; 4); **В. Заїка** (2.2; 2.3; 2.5; 4); **В. Лебедєв** (1; 2.1; 2.4; 2.5; 2.6; 2.7; 4); **В. Шевчук** (3.1; 3.2); **Л. Клевака** (3.3).

Рецензенти:

Надія Мякушко, докторка філософії у галузі політичних наук, кандидатка політичних наук, доцентка, директорка Полтавського інституту економіки і права Університету «Україна»;

Ксенія Андросович, докторка психологічних наук, професорка кафедри психології та суспільно-гуманітарних дисциплін ЗВО «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»;

Юрій Горбенко, кандидат психологічних наук, підполковник ЗСУ, учасник бойових дій, доцент кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;

Вадим Рудь, кандидат медичних наук, лікар-психіатр вищої кваліфікаційної категорії, доцент кафедри психіатрії, наркології та медичної психології Полтавського державного медичного університету;

Ніна Черняк, заслужена працівниця соціальної сфери України, начальниця Управління у справах реінтеграції, соціального захисту ветеранів і внутрішньо переміщених осіб Полтавської обласної військової адміністрації.

**П42 Повернення з війни: соціально-психологічні особливості
реадаптації та ресоціалізації ветеранів і ветеранок до умов
цивільного життя: колективна монографія / [А. Чернов,
В. Заїка, В. Лебедєв та ін.]. – Полтава : ПУЕТ, 2024. – 249 с.**

ISBN 978-966-388-709-8

Монографію присвячено аналізу соціально-психологічного виміру реадаптації та ресоціалізації ветеранів і ветеранок війни до умов цивільного життя. З урахуванням теоретичних надбань соціально-психологічного знання, розглянуто актуальні проблеми психологічного відновлення та ресоціалізації військово-службовців, ветеранів військової служби, учасників бойових дій, учасників війни та осіб з інвалідністю внаслідок війни. Запропоновано соціально-психологічні механізми інтеграції ветеранів і ветеранок війни до повноцінної інтеграції в умовах цивільного суспільства.

УДК 364-786:355.1-057.36-057.75

Тиражування та розповсюдження без офіційного дозволу авторів заборонено.

У разі використання матеріалів монографії посилання на це видання с обов'язковим.

© А. Чернов, В. Заїка, В. Лебедєв,
В. Шевчук, Л. Клевака, 2024

© Полтавський інститут економіки і
права Університету «Україна», 2024

ISBN 978-966-388-709-8

2.3. Гендерні особливості соціально-психологічної адаптації ветеранів та ветеранок війни до умов мирного життя після звільнення зі Збройних Сил (<i>Віталій Заїка</i>).....	93
2.4. Складаємо клінічне інтерв'ю з урахуванням саногенних та патогенних факторів (<i>Віктор Лебедев, Артем Чернов</i>).....	110
2.5. Особливості психологічного консультування військовослужбовця, звільненого в запас (<i>Артем Чернов, Віталій Заїка, Віктор Лебедев</i>).....	115
2.6. Підбір діагностичної методики (<i>Віктор Лебедев, Артем Чернов</i>).....	126
2.7. Робота психолога в мультидисциплінарній команді (<i>Віктор Лебедев, Артем Чернов</i>).....	134
РОЗДІЛ III. Родина як осередок психічного здоров'я	140
3.1. Психологічна допомога дружинам ветеранів (<i>Вікторія Шевчук</i>).....	140
3.2. Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців (<i>Вікторія Шевчук</i>).....	144
3.3. Спілкування ветеранів та ветеранок з дітьми (<i>Леся Клевака</i>).....	153
РОЗДІЛ IV. Природотерапія як приклад групової психологічної роботи (<i>Віктор Лебедев, Віталій Заїка, Артем Чернов</i>).....	162
Довідник громадських, державних та волонтерських установ, де можна отримати допомогу	177
Список використаних джерел	194
ДОДАТКИ	216

РОЗДІЛ III

РОДИНА ЯК ОСЕРЕДОК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

«Нікому ще не вдавалося вирости, не зробивши при цьому помилок»

*Альфред Адлер,
австрійський психіатр і психолог*

3.1. Психологічна допомога дружинам ветеранів

Проаналізуємо роботу з сім'єю ветерана/ветеранки, оскільки родина – важливий фактор підтримки для людини, що повернулася зі служби; з'ясуємо основні проблеми, які виникають у військовослужбовця в родині та спробуємо знайти шляхи їх подолання, розглянемо реакції різних вікових груп дітей на повернення одного з членів родини.

Для успішної адаптації демобілізованих, що повернулися із зони воєнних дій, слід акцентувати увагу на таких факторах [154]:

- особливості першої зустрічі (як зустріті захисників – без істерик, із любов'ю й позитивним настроєм);
- усвідомлення природності адаптаційних процесів упродовж трьох місяців (вихід назовні «заморожених» до цього емоцій та переживання їх);
- побутова адаптація (залучення до домашньої роботи);
- недопустимість психологічного тиску в комунікаціях («вितягування» на розмови, багато запитань, з'ясування деталей тощо);
- необхідність почути звичайні прохання військовослужбовця щодо забезпечення комфорту (їсти, зачинити двері, вимкнути музику чи світло тощо);
- контроль інформації (обмеження агресивної інформації, зокрема новин, фільмів-«бойовиків, фільмів-«катастроф» тощо) [155; 160; 167].

Саме з цими правилами передовсім мають бути ознайомлені всі члени родини учасника бойових дій.

Проблеми, які трапляються в родині ветеранів (а також звільнених із полону, військовослужбовців та волонтерів):

а) руйнація власних очікувань щодо сімейного життя після повернення військовослужбовця в коло сім'ї (наприклад, дружина очікує, що чоловік після повернення додому відразу візьме на себе всю (чи хоча б більшу) частку відповідальності за родину. А виявляється – він сам потребує підтримки та неспроможний певний час виконувати свої основні обов'язки);

б) відмова ветерана працювати у звичній для нього сфері та пошук себе в новій професійній реалізації (це може викликати в родині тимчасові матеріальні труднощі);

в) посилення алкогольної, наркотичної чи ігрової залежності (особливо, якщо ці залежності були в допризовний період/до полону);

г) агресивна та неконтрольована поведінка (як зумовлена ПТСР, так і зниженням внутрішнього соціального контролю військовослужбовця).



Фото 17. Тепла зустріч військовослужбовця з дружиною після тривалої розлуки в умовах воєнного стану

Нерідко означені фактори призводять ветеранів чи військовослужбовців до домашнього насильства, жертвами якого стають діти та жінки [27]. Відомі в Україні організації, що допомагають жертвам домашнього насильства: «Ла Страда – Україна» (Міжнародний жіночий правозахисний центр: протидія торгівлі людьми, насильству в сім'ї; захист прав дітей) [72]; Всеукраїнська гаряча лінія з протидії насильству. Так само функціонує низка громадських організацій, одним із напрямків діяльності яких є протидія насильству та допомога жертвам домашнього насильства, зокрема: МГО «Міжнародний Центр Батьківства», Жіночий консорціум України (WCU) тощо.

Посттравматичний розлад як серед військових, ветеранів та звільнених із полону, так і серед переселенців нерідко стає потужним механізмом розвитку насильства в сім'ї.

У Законі України «Про попередження насильства в сім'ї» [51] зазначено види сімейного насильства та їхні параметри:

– психологічне насильство в сім'ї – насильство, пов'язане з дією одного члена сім'ї на психіку іншого члена сім'ї шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно спричиняється емоційна невпевненість, нездатність захистити себе та може завдатися або завдається шкода психічному здоров'ю;

– економічне насильство в сім'ї – умисне позбавлення одним членом сім'ї іншого члена сім'ї житла, їжі, одягу та іншого майна чи коштів, на які постраждалий має передбачене законом право, що може призвести до його смерті, викликати порушення фізичного чи психічного здоров'я;

– сексуальне насильство в сім'ї – протиправне посягання одного члена сім'ї на статеву недоторканість іншого члена сім'ї, а також дії сексуального характеру стосовно дитини, що є членом цієї сім'ї.

У навчально-методичному посібнику для працівників внутрішніх справ зазначено такі прояви психологічного насильства:

образи з використанням лайливих слів та (або) криків, образливі жести, пози, міміка, погляди, інтонації, тримання членів сім'ї в атмосфері страху. Психологічне насильство виявляється у брутальному ставленні до родичів чи друзів члена сім'ї, заподіянні шкоди домашнім тваринам, знищенні, пошкодженні, псуванні або приховуванні особистих речей, предметів, прикрас тощо; у використанні принизливих зауважень щодо члена сім'ї; у постійних проявах незадоволення, безпідставних докорів, зауважень і звинувачень, крайніх проявах підозрливості, ревностів, перевірок, стежень, що роблять нестерпним життя тощо. А також: ігнорування почуттів особи; образа переконань, що мають цінність для особи; образа віросповідання, національної, расової та класової приналежності або походження; переслідування особи (частіше жінки чи дівчини) через уявлені особою протилежної статі сексуальні зв'язки; обмеження свободи дій та пересування особи; погрози заподіяти фізичну чи економічну шкоду; погрози залишити сім'ю, побити чи вбити дружину, дітей; підштовхування до самогубства; примушення до протизаконних дій; ізоляція від оточення; використання дітей проти матері; залякування, усунення від процесу ухвалення рішень; заперечення наявності проблеми насильства, перекладання відповідальності за неї на партнера; обмеження в самореалізації, навчанні, роботі» [74].

Будь-яке насильство передбачає наявність жертви та кривдника (агресора). Практика свідчить: найчастіше агресором стає той, хто в дитячі роки перебував у статусі жертви. Тобто кривдник, зазвичай, має вже сформовану модель агресивної поведінки і попри те, що на свідомому рівні він найчастіше заявляє «я ніколи не буду агресором», на рівні несвідомому в нього є стійкі деструктивні сценарії. Проте наявність цих сценаріїв не виправдовує агресивних дій.

Науковці виділяють своєрідний «цикл кривдника»:

– образа (демонстрація власної влади і контролю в образливий для інших спосіб);

- провина та страх репресій (страх бути спійманим і неспокій через те, що жертва захоче помститися);
- раціоналізація (переконування жертви в тому, що саме вона винна в насильстві, відкидання власної відповідальності за деструктивний вчинок);
- нормальна поведінка (поводиться так, ніби нічого не відбувається); планування та фантазування (обмірковування минулих та майбутніх насильств підкріплює злість кривдника, що активізує планування іншого епізоду);
- складання плану (створення і контроль ситуацій, щоб спонукати жертву діяти у спосіб, запропонований насильником) [24; 93].

Що не спричинило б агресивну поведінку ветерана чи військовослужбовця, його родина потребує психологічної допомоги, а в умовах неконтрольованої агресії – залучення фахівців (поліцейських, медиків тощо – бажано із числа ветеранів) (Додаток А).

3.2. Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців

Зарубіжні психологи в системі психологічної допомоги ветеранам війни важливе місце відводять сімейній психотерапії. Деякі науковці, зокрібно М. Стентон, Ч. Фіглі, стовідсотково переконані, що сімейна психотерапія може мати ключову роль у психологічній допомозі ветеранам [24; 167].

Наведемо кілька моделей психологічної допомоги сім'ї, представлених в аналітичному огляді С. Седіна і Р. Абдурахманова.

На думку Ч. Фіглі, психотерапевтична допомога сім'ям ветеранів повинна ґрунтуватися на чотирьох головних принципах:

- повага до інтимних сторін життя сім'ї, її самовідданості під час війни і досвіду, що стосується пережитих стресових життєвих обставин;