

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF POST-COMBATANTS**READAPTATION TO PEACEFUL LIFE****ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕАДАПТАЦІЇ ПОСТКОМБАТАНТІВ ДО
МИРНОГО ЖИТТЯ****Korovina L.P /Коровіна Л.П.***student / студентка**Alfred Nobel University, Dnipro, Sicheslavska naberezhna, 18, 49000**Університет імені Альфреда Нобеля, Дніпро, Січеславська Набережна, 18, 49000*

***Анотація.** В роботі розглядаються психологічні особливості адаптації військових до мирного життя*

***Ключові слова:** Посткомбатанти, наслідки війни, ПТСР*

***Abstract.** The work examines the psychological features of military adaptation to peaceful life*

***Key words:** Post-combatants, consequences of war, PTSD*

Вступ. Починаючи із 2014 року, наша держава виявилася втягнутою у військовий конфлікт в боротьбі за східні території, який особливо загострився сьогодні та став конфліктом масового протистояння для всієї країни. Ще на фоні дослідження психологічних станів учасників бойових дій, які поверталися із зони АТО, психологи масово говорили про серйозні психологічні проблеми військовослужбовців, які призводили до появи вагомих внутрішніх бар'єрів у подальшій адаптації до мирного життя. Відповідно, на теперішній час, зважаючи на масштабність, пов'язану із зростанням кількості посткомбатантів, яке буде відбуватися і в подальшому, питання їх реадaptaції набуває неабиякої актуальності.

Психологічні наслідки виконання військовослужбовцями своїх бойових обов'язків досліджували Н. Агаєв, Г. Дмитренко, Ю. Ільїна, О. Кокун, О. Кресан, Л. Мульована, Н. Оніщенко, І. Попович, О. Тімченко, О. Тополь, В. Христенко, О. Шмиглюк та ін. Проте на тлі вже наявних результатів психологічних досліджень існують широкі можливості для подальшого поглиблення наукового доробку з проблематики психологічної допомоги у процесі реадaptaції посткомбатантів до мирного життя.

У контексті порушеного питання доцільно відзначити, що на фоні загального психологічного стану посткомбатантів, який спричинений

загальними військовими діями та потребує корекційної допомоги, ситуацію ускладнюють конкретні психологічні проблеми конкретної особистості, пов'язані з певними обставинами, з якими саме їх довелося зіткнутися в зоні бойових дій (наприклад: підвищена жорстокість ворога по відношенню до мирних жителів, їх вбивств чи катувань, свідками яких стали саме ці військові; масова загибель співвітчизників на полі бою, коли вижили одиниці; перебування в полоні тощо).

Саме такі психологічні проблеми призводять до ускладнення, а в окремих випадках – до унеможливлення повернення посткомбатанта до нормального мирного життя. Зрозуміло, що ці обставини накладають додаткове навантаження на психіку посткомбатантів та потребують більш пильної уваги та тривалих реабілітаційних заходів.

Поведінка військових після їх повернення із зони бойових дій відзначається підвищеною конфліктністю із родичами, колегами по роботі, відбуваються постійні спалахи гніву, часто без важливої на то причини, відмічається зловживання алкоголем та прояви інших шкідливих звичок [1].

Деадаптацію також поглиблюють такі особливості: напади тривоги; емоційна напруженість; підвищена дратівливість; нестійкість психіки; відстороненість; побоювання нападу ззаду; почуття провини за те, що залишився живий; ідентифікація себе з убитими тощо [2].

Вважаємо за доцільне навести результати дослідження психічних станів посткомбатантів, яке провели Г. Пирог, О. Шмиглюк та Ю. Горбачук [1]. Їх дослідження показало, що «в майже половини учасників АТО після повернення із зони бойових дій спостерігається високий рівень тривожності, ригідності й агресивності. Більшість досліджуваних посткомбатантів систематично або в разі зміни умов діяльності психічно нестабільні, конфліктні, агресивні, допускають асоціальні вчинки. Негативні психологічні стани та прояви характерні для військовослужбовців, термін перебування яких у зоні АТО становив один рік і більше, а після повернення до мирного життя минуло від одного до шести місяців» [1, с. 133].

Дослідниками також часто наголошується, що посткомбатанти мають серйозні емоційні розлади, які призводять до емоційного вигорання. Вплив на формування негативних емоцій чинить ціла низка чинників, серед яких дослідники частіше за все наводять такі:

- ❖ усвідомлення почуття загрози для життя (біологічний страх болю, поранення, інвалідності, смерті);
- ❖ психоемоційний стрес, пов'язаний, з одного боку, із тим, що поруч на їх очах гинуть товариші, а з іншого, з тим, що доводиться убивати самому;
- ❖ дія специфічних чинників бойової обстановки (невизначеність, несподіваність);
- ❖ психофізіологічні чинники (дефіцит сну, неповноцінне харчування, жахливі умови гігієни та сну);
- ❖ несприятливі кліматичні умови (жахлива жара або навпаки перемерзання, вітри, сирість, дощ).

Таким чином, вважаємо, що посткомбатанти, які мають негативні психічні стани, для забезпечення успішної реадаптації до мирного життя потребують невідкладної системної психологічної допомоги. Тому перспективи подальшого дослідження в цьому напрямі вважаємо розробку й апробацію тренінгової програми психологічної допомоги, спрямованої на подолання негативних психічних станів і поліпшення соціально-психологічної адаптації посткомбатантів.

Література:

1. Пирог Г.В., Шмиглюк О.Г., Горбачук Ю.О. Особливості психологічних станів учасників антитерористичної операції / операції об'єднаних сил. Теорія і практика сучасної психології. 2019. Т. 2. № 3. С. 130-134.
2. Вплив військового конфлікту на прояви насильства в родині та громаді / І. Бандурка та ін. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям із дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник. Київ: Україна, 2015. С. 14–22.

3. Числіцька О. В. Проблема посттравматичного стресового розладу в Учасників бойових дій (антитерористичної операції). Вісник Національного університету оборони України. 2015. Вип. 2 (45). С. 281-285.

Науковий керівник: д.пс.н., доц. Батраченко І.Г.

Статтю надіслано: 09.11.2022 г.