

ЛІТЕРАТУРА

1. Каменщук Т. Д. Роль і місце психологічної допомоги для внутрішньо переміщених сімей в умовах воєнного часу. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти*. Серія «Педагогіка. Психологія». Вип. 1, 2022.
2. Алексеєнко Т. Ф., Жданович Ю. М., Зверєва І. Д. Соціальна педагогіка : словник-довідник / за ред. Т. Ф. Алексеєнко. Вінниця : Планер, 2009. 542 с.
3. Міхеєва О. Ю. Соціально-правова підтримка сімей вимушених переселенців. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. С. 88–94. (Серія 11. «Соціальна робота. Соціальна педагогіка»).
4. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях : навч. посіб. Миколаїв : Іліон, 2019. 134 с.
5. Трубавіна І. М., Каліна К. Є. Консультування вчителями сімей з дітьми в Україні в умовах війни. Засоби навчальної та науково-дослідної роботи. 2022. Вип. 58. С. 73–82. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/sciencemeans/article/view/3996>. (дата звернення: 21.08.2023).
6. Мельник Л. А. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посібник для практиків соціальної сфери / ред. Л. С. Волинець. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.

ПРОБЛЕМИ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ НА ЕТАПІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДЕКОМПРЕСІЇ

Жа́ра Г. І.

*Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
zhannafarm@gmail.com*

Психічне здоров'я військовослужбовців Збройних сил України, які захищають нашу країну від збройної агресії російської федерації, зазнає суттєвих негативних впливів під час виконання бойових завдань. Важливим етапом їх медико-психологічної реабілітації є так звана психологічна декомпресія, яка проводиться з метою поступового переключення механізмів реагування в екстремальних (бойових) умовах до мирних умов життєдіяльності; стабілізації психоемоційного стану військовослужбовців, профілактики розвитку у них психогенних розладів [2]. Правильна організація психологічної декомпресії є необхідним завданням для фахівців лікувальних та медико-профілактичних закладів.

Мета дослідження – аналіз викликів, які постають перед фахівцями при організації медико-психологічної реабілітації військовослужбовців Збройних сил України на етапі психологічної декомпресії.

Для отримання емпіричних даних використано комплекс методів (спостереження, опитування, аналіз медичної і психологічної документації, структуроване інтерв'ю, психологічне діагностування (скрінінг) за затвердженими методиками [2], метод експертних оцінок).

Узагальнення даних здійснювалося на основі співставлення і порівняння з висновками аналогічних досліджень.

Тривалість психологічної декомпресії може бути різною – від 3 до 7 діб [3]. Згідно з нормативними вимогами до проведення психологічної декомпресії [2, 3], основними її заходами є обов'язковий медичний огляд та психологічне діагностування (скринінг) для оцінки психофізіологічного стану військовослужбовців, психоедукація, психоемоційне та психофізіологічне розвантаження, і соціальна реадаптація. Рекомендованими методами психоемоційного і психофізіологічного розвантаження та відновлення психологічної безпеки особистості є: дебрифінг, психоемоційна саморегуляція, тілесно орієнтована терапія, індивідуальне психологічне консультування. Також ефективними вважаються рекреаційні технології [1], які сприяють кращій ресоціалізації.

Водночас при організації декомпресійних заходів в умовах стаціонарних медичних закладів виникає ряд проблем, які потребують вирішення, а саме:

1. Необхідність первинної фільтрації пацієнтів за психологічним статусом вже у приймальному відділенні. Проведення скринінгу ускладнене як через брак персоналу (недостатня укомплектованість закладу психологами), так і через те, що репрезентативність даних, отриманих за допомогою рекомендованих тестових методик може мати значну похибку внаслідок різного інтелектуального рівня пацієнтів, різного сприйняття змісту тестових запитань й іноді неможливості проходження скринінгу внаслідок психоемоційного і психомоторного збудження.

2. Необхідність визначення медичного статусу військовослужбовця (окрім лікування прямих поранень – обов'язкова консультація невролога і за необхідності – психіатра). Це важливо для забезпечення правильного медикаментозного лікування тих пацієнтів, які потребують посиленої уваги – мають ознаки депресії, гострої реакції на стрес, посттравматичного стресового розладу, суїцидальні прояви тощо.

3. Максимальне забезпечення базових потреб пацієнтів – в буквальному сенсі «огортання турботою для створення внутрішньоутробного відчуття безпеки» – комфорт, тепло, гарячий душ, тиша, посилене вітамінізоване харчування, повноцінний сон, увага до індивідуальних потреб (наприклад, додаткова ковдра чи заміна втраченого одягу) тощо.

4. Організація індивідуальних консультацій і групових занять з психоедукації, психоемоційного і психофізіологічного розвантаження потребує достатньої кількості фахівців-психологів, або інших спеціально підготовлених осіб (капеланів тощо), які б могли забезпечити максимальну ефективність декомпресії в короткі терміни.

В організації медико-психологічної реабілітації військово-службовців Збройних сил України у закладах охорони здоров'я наявні ряд викликів, подолання яких можливе лише за умов комплексного підходу з точки зору забезпечення адміністративних, організаційних, медичних та психологічних заходів. Відновлення на етапі психологічної декомпресії має сприяти поверненню військовослужбовців до нормальної життєдіяльності, а також забезпечити раннє виявлення відхилень у стані психічного здоров'я і вчасне адекватне їх лікування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Жара Г. І. Рекреаційні технології ментального відновлення різних верств населення у воєнний час. *Освітні та наукові інновації у сфері біології і збереження здоров'я людини*: збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (м. Рівне, 14 грудня 2023 р.) / Упоряд.: І. О. Сяська, О. Г. Рудь, Л. В. Ойцюсь, І. М. Трохимчук. Рівне: О. Зень, 2023. 282 с. С. 226–229.
2. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 27.12.2018 №462 «Про затвердження Інструкції з організації психологічної декомпресії військовослужбовців Збройних Сил України». URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-heneral-noho-shtabu-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-27-12-2018-462-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-dekompresii-viys-kovosluzhbovtsiv-zbroynykh-syl-ukrainy/>
3. Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремальних умовах. Затверджено Наказом Міністерства оборони України 09.12.2015 № 702 (у редакції наказу Міністерства оборони України від 11 грудня 2019 року № 629). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16#Text>
4. Титаренко Т. М. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. Вип. 43. С. 54–62.

ПРОФІЛАКТИКА ВПЛИВУ НЕГАТИВНИХ НАСЛІДКІВ КРИЗОВИХ УМОВ ІСНУВАННЯ НА ПСИХІКУ ЛЮДИНИ

Заїка В. М.

Полтавський інститут економіки і права
ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»
zaika_vitaliy@ukr.net

Кризові умови – це ситуації, що порушують нормальний хід життя особистості, підвищують рівень стресу та можуть мати довготривалі негативні наслідки для психічного здоров'я [4]. Особливо актуальним це питання стало в сучасних умовах, коли