

**Західноукраїнський національний університет
Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психології та соціальної роботи**

**ХРАПЦЬО Андрій Ігорович
Соціально-психологічна підтримка учасників бойових дій у процесі
адаптації до умов цивільного життя /Social and psychological support for
combatants in the process of adaptation to civilian life**

спеціальність: 231 – Соціальна робота
освітньо-професійна програма – Соціальна робота

Кваліфікаційна робота

Виконав студент групи
СР-41
А.І.Храпцьо

Науковий керівник:
к.пед.н., доцент, Е.М. Ященко

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту

«__» _____ 20__ р.
Завідувач кафедри
_____ А.Н. Гірняк

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1	
АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	
ЯК НАПРЯМОК СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ	
1.1. Основи соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій	6
1.2. Стратегії соціально-психологічної підтримки комбатантів	14
Висновки до розділу 1	19
РОЗДІЛ 2	
КЛАСИФІКАЦІЯ І МЕХАНІЗМИ	
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ КОМБАТАНТІВ	
2.1. Рівні, механізми та функції соціально-психологічної адаптації	20
2.2. Умови соціально-психологічної підтримки у процесі адаптації учасників бойових дій	28
Висновки до розділу 2	32
РОЗДІЛ 3	
ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ	
ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАДАПТАЦІЯ	
УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	
3.1. Практика соціально-психологічної підтримки комбатантів	33
3.2. Рекомендації щодо створення програми соціально-психологічної підтримки учасників бойових дій	39
Висновки до розділу 3	42
ВИСНОВКИ	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	46

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Серед вітчизняних досліджень останнього часу збільшується кількість матеріалів, присвячених адаптації учасників бойових дій, включаючи соціальні, психологічні та соціально-психологічні особливості підтримки такої адаптації. Ця проблема набула загально-соціального значення для нашої держави в останні десять років і, особливо, після початку повномасштабних воєнних дій дворічної давнини. Допомога вибудувувати своє життя, надавати йому цілісності і сенсу, настійно вимагає комбінованого підходу, здатного зреалізувати увесь комплекс соціокультурних, соціоекономічних, соціополітичних та соціопсихологічних чинників та впливів на статичні та динамічні характеристики індивідуального пристосування учасників бойових дій до цивільного життя. У такій ситуації і набуває гостроти та актуальності питання про соціально-психологічну підтримку у процесі їх адаптації.

Стан дослідження проблематики. Психологічний аналіз соціальних пристосувальних процесів є продуктивним лише на основі інтегрального, міждисциплінарного підходу, проте соціогуманітарні науки все ще не досягли бажаної єдності у дослідженні проблем реабілітації учасників бойових дій. Вивчення проблеми здійснюється переважно з позиції структурно-функціонального (нормативного) підходу. Досі немає ясності щодо відповідних теоретико-методологічних основ аналізу адаптації учасників бойових дій у мирному соціумі, соціальної та інформаційної специфіки, змісту, структури та місця адаптаційних процесів у життєдіяльності учасників війни. Не визначено субординацію та характер взаємодії процесів соціалізації, відсутня чіткість у розумінні різнорівневих стратегій та бар'єрів адаптації учасників бойових дій до цивільного життя. У той самий час існує стійке переконання у цьому, що пізнання різних аспектів соціально-психологічної адаптації учасників бойових

дій вимагає застосування інтегрованого, міждисциплінарного наукового підходу, здатного забезпечити цілісне, системне урахування комплексу усіх чинників впливу на статику та динаміку соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій. Отже, постає об'єктивне протиріччя між дійсною потребою соціальної науки в істинному розумінні соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій і відсутністю ясності про те, які теоретико-методологічні підходи необхідні її адекватного соціально-психологічного аналізу. Усе це спричинило нагальність і необхідність цього бакалаврського кваліфікаційного дослідження на тему «Соціально-психологічна підтримка учасників бойових дій у процесі адаптації до умов цивільного життя».

Об'єкт дослідження – соціально-психологічна підтримка процесу адаптації учасників бойових дій. **Предмет дослідження** – підходи до здійснення соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій у цивільному житті.

Мета дослідження – розробка шляхів надання соціально-психологічної підтримки у процесі адаптації учасників бойових дій. Досягнення поставленої мети потребує вирішення низки наступних **завдань**:

- 1) дослідити стратегії соціально-психологічної підтримки комбатантів;
- 2) показати рівні, механізми та функції соціально-психологічної адаптації;
- 3) намітити умови соціально-психологічної підтримки у процесі адаптації учасників бойових дій;
- 4) практично означити шляхи подолання психологічних наслідків війни та соціально-психологічної реадаптації учасників бойових дій.

Специфіка використаних у роботі **методів** дослідження визначається тим, що феномен учасників бойових дій розглядається крізь призму соціально-психологічних рефлексивних підходів. Соціально-психологічна адаптація учасників бойових дій постає у ролі ідеально-типового, теоретичного об'єкта, який конструюється у його вивчення. Нами використано комплекс методів

соціально-філософського теоретичного аналізу, що включає аналіз, синтез, абстракцію, дедукцію; аналіз соціально-психологічних досліджень із проблем теорії та методології вивчення пристосувальницьких процесів у соціумі, а також загальнонаукових теоретико-методологічних підходів.

Теоретична новизна дослідження. Нерозривна єдність об'єктивного та суб'єктивного планів у життєдіяльності особистості пов'язана з об'єктивною двоїстістю норми та інтерпретації у процесах соціально-психологічної адаптації, їхньою взаємододатковістю. Соціально-психологічне вивчення феномену має здійснюватися з урахуванням нормативно-інтерпретативного підходу. У результаті аналізу поліпшилося комплексне знання про специфіку та характер структурно-функціональних та інтерпретативних компонентів, які визначають об'єктивну необхідність якісного проведення соціально-психологічної підтримки учасників бойових дій у процесі адаптації до умов цивільного життя.

Практична значущість дослідження. Отримані результати можуть бути використані для подальшої розробки науково обґрунтованих способів оптимізації підтримки учасників бойових дій; у професійній діяльності державних службовців, соціальних працівників, психологів і соціальних педагогів, які вирішують практичні проблеми соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій у процесі адаптації до умов цивільного життя.

Структура бакалаврського кваліфікаційного дослідження. Робота складається з вступу, висновків, трьох розділів з висновками до кожного, списку 51 опрацьованого літературно-наукового джерела. Загальний обсяг дослідження склав 51 сторінку, основний текст містить 43 сторінки. Результати дослідження висвітлені в авторській публікації.

РОЗДІЛ 1

АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

ЯК НАПРЯМОК СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ

1.1. Основи соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій

Людині нелегко звикнути до війни – до її небезпек і поневірянь, до іншої шкали життєвих цінностей та пріоритетів. Адаптація до нової обстановки вимагає зламу колишніх стереотипів свідомості та поведінки, без якої просто не вижити в екстремальних умовах, на межі життя та смерті. Але й повернутися до спокійного, мирного існування людині, яка провела на фронті хоча б кілька тижнів, не менш складно. Зворотний процес перебудови психіки протікає так само болісно і часом затягується довгі роки. Своєрідність соціально-психологічних наслідків участі людини в бойових діях полягає в тому, що вони супроводжують її все життя. «Тут на перший план постає питання про адаптацію нових умов, про перебудову психіки на мирний лад. На війні все чіткіше і виразніше: ясно, хто ворог і що з ним треба робити. Після чіткої фронтової ясності конфлікти мирного часу, коли противник формально таким не є і застосування до нього звичних методів боротьби заборонено законом, нерідко виявляються складними для психологічного сприйняття тих, у кого виробилася миттєва та загострена реакція на будь-яку небезпеку. Багатьом фронтовикам важко стриматися, виявити гнучкість, відмовитися від звички відразу хапатися за зброю – у прямому чи переносному значенні. Повертаючись додому, колишні солдати підходять до мирного життя з фронтовими мірками і переносять військовий спосіб поведінки на мирний ґрунт, хоча в глибині душі розуміють, що це неприпустимо. Дехто починає пристосовуватися, намагаючись не виділятися із загальної маси. Іншим це не вдається, і вони залишаються бійцями на все життя. Душевні надломи, зриви, запеклість,

непримиренність, підвищена конфліктність, з одного боку, втома, апатія – з іншого – ці природні реакції організму на наслідки тривалої фізичної та нервової напруги, отриманої в бойовій обстановці, стають характерними ознаками так званих фронтових (втрачених) поколінь. Особливо важким повернення до мирного життя виявлялося для тих, хто до війни не мав жодної цивільної професії і, повернувшись із фронту, відчув себе зайвим, нікому не потрібним» [6, с. 170].

Цілісне нормативно-інтерпретативне розуміння феномена соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій (СПА УБД) можливе за умов, якщо:

– виходити із того, що глобальний процес соціально-психологічної адаптації онтологічно об'єктивний, оскільки вплив соціуму на людей має загальний характер. Конститууючись діями людей, цей вплив значною мірою не залежить від їхньої волі та бажання, так само як і від того, яким чином люди інтерпретують соціальну реальність та загальну адаптивну спрямованість цього впливу;

– дотримуватися переконання, що нерозривна єдність об'єктивного та суб'єктивного планів життєдіяльності особистості знаходить вираження у об'єктивній дуальності нормативно-інтерпретативної онтології процес адаптації особи;

– враховувати, що СПА УБД епістемологічно суб'єктивний процес, бо трактування результативності та ефективності завжди суб'єктивне і визначається їх інтерпретацією чи стороннім спостерігачем-дослідником, чи суб'єктивними оцінками безпосередніх учасників процесу підтримки;

– аналізувати СПА УБД слід спираючись на нормативно-інтерпретативний теоретичний підхід, сконструйований на основі принципу додатковості; необхідність застосування нормативно-інтерпретативного підходу визначається не так неможливістю отримання нами вичерпного (тобто повного) знання про феномен, як потребу вираження та осягнення справжньої

суті об'єктивної дуальності нормативно-інтерпретативної онтології соціально-психологічної адаптації комбатанта.

Нами обґрунтовано необхідність використання при аналізі нормативно-інтерпретативної дослідницької методології. Доцільність використання подібної дослідницької методології визначається наступним:

а) об'єктивна дуальність нормативно-інтерпретативної онтології СПА УБД зумовлюється тим, що: 1) особистість уособлює собою єдність соціально-заданого та індивідуально-зумовленого, що визначає двоїстий характер соціально-психологічної адаптації комбатанта; 2) СПА УБД як функція різних диспозицій та змінних вимагає віднесення соціального пристосувального процесу до розряду складних соціальних процесів, для вивчення яких необхідне застосування не динамічних (що характеризують жорстко детерміновані, щодо ізольовані системи), а імовірно-статичних соціальних закономірностей;

б) процес СПА комбатанта реалізується за допомогою стратегій соціалізації. У руслі нормативного підходу стратегій – це, з одного боку, способи, прийоми і стратегії, що дозволяють суспільству найефективніше, оптимально і безболісно включати, залучати особистість до об'єктивно сформованій системі соціально прийнятних структур, ролей і взаємодій, у яких особистість міг би приносити собі та суспільству максимальну користь; з іншого – це спосіб, схема, алгоритм подолання численних адаптивних бар'єрів, які ускладнюють чи повністю паралізують здійснення пристосувальних процесів у соціумі;

в) СПА у контексті інтерпретативного теоретичного підходу означає використання таких пристосувальних стратегій, які дозволяють людині зберегти та/або уточнити її ідентичність. Стратегії завжди коригуються зовнішніми оцінками соціального оточення та внутрішнім розумінням особистістю власної ідентичності, яка виступає у ролі індивідуального та соціального «компасу» при інтерпретації всього різноманіття соціальних ситуацій у процесі адаптації комбатанта;

г) з позиції нормативного підходу СПА УБД включає ряд змістовних аспектів. По-перше, це процес безперервного соціального контролю за відповідністю/не відповідністю поведінки людини панівним у соціумі нормам і цінностям, які примусово «нав'язуються» людині у процесі соціалізації. По-друге, це комплексна система соціальної діяльності, пов'язана з подоланням різноманітних адаптивних бар'єрів, які функціонально ускладнюють пристосування у конкретній ситуації;

д) комплексне нормативно-інтерпретативне розуміння походить з того, що СПА УБД – це процес перетворення та/або інтерпретації об'єктивного соціального світу, себе в цьому світі та суб'єктивного образу цього світу в собі та формування на цій основі індивідуального адаптивного простору та персональної ідентичності, що задає сенси індивідуальної життєдіяльності та загальну спрямованість адаптації.

В основі нашого дослідження лежать розробки вітчизняних та зарубіжних дослідників з проблем адаптації, соціалізації, діяльності, культури та соціальної практики. Основними теоретико-методологічними джерелами послужили ідеї мислителів, котрі заклали основи теоретичних підходів до дослідження соціально-адаптивних процесів (Г. Спенсер, Е. Дюркгайм, Т. Парсонс, Р. Мертон, К. Леві-Стросс, Е. Фромм, М. Вебер, В. Дільтей, Дж. Мід, П. Бергер, Т. Лукман). Значний вплив на нормативно-інтерпретативне, соціально-філософське розуміння сутності досліджуваного феномена надали наукові підходи, представлені в теоретичних побудовах теорії соціальної структури (Е. Гідденс); феноменологічної філософії (Е. Гуссерль, М. Гайдеггер); символічного інтеракціонізму (Дж. Мід, Г. Блумер); гуманістичної психології (К. Роджерс); епістемологічної філософії, історії та методології науки (К. Поппер); соціальної психології (Л. Росс, Р. Нісбетт); загальної теорії систем (Л. Берталанфі, Н. Вінер) (див. [1-51]). Нормативно-інтерпретативний підхід до вивчення СПА комбатанта як об'єкта філософського аналізу розроблявся з урахуванням теоретико-методологічних підходів, що розвиваються в контексті

психології соціального пізнання; соціально-філософської та соціологічної теорії та методології; методології інтерпретативного та нормативного підходів.

Методологічними засновками нашого дослідження постають такі загальнонаукові принципи: активного включення учасників бойових дій у соціальні спільноти; відображення; єдності свідомості та діяльності; додатковості; суспільно-історичної та практично-діяльної природи життєдіяльності людини. Вищевикладені теоретико-методологічні підходи та принципи дозволили визначити концептуальну основу вирішення проблеми дослідження, виробити сукупність логічно пов'язаних ідей, що розкривають сутність нормативно-інтерпретативного соціально-філософського підходу до вивчення процесу соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій.

При інтерпретативному підході вирішується завдання виявлення суті відмінностей між нормативним та інтерпретативним трактуванням феномена соціально-психологічної адаптації, визначається сутність пристосувальних стратегій. У гуманітарній науці утвердилося інтерпретативне розуміння соціальних процесів. Велика кількість важливих феноменів впливає з мінливості суб'єктивних інтерпретацій, що даються однією і тією ж людиною, а також з відмінностей між інтерпретаціями, що даються різними людьми в одній і тій же ситуації. Пристосувальний процес з позиції інтерпретативного розуміння – це низка безперервних змін різноманітних соціальних ситуацій, які підлягають тлумаченню суб'єктом адаптації. Завдяки суб'єктивній інтерпретації різноманіття соціальних ситуацій людина отримує можливість, по-перше, психологічно перетворювати (перевизначати) ситуацію у потрібному собі напрямі; по-друге, цілеспрямовано модифікувати власне розуміння, сприйняття актуальної адаптивної ситуації; по-третє, активізувати адекватні ситуації стратегії адаптації, вступають у дію за зміни суб'єктивно значимих умов ситуації. Таким чином, адаптивною стає не всяка нова для людини соціальна ситуація, а лише та, яка буде інтерпретована ним подібним чином.

Особливого значення для розуміння природи та механізму соціально-психологічної адаптації комбатантів має тонкий зв'язок, що існує між повнотою ідентичності людини та мірою ефективності соціальної адаптації особистості взагалі. Набуття особистістю повноцінної ідентичності може розглядатися як свідчення успішної соціальної адаптації. Отже, становлення такої ідентичності, адекватної індивідуальним орієнтаціям, – це одна з реальних цілей соціального пристосувального процесу, а й ефективний критерій та ознака його успішності. Ефективність, прийнятність тієї чи іншої стратегії адаптації оцінюється людьми у процесі символічної взаємодії під час аналізу зовнішніх реакцій із боку соціуму. Завдяки зовнішнім – по відношенню до особистості, що адаптується, – символічним оцінкам і реакціям соціального оточення людина не тільки знайомиться з межами соціально прийнятної в процесі адаптації, а й отримує зовнішній «експертний висновок» про ефективність використаних ним адаптивних стратегій. Якщо соціальне оточення оцінює підсумки СПА УБД, це позначиться на результатах пристосування і ефективності всього наступного процесу адаптації. У цьому полягає соціальна природа пристосувальних процесів у суспільстві.

Стратегії соціалізації завжди коригуються зовнішніми оцінками соціального оточення та внутрішнім розумінням особистістю власної ідентичності, яка виступає в ролі індивідуального та соціального «компасу» при інтерпретації всього різноманіття соціальних ситуацій. Адаптуватися для людини означає ефективно конструювати суб'єктивно прийнятні образи соціальної реальності та ідентичності, що можливо лише у взаємодії із зовнішнім світом, що здійснюється за допомогою мови. Адекватність інтерпретації себе та зовнішнього світу залежить від широти персонального горизонту суб'єкта адаптації та його інтелекту. Адаптація пов'язана з конструюванням прийнятної індивідуальної адаптивної простору, що відповідає перевагам, які вже є у суб'єкта адаптації, або, навпаки, з реконструкцією цих переваг.

Інтерпретуючи соціальну ситуацію, людина вносить у неї певний сенс, спричинений її інтелектуальними, соціальними, культурними, світоглядними уподобаннями. Суб'єкт адаптації отримує від суспільства на процесі соціалізації стратегії соціальної адаптації в силу дії механізму соціокультурної презентації універсальної системи символів та значень, з іншого – самостійно засвоює, конструює суб'єктивно забарвлені інформаційно-символічні системи значень у процесі безперервної інтерпретації актуальних соціальних ситуацій. З позиції нормативного розуміння стратегії соціально-психологічної підтримки (СПП) комбатантів – це, з одного боку, способи, прийоми та стратегії, що дозволяють суспільству найбільш ефективно, оптимально та безболісно включати (долучати) учасників в об'єктивно сформовану систему соціально прийнятних структур, ролей і взаємодій, у яких особистість міг би приносити собі та суспільству максимальну користь; з іншого – це спосіб, схема, алгоритм подолання численних адаптивних бар'єрів, які ускладнюють чи повністю паралізують здійснення пристосувальних процесів у соціумі.

Соціальний пристосувальний процес не слід трактувати як царство тотального волюнтаризму. Індивідуальне здійснення процесу інтерпретації об'єктивується соціальним механізмом самоідентифікації особистості. Реакції найближчого соціального оточення, малої групи, соціуму в цілому, нехай і з різним ступенем суб'єктивних впливів, все ж таки призводять до відомої об'єктивованої корекції процесу/результату соціальної адаптації особи. Крім того, саме ідентичність виступає в ролі своєрідного опосередкованого соціумом «фільтра», завдяки якому суб'єкт пристосування з необхідністю поєднує індивідуальну інтерпретацію соціальних ситуацій із відповідними адаптивними реакціями на об'єктивні оцінки соціального оточення у ситуації перманентного уточнення власної Я-ідентичності.

При нормативному підході – розкриваються причини, з яких виявлення і осягнення істинної нормативно-інтерпретативної онтології підтримки слід використовувати нормативно-інтерпретативний комплексний підхід. Основне

утруднення під час використання інтерпретативного підходу полягає у принциповій нездатності його здійснити ефективний аналіз на макрорівні. Соціально-психологічна адаптація як невід’ємний атрибут соціальної життєдіяльності людини може бути осмислена та проаналізована лише за умови адекватного розуміння справжньої сутності її онтології. Встановлений теоретичний антагонізм нормативної та інтерпретативної методологій у разі СПА УБД має формальний характер. Соціальна адаптація особистості взагалі – це: а) нерозривна сукупність процесу та результату соціального пристосування; б) цілісна єдність індивідуальної інтерпретації суб’єктом себе у світі і світу в собі; в) результат впливу соціальних очікувань, установок і норм на особистість та суб’єктивної інтерпретації останньої адаптивних стимулів соціальної реальності, усвідомлене чи неусвідомлене реагування самого суб’єкта пристосувального процесу на зовнішній вплив.

Вибір конкретної адаптивної ситуації адекватного дослідницького підходу визначається наступними чинниками. По-перше, нашим розумінням суті онтології соціально-психологічної підтримки комбатантів. По-друге, тим, який структурний рівень пристосувального процесу опинився в центрі аналізу. Залежно від зміни онтологічного розуміння при дослідженні пристосувальницького процесу з необхідністю повинна змінюватися методологія вивчення останнього. По-третє, вибір дослідницької методології зумовлюється як зміною аналітичного фокусу, а й об’єктивними кількісними і якісними змінами, які у самій системі адаптивних взаємодій, у якій виявляється, змушений діяти людина. При цьому перехід від інтерпретативної методології до структурно-функціональної та навпаки здійснюється не шляхом заміни, а завдяки доповненню можливостей одного підходу іншим. По-четверте, методологія залежить від специфічної структури адаптивної ситуації, у якій здійснюється пристосувальний процес.

Незважаючи на весь формальний антагонізм інтерпретативного та нормативного розуміння, лише в сукупності вони виявляються здатними

адекватно виразити сутність та різноманіття властивостей та проявів нормативно-інтерпретативної онтології СПП комбатантів. За нормативно-інтерпретативного підходу – обговорюється проблема класифікації стратегій. Йдеться про те, що нормативне та інтерпретативне розуміння у явній формі детермінує змістовні характеристики пристосувального процесу, що визначають класифікацію стратегій, необхідних суб'єкту адаптації для вирішення його пристосувальних проблем. Основна проблема класифікації стратегій СПП комбатантів – це відносність та варіативність тих характеристик адаптації особистості взагалі і дослідницьких методологій, які можуть і повинні бути покладені на її основу.

Аналіз існуючих класифікацій виявив їх методологічну та змістовну однобічність. Щоб вирішити завдання класифікації стратегій соціально-психологічної адаптації з позиції нормативно-інтерпретативного підходу, необхідно описати структуру та логіку процесу адаптації з позиції інтерпретативного розуміння, оскільки тільки так можна поринути у світ людини, яка, інтерпретуючи, конструює своє індивідуальне – соціальне, психологічне, культурне, інформаційне емоційне, символічний, лінгвістичний – адаптивний простір.

1.2. Стратегії соціально-психологічної підтримки комбатантів

Відповідаючи на питання, яким з позиції інтерпретативної методології бачиться адаптивний простір людини, можна й класифікації стратегій СПП комбатантів. Особливу увагу слід приділити поняттю «пристосувального ефекту інтерпретації» під яким розуміється досягнення суб'єктом такого адаптивного результату, при якому зміцнюється та відновлюється його ідентичність, конструюється чи реконструюється соціально та психологічно прийнятний, світоглядно несуперечливий адаптивний простір. З цього

розуміння впливає, що приведення індивідуальних та поведінкових характеристик учасників бойових дій у відповідність до вимог суспільства за допомогою відповідних стратегій адаптації є домінуюча (об'єктна) орієнтація. У свою чергу, конструювання в процесі інтерпретації суб'єктивно прийняттого адаптивного простору, що дозволяє суб'єкту адаптації розкрити в рамках конкретного соціуму свій індивідуальний потенціал, вирішуючи при цьому проблеми індивідуального розвитку, є домінуючою (суб'єктною) інтерпретативною орієнтацією. У процесі життєдіяльності людина не просто взаємодіє зі своїм соціальним оточенням, а також постійно інтерпретує (аналізує) умови, процеси та результативність цих соціальних, психологічних та інформаційних взаємодій. Інтерпретативний аналіз дозволяє зробити висновок, що основна проблема, яку вирішує особистість, котра пристосовується за допомогою розроблених адаптивних стратегій, – це конструювання індивідуального адаптивного простору.

Нормативний та інтерпретативний підходи по-різному оцінюють те реальне змістовне тло, на якому здійснюється процес адаптації, а також неоднаково трактують ідеальний результат, якого намагається досягти суб'єкт у процесі адаптації. Звідси впливає потреба відображення цих якісних відмінностей, суть яких знаходить свій відбиток у понятті «індивідуальний адаптивний простір». Якщо нормативний підхід розрізняє об'єктивний соціальний контекст адаптації та її ідеальні цілі, що стоять перед конкретною особистістю, то інтерпретативна методологія виходить із розуміння їхньої цілісності та нерозривної єдності. Крім того, з позиції інтерпретативного підходу виходить, що ідеально сконструйоване індивідом у процесі інтерпретації соціальної реальності суб'єктивно прийнятний індивідуальний адаптивний простір – це одночасно найважливіша умова та мета соціально-психологічної адаптації. Поняття адаптивного простору не входить у логічну суперечність із самим фактом існування об'єктивної соціальної реальності через те, що процес інтерпретації (сприйняття) цієї реальності людиною

суб'єктивний за визначенням. Конструюючи в процесі інтерпретації соціальної реальності індивідуальний адаптивний простір, людина тим самим фактично і здійснює адаптацію цієї реальності.

В інтерпретативному розумінні цілі адаптації досягаються лише тоді, коли ідеальний образ суб'єктивного адаптивного простору людини максимально наближається до об'єктивно існуючої соціальної реальності. Досягти такого збігу ідеальних образів об'єктивної соціальної реальності та адаптивного простору особистості можна кількома шляхами. По-перше, модифікувати засобами психіки внутрішній адаптивний простір у бік його найбільшої відповідності до ідеального образу об'єктивної реальності. По-друге, перетворити засобами соціальної адаптивної діяльності об'єктивну зовнішню реальність, наближаючи останню до ідеального образу адаптивного простору конкретної особистості.

Поняття «адаптивний простір» поєднує соціальні та психологічні, економічні та політичні, інформаційні та символічні імплікації соціальної реальності, сконцентровані в індивідуальних уявленнях конкретної людини. Інтерпретативний підхід підкреслює унікальність і неповторність індивідуального адаптивного простору, геометрія якого опосередковується психологічними рисами та характеристиками суб'єкта, що адаптується. Саме стратегії адаптації є тим мостом, який поєднує суб'єктивний план адаптивного простору з об'єктивним контекстом соціальної реальності.

Відповідно до інтерпретативного розуміння стратегії адаптації комбатанта суть щось інше, як система соціальних, психологічних, інформаційних прийомів, за допомогою яких особистість, що адаптується, отримує можливість інтерпретативного конструювання індивідуально прийняттого адаптивного простору. У будь-якому випадку суб'єкт адаптації, конструюючи як завгодно суб'єктивний, індивідуальний адаптивний простір, буде змушений орієнтуватися на комплекс вже апробованих і більш традиційних у конкретному суспільстві більш-менш ефективних стратегій.

Отже, якщо з позиції нормативного підходу адаптивні стратегії функціонально долають бар'єри адаптації та забезпечують відповідність індивідуальної життєдіяльності соціальним нормам і правилам, то з позиції інтерпретативного підходу адаптивні стратегії беруть участь у процесі конструювання індивідуального адаптивного простору та у визначенні того, що в цьому просторі, навпаки неприйнятним особистості.

Завдяки процесу інтерпретації учасник бойових дій отримує можливість досягти наступних адаптаційних ефектів:

1) кардинальної зміни системи базових цінностей та світоглядних уявлень на основі альтернативної інтерпретації вже відомої чи принципово нової соціальної інформації;

2) реконструювання у власній свідомості образу соціального оточення на основі змінених світоглядних уявлень та адаптивних установок;

3) інтерпретації та/або перевизначення ситуації в потрібному для себе напрямку за допомогою соціально-психологічних засобів та стратегій;

4) усвідомленого чи неусвідомленого модифікування, поступової зміни власного розуміння, сприйняття адаптивної ситуації.

Сильна сторона інтерпретативної методології полягає у розумінні корекції як процесу управління інтерпретаціями людей взагалі. На перший план в адаптивному аналізі при такому розумінні виходять усі процедури, інструменти та стратегії, які дозволяють впливати на інформаційні за змістом інтерпретації, коригувати їх і, зрештою, керувати ними. При такому підході прояснюється інтерпретативний контекст соціального пристосування, що здійснюється за допомогою інститутів освіти, масової інформації, пропаганди та культури, які задають людині офіційні соціально-прийнятні зразки інтерпретації соціальної реальності, а також стандарти, правила та норми життєдіяльності.

Подамо класифікаційну систему стратегії підтримки адаптації комбатантів до цивільного життя (рис. 1.1).

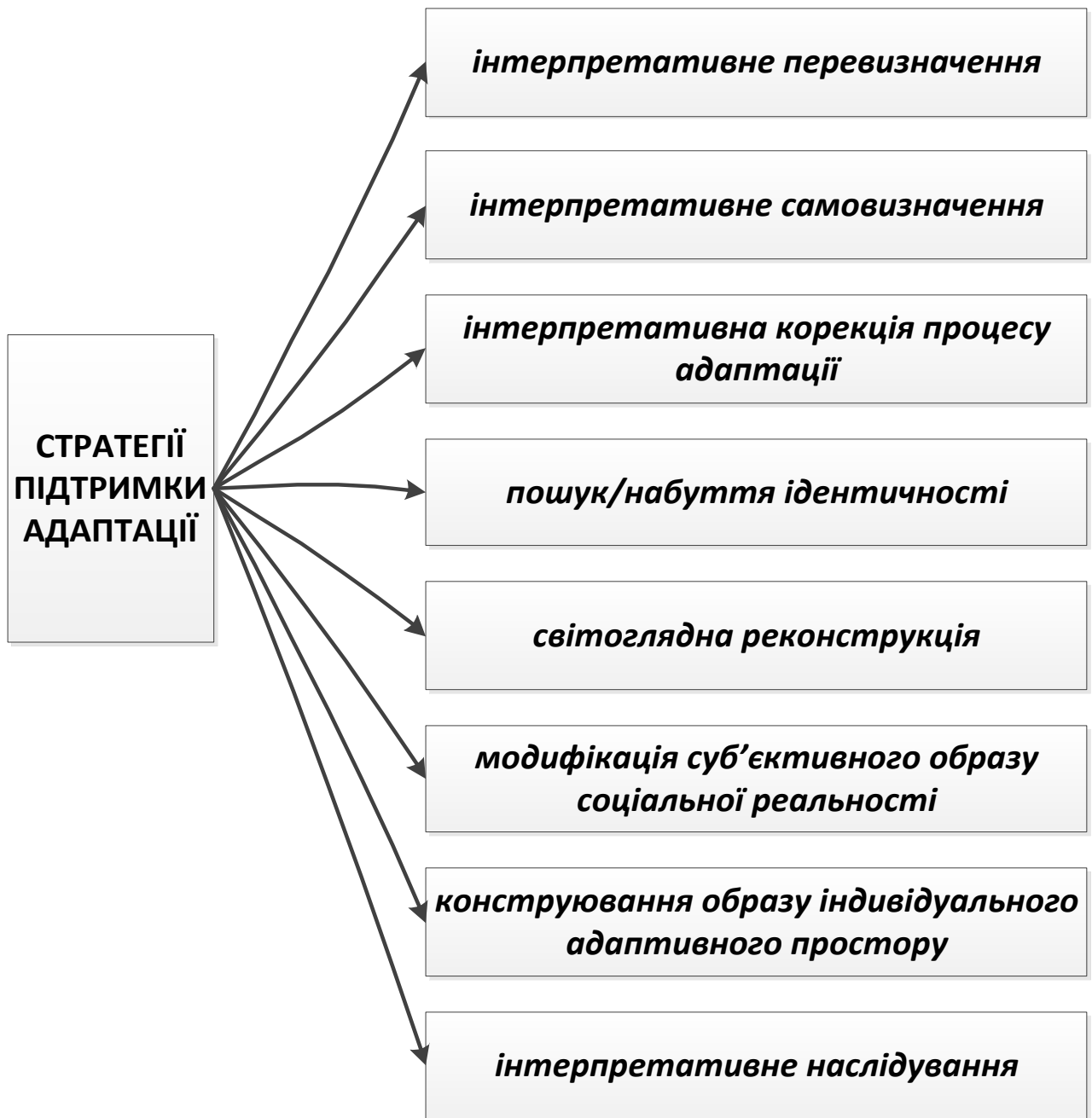


Рис. 1.1. Стратегії підтримки у процесі адаптації учасників бойових дій до цивільного життя.

Саме соціальні традиції, норми, закони та правила слугують тими нормативними стратегіями, які офіційно наказані до використання в суспільстві для громадян, які не бажають мати проблем із законом та державою. Аналітично допускається можливість існування трьох основних стратегій соціально-психологічної адаптації: 1) активної, 2) реактивної та 3) комбінованої.

Висновки до розділу 1

Проблема соціально-психологічної підтримки адаптації учасників бойових дій особливо гостро заявляє себе у період соціально-економічних змін, що супроводжуються кризами і воєнним станом, що потрясли Україну за останні роки і з усією очевидністю показали, наскільки важлива допомога учасникам бойових дій повернутися у мирне соціальне довілля. Воююча армія пропускає через себе багатомільйонні маси людей і після демобілізації виплескує їх назад у громадянське суспільство, вносячи до нього при цьому всі особливості мілітаризованої свідомості і тим самим істотно впливаючи на подальший розвиток соціуму. Необхідно відзначити, що вивчення психологічних наслідків війни є досить складним процесом, що пов'язано з кількома причинами. По-перше, психологічні наслідки війни зумовлені, як правило, впливом багатьох екстремальних факторів бойової обстановки. Тому їх діагностика та корекція потребують комплексного підходу. По-друге, на ступінь їхнього прояву впливає рівень стресогенності повоєнної обстановки, в яку потрапляє колишній комбатант. По-третє, психологічні наслідки війни можуть виявлятися не відразу після повернення в мирні умови, а трохи згодом.

РОЗДІЛ 2

КЛАСИФІКАЦІЯ І МЕХАНІЗМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ КОМБАТАНТІВ

2.1. Рівні, механізми та функції соціально-психологічної адаптації

Проблема адаптації – одне з актуальних міждисциплінарних проблем, що у час інтенсивно досліджується. Адаптація – поняття, що має в науці різне смислове тлумачення. У найзагальнішому плані адаптація – це «взаємодія живих організмів та навколишнього середовища, що призводить до найкращого їх пристосування до життя та діяльності» [16, с. 82].

Адаптацію поділяють на два види: 1) біофізіологічну та 2) соціально-психологічну. Розглянемо докладніше соціально-психологічну адаптацію. Вона є процесом засвоєння соціально-психологічних рольових функцій, набуття людьми соціально-психологічного статусу. Згодом підвищується адаптованість особистості.

Виділяють три види адаптивності [28]:

1) внутрішня адаптивність є повною адаптацією особистості, тобто виникає перебудова систем та функціональних структур особистості;

2) зовнішня адаптивність. Особистість, не перебудовуючись внутрішньо, залишається самодостатньою та зберігає своє обличчя (інструментальна адаптація особистості);

3) змішана адаптивність є видом адаптивності, при якій особистість частково пристосовується до оточення, його цінностей і норм, в той же час, зберігаючи індивідуальність і своє Я.

У процесі адаптації людина мимоволі використовує певні адаптаційні стратегії. Розглядаючи адаптаційні стратегії, можна виділити кілька

стратегічних напрямків-векторів: 1) фізіологічний, 2) психологічний, 3) соціальний. Важливо, що успішна адаптація досягається за допомогою застосування адаптаційних стратегій у комплексі. Враховуючи значущість кожного вектора, слід зазначити, що використання у рівних пропорціях всіх трьох стратегій швидше уповільнить процес адаптації, ніж сприятиме. Таким чином, вага тієї чи іншої стратегії має бути зменшена або збільшена залежно від ситуації. Збільшення лише однієї стратегії поведінки також тягне до дезадаптації особистості, тому важливо домогтися балансу. Наприклад, використання лише фізіологічної спрямованості може призвести до хвороби, безперервного відвідування профільних фахівців та зневіри; акцент лише на соціальну спрямованість призведе до того, що людина вважатиме себе жертвою, отже, тут можуть мати місце психологічні ігри та маніпуляції; Використання лише психологічної спрямованості призведе до процесу вічної рефлексії.

Соціально-психологічна адаптація характеризується тим, що в процесі взаємодії людини і суспільства людина без тривалих внутрішніх та зовнішніх протиріч виконує свою основну діяльність, вільно реалізує ті рольові очікування, які чекає від неї суспільство, переживає стан самореалізації і може сміливо виражати свої творчі здібності. Соціально-психологічна адаптація може бути визначена як вступ особистості у відносини всередині групи, пристосування до цих відносин, створення зразків мислення та поведінки, що відображають систему цінностей та норм даного колективу (групи), отримання, засвоєння та розвиток умінь та навичок міжособистісного спілкування в цьому колективі. До об'єктивних показників соціально-психологічної адаптації зазвичай відносять усе, що у тому мірою пов'язані з діяльністю, чи звуження кола спілкування тощо.. Що ж до суб'єктивного аспекту адаптації, то здебільшого він зводиться до сприйняття людиною змін, які у об'єктивному плані та його оцінці.

Виділяють два типи соціально-психологічної адаптації:

1) прогресивна, коли досягається повна адаптація;

2) регресивна – виглядає як формальна адаптація, яка не відповідає інтересам суспільства, розвитку цієї соціальної групи та самої особистості [34].

Другий вид адаптації означають як конформний, що ґрунтується на формальному прийнятті особистістю соціальних норм та вимог. У такій ситуації особистість підкоряється і не має змоги розкритися, домогтися самореалізації, відчутти власну гідність, проявити себе у творчості. Лише прогресивна адаптація може призвести до справжньої соціалізації особистості, тоді як тривале дотримання конформістської стратегії призводить особистість до постійної неправильної поведінки (не дотримання норм, очікувань, стереотипів поведінки) і призводить до появи нових проблемних ситуацій. Особистість неспроможна вільно адаптуватися до них, оскільки немає ані адаптивних здібностей, ані механізмів та його комплексів (див. [2; 8; 11; 17; 19; 23; 36; 41; 45; 51]).

Соціально-психологічна адаптація є способом захисту особистості, за допомогою якого усуваються внутрішня напруга, стан нестабільності, переляку, занепокоєння, що виникають під час взаємодії із суспільством. Захисні механізми психіки є методом психологічної адаптації людини. Утворюються та виявляються вони внаслідок травмуючих подій у сфері міжособистісних відносин. Коли людина засвоює механізми психологічного захисту, це підвищує його адаптивний потенціал, сприяє успішності соціально-психологічної адаптації.

До функцій соціально-психологічної адаптації належать:

- 1) досягнення рівноваги в системі «особистість – соціальне довкілля»;
- 2) прояв та розвиток таланту особистості;
- 3) формування емоційно-конформних позицій особистості;
- 4) самореалізація особистості;
- 5) самопізнання та самокорекція;

б) зростання ефективності діяльності як особи, що адаптується, так і соціального середовища колективу;

7) збереження психічного здоров'я.

Механізми соціально-психологічної адаптації подані на рис. 2.1.

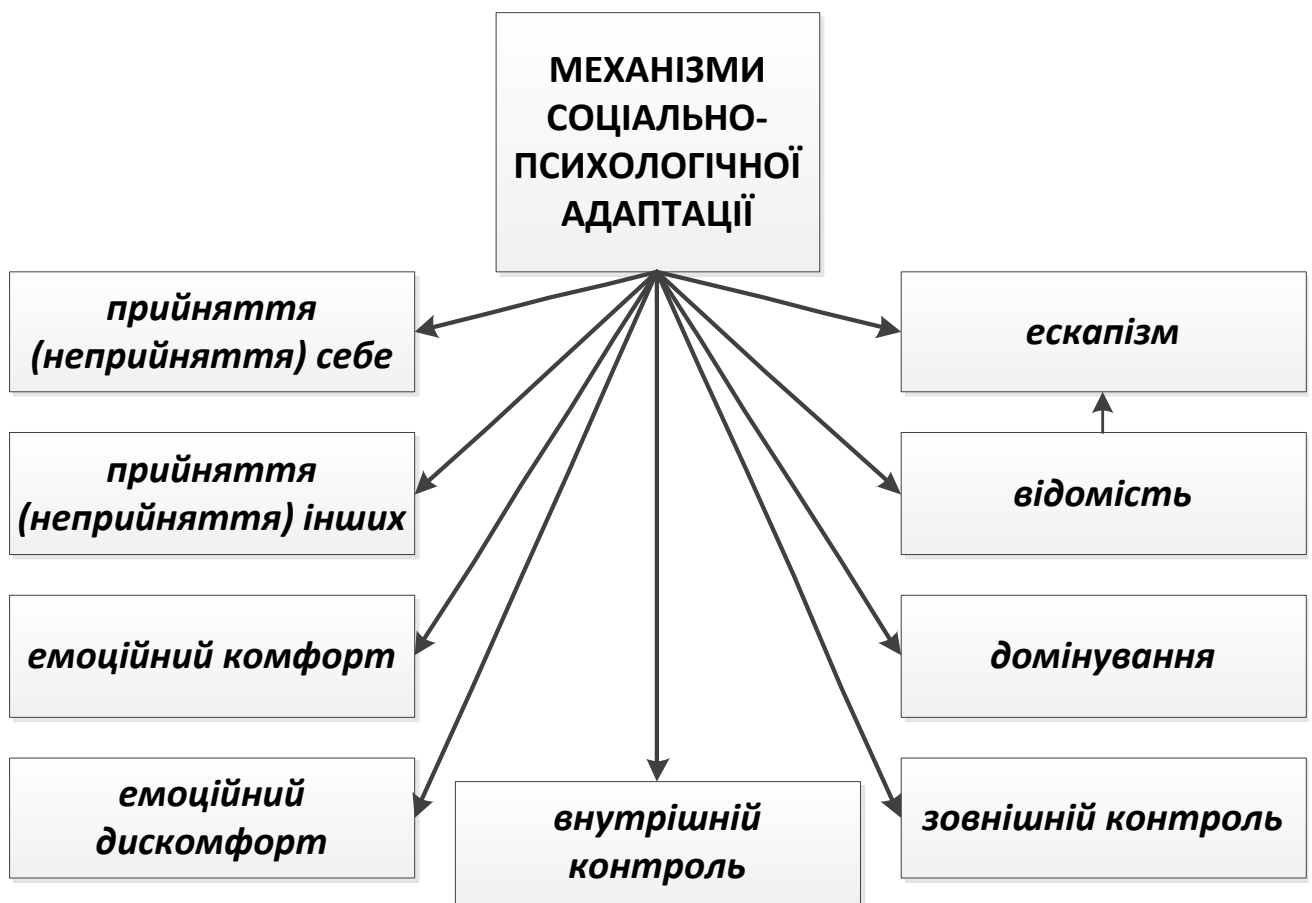


Рис. 2.1. Механізми соціально-психологічної адаптації.

Прийняття – процес сприйняття реальності такою, якою вона є насправді. Приймати щось – це не засуджувати, а надати право цьому бути. Також це внутрішня згода з тим, що відбувається, дозвіл чогось бути таким, який він є. Будь-який внутрішній конфлікт – це не згода із самим собою. Будь-який

зовнішній конфлікт (конфлікт між групами, організаціями) – це неприйняття іншого, або чогось, що вважається нами (ними) поганим, незаконним, що не має права на існування.

Домінування – чільне становище над іншими суб'єктами. Людина прагне тримати своє оточення під контролем, і навіть постійно впливати, наказувати, забороняти. Протилежний стан домінування – відомість. Людині комфортно бути залежною від інших, вона повністю покладається на чужу думку. Намагається залишатися в тіні і слідує вказівкам керівника без будь-яких заперечень.

Ескапізм – відхід людини від реального життя у світ ілюзій. Зазвичай виникає як реакції на безперервний стрес, який викликається кризовими ситуаціями, важкої роботою, психологічними травмами.

Емоційний комфорт – це стан, у якому особистість відчуває впевненість, спокій, зручність. Людина не боїться, вільно висловлює свої почуття, вона оптимістична і всім задоволена. Емоційний дискомфорт – стан, що порушує нормальну діяльність, – страх, тривога, занепокоєння, невпевненість у собі, пригніченість, надмірне занепокоєння, похмурі думки.

Люди, схильні до внутрішнього контролю (інтерналі), як правило, вірять у те, що доля в їхніх руках і вони нею керують. Навіть після низки невдач вони не знижують рівень своїх очікувань і утримують відчуття контролю над навколишнім середовищем, навіть якщо їхня поведінка кілька разів залишається невинагородженою. Люди, схильні до зовнішнього контролю (екстернали), упевнені, що їхня доля залежить від випадку чи удачі. У разі досягнення успіху або зіткнення з невдачею, вони схильні думати, що це лише справа випадку, збіг обставин. Завищений рівень зовнішнього контролю призводить до апатії та розпачу, оскільки людина впевнена, що не має жодної влади над власним життям. Високий рівень внутрішнього контролю означає, що людина бере на себе відповідальність за все, що відбувається в її житті (невдачі в особистому житті, смерть близьких, витівки дітей). Найбільш вірним

шляхом буде знайти золоту середину між цими двома рівнями (див. [1; 7; 23; 29; 36; 39; 41; 45; 48]).

Адаптивний механізм починає працювати при виникненні адаптивної ситуації. Така ситуація виникає у двох випадках: 1) при змінах у середовищі (або переході людини з одного середовища в інше), 2) при таких змінах у суб'єкті адаптації, які роблять нереальними для нього досягнення нових цілей у колишніх умовах середовища. У момент виявлення цих невідповідностей у суб'єкта виникає внутрішня напруженість, яка змушує його шукати вихід із некомфортної ситуації. Адаптація також характеризується як «соціально-психологічний процес, який за успішного перебігу призводить людини до стану адаптованості» [47, с. 232].

Слід зазначити, що адаптованість особистості – поняття, схоже з поняттям «життєвий успіх», але означають вони різні речі. Неправильно пов'язувати будь-яку невдачу з відсутністю адаптованості. Важливо враховувати, що кожна потреба людини сприятливо впливає на правильне функціонування і соціально-психологічну адаптацію.

Інстинкт – одне з найважливіших складових у структурі особистості, що створює умови адаптивності. Інстинктивну поведінку людини можна описати як поведінку з опорою на природні потреби організму. Але існують потреби, адаптивні в даному соціальному середовищі, та потреби, що призводять до дезадаптації. Адаптивність чи дезадаптивність потреби залежить від цінностей людини та від об'єкта-мети, куди вони спрямовані. Дезадаптивність людини виявляється у невмінні адаптувати вимоги до потреб. Дезадаптована особистість зможе відповідати вимогам, що пред'являються суспільством, виконувати свою соціальну роль. Коли особистість зазнає тривалого внутрішнього і зовнішнього конфлікту – це і є ознака дезадаптації, що виникає. Причому пусковий механізм для адаптивного процесу не наявність конфліктів, а факт того, що ситуація набуває значення проблемної.

«Процес соціально-психологічної адаптації – взаємодія особистості та групи, – протікає без тривалих зовнішніх та внутрішніх протиріч, особистість виконує свою основну діяльність, вільно відповідає тим рольовим очікуванням, які пред'являє до неї група» [6, с. 171].

З терміном соціально-психологічної адаптації схоже поняття соціалізації. Вони позначають взаємозалежні процеси. У той самий час особистість може бути соціалізованою, але дезадаптованою. Більш того, причиною дезадаптованості людини може бути високий рівень її соціалізації. Соціалізація – це засвоєння людиною соціального досвіду того суспільства, до якого він має відношення. У процесі соціалізації індивід активно відтворює та нарощує системи соціальних зв'язків [2]. Соціалізація особистості – це формування та становлення особистості через оволодіння соціальним досвідом. Психологічна адаптація виступає однією з провідних і визначальних механізмів соціалізації особистості. Самореалізація, розвиток, перехід у самодостатній соціальний організм – ось основна мета адаптації особистості. Найчастіше категоріями, що наповнюють зміст процесу соціально-психологічної адаптації, є такі: 1) самореалізація індивіда, 2) взаємодія індивіда з довкіллям, 3) засвоєння норм і цінностей колективу, 4) формування позитивного ставлення до соціальних норм.

Основним критерієм виділення стадій адаптаційного процесу служить поведінка особистості сфері взаємовідносин із членами групи. Означимо три стадії. Перша стадія – орієнтовна – характеризується протиріччями між уявленнями, очікуваннями особи, що адаптується, і реальним станом справ. Характерна стриманість у спілкуванні, скутість у поведінці. Друга стадія – істинної адаптації – характеризується оцінкою ступеня відповідності вимог, що висуваються, та їх застосуванням членами груп. Усвідомивши реакцію на вимоги, що висуваються, особистість виробляє стратегію спілкування і поведінки, спрямовану на встановлення відповідності між вимогами, що висуваються, їх застосуванням і реалізацією серед членів групи. Третя стадія –

стабілізації – характеризується встановленням динамічної рівноваги у взаємовідносинах між особистістю, що адаптується, і соціальним оточенням, коли висувуються вимоги відповідають їх реалізації серед членів групи.

Процес соціально-психологічної адаптації передбачає розгляд співвідношення двох процесів, у яких особистість виступає, з одного боку, об'єктом багатоаспектного взаємодії, з іншого – є творчим суб'єктом. Це співвідношення по-різному в різних парадигмах. Воно відбито у концепціях: психічного як процесу (автор С. Рубінштейн) та діяльнісного підходу (автор О. Леонт'єв). Дослідники, що спираються на теорію психічного як процесу, адаптацію визначають через поняття «психологічної включеності» особистості соціального середовища. Це процес включення особистості до нового для неї соціального середовища, зокрема, до колективу.

У результаті соціально-психологічної адаптації реалізуються потреби, інтереси та прагнення особистості, розкривається і розвивається її індивідуальність, особистість входить у нове соціальне оточення, стає повноправним членом колективу, самостверджується. До її зовнішніх умов відносять спільну діяльність, досягнення кінцевого результату, а також єдиного простору та одночасно виконання індивідуальної діяльності. Крім цього, до зовнішніх умов відносять здатність групи, що адаптує, характер взаємовідносин у колективі, ціннісні орієнтації, традиції колективу, соціально-психологічний клімат. Успішність адаптації великою мірою залежить від цього, як узгоджується система відносин особистості з цінностями групи [7].

Перебіг адаптації впливає як найближче оточення людини, а й так званий вторинний колектив, частиною якого є мала група (первинний колектив). Тому є потреба враховувати макроскопічні чинники. Ця необхідність викликана тим, що конкретний колектив, членом якого стає людина, є елементом вторинного колективу, певним носієм його і традицій. Поруч із входженням у структуру ділових і міжособистісних відносин групи відбувається інтегрування особистості сформовану систему макросередовища. Таким чином, зовнішні

умови соціально-психологічної адаптації включають практично всі характеристики малої групи, безпосередньо діє на людину, а також вплив ширшої соціальної середовища (довкілля). До внутрішніх умов адаптації відносять властивості, що належать до найвищих рівнів особистісної структури. Це найчастіше установки, ціннісні орієнтації, спрямованість, самооцінка. Що особливо важливо, названі характеристики відображають систему відносин особистості до діяльності, до інших людей і до самого себе [17; 39: 45].

Наголосимо на зв'язку адаптації з такими особистісними характеристиками, як тривожність і навіюваність, емоційно-вольове самовладання. Окремо виділяють таку властивість, як активність особистості. Активність необхідно розглядати у двох аспектах: її зміни та збереження. Це означає, що з входження у нове середовище відбувається зміна системи відносин людини. Але при цьому особистість не просто засвоює цілі, ціннісні орієнтації, уявлення групи, а проявляє себе як суб'єкт соціальної діяльності. Крім цього, другий бік активності залежить від здатності зберігати себе, тобто залишати незмінним ядро своїх стосунків. У цьому плані адаптація представляється як процес самоствердження, самореалізації, самовираження особистості. Таким чином, особистість як суб'єкт відносин із соціальними спільнотами, в яких вона включена, виходить за рамки якогось замкнутого простору всередині органічного тіла індивіди та виявляє себе у просторі міжіндивідуальних відносин.

2.2. Умови соціально-психологічної підтримки у процесі адаптації учасників бойових дій

Задовго до появи об'єктивних наукових досліджень у суспільній свідомості сформувався образ комбатанта-ветерана як порушника спокою загальноприйнятих форм поведінки, що завдає чимало неприємностей

оточуючим. Однією з основних причин загалом негативного ставлення населення країн, що брали участь у війнах до учасників бойових дій стала непопулярність війни в громадській думці, що яскраво виявилася в демонстраціях і маршах протесту пацифістів. У США бачили в солдатах, що повернулися із зони бойових дій, одночасно і жертв і винуватців аморальної війни (Корея, В'єтнам, Ірак, Афганістан). Крім того, військові невдачі США у В'єтнамі(XX ст.) чи Афганістані(XXI ст.) виявилися тяжким ударом по американській самосвідомості. У звичайне ставлення до воїнів, які повернулися без перемоги додому, – спочатку ігнорувати, а потім забути.

Вчені зазначали, що наукові звіти про психологічні, а іноді й психіатричні наслідки війни для її учасників, можливо, завдали більше шкоди, ніж користі. Призначені для інформування фахівців звіти про результати досліджень інтерпретувалися засобами масової інформації як основа для опису всіх ветеранів. Учасники війни стали зображуватися як «клінічний випадок»: люди, у яких якщо зараз немає видимих розладів психіки, вони можуть раптово з'явитися у майбутньому. Очевидно, що труднощі, з якими зіткнулися ветерани у США, часто аналогічні проблемам комбатантів в нашій країні.

Становище цих категорій військовослужбовців посилюється тим, що характер їхнього психотравмування особливий. Крім психотравми, що завдається під час ведення бойових дій, вони отримують моральну травму, інколи пов'язану з проявами нерозуміння з боку суспільства. Якщо весь комплекс екстремальних чинників, що діють на військовослужбовця під час ведення бойових дій, можна віднести до первинних стресогенних факторів (реальний ризик для життя, інтенсивні фізичні та психологічні навантаження, небезпека та ін.), то після повернення у цивільне життя ці військовослужбовці відчують дію вторинних стресогенних чинників, яких ставляться до них: 1) неоднозначне ставлення громадської думки; 2) відсутність допомоги з боку держави у вирішенні соціальних проблем, що сприймається як забуття їхніх бойових заслуг.

Дія вторинних стресогенних чинників, що призводять до негативної соціально-психологічної адаптації, раніше не було предметом спеціальних наукових досліджень. Саме ці фактори, на наш погляд, ускладнюють перебіг процесу адаптації комбатантів до умов цивільного життя. Вторинне психотравмування вторгається у вищі смислові прошарки, порушуючи особистісну цілісність. Це може призвести до дезадаптації цієї категорії колишніх військовослужбовців, як професійних військових, так і мобілізованих цивільних.

Американські дослідники посттравматичних розладів виділили як один із факторів, що сприяють виникненню соціально-психологічної дезадаптації ветерана, особливості його повоєнного соціального оточення (культурний рівень; рівень взаємної підтримки; ставлення до війни, в якій брав участь ветеран). Інколи нерозуміння з боку соціального докільця, відсутність підтримки призвело до того, що багато з комбатантів, несучи в собі заряд жорстокості, зіткнувшись з байдужістю влади на місцях, стали на шлях злочинності. Таким чином, відсутність необхідної соціально-психологічної підтримки цих категорій військовослужбовців призводить до тяжких соціальних наслідків: ці люди використовуються тими, хто зацікавлений у розпалюванні міжнаціональних, соціальних та інших негараздів у сучасному українському суспільстві.

Виховані війною, що звикли до екстремальної ситуації у своїй діяльності, у мирних умовах не отримали тепла, співчуття та розуміння після демобілізації, колишні воїни прагнуть повернутися у звичний для них стан війни. Моральні цінності, що існують у будь-якому суспільстві, виправдовують ведення війни в тому випадку, якщо йдеться про визвольну війну. Ці війни мають характер народних, визвольних, у зв'язку з чим набувають смислових контекстів війни священної, вітчизняної тощо. Війни, що залишають по собі як руйнацію і смерть, ставлять низку серйозних проблем з психологічним статусом

військовослужбовців, які брали участь у них. Перебування на війні супроводжується комплексним впливом низки чинників:

1) чітко усвідомлюваним почуттям загрози життю (так званим біологічним страхом смерті, поранення, болю, інвалідизації);

2) особливим стресом, що виникає у людини, яка безпосередньо бере участь у бойовій дії; поряд з цим з'являється психоемоційний стрес, пов'язаний із загибеллю товаришів чи із необхідністю вбивати людину, нехай і противника;

3) впливом специфічних факторів бойової обстановки (дефіцит часу, прискорення темпів дій, раптовість, невизначеність, новизна);

4) негараздами та позбавленнями (нерідко відсутністю повноцінного сну, особливостями режиму харчування);

5) незвичайним для учасників війни кліматом та рельєфом місцевості (гіпоксія, спека, підвищена інсоляція).

До важливих факторів ризику розвитку психічних розладів відносяться особистісні особливості, включаючи соціопатичний розлад, а також наявність у комбатанта алкогольної чи наркотичної залежності. Ці чинники знижують здатність особистості до подолання травматичних стресових переживань. До факторів, що полегшують профілактику, належать здатність людини до емоційного самоконтролю, наявність високої самооцінки, здатність до своєчасної інтеграції травматичного досвіду інших у свій життєвий досвід, а також наявність адекватної соціальної підтримки.

Реакція людини на травмуючу ситуацію зумовлена також і такими факторами, як можливість підтримки його з боку довірених осіб. У цьому ховається одна з причин того, чому на деяких клієнтів соціальних працівників така руйнівна дія справляє втрата сім'ї та близького оточення. Результат багато в чому залежить від того, наскільки вчасно клієнту було надано відповідну фахову допомогу. Значною є також участь у переживанні реакції на травму сім'ї. При підозрі на наявність психічних негараздів доцільно тактовно і співчутливо розпитати клієнта про події, що мали місце в минулому. При

першому ж торканні цієї теми клієнт може дати афективну реакцію, яка дасть значну інформацію.

Висновки до розділу 2

Психологічна адаптація розкривається як пристосування індивіда до умов і завдань лише на рівні психічних процесів. Соціальна адаптація є системою, що спрямована на оволодіння новими громадськими зв'язками. Вона не усуває біологічні форми адаптації, а видозмінює і опосередковує, включаючи їх як регульований, так і модифікований нею внутрішній елемент. Соціально-психологічна адаптація – це взаємовідносини особистості та групи, при якому особистість без тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів продуктивно виконує свою провідну діяльність, задовольняє свої соціогенні потреби, повною мірою йде на зустріч рольовим очікуванням, які пред'являє до неї група, переживає стан самоствердження та вільно виражає нормальну, девіантну та патологічну види адаптації. Таким чином, аналіз проблеми дозволяє визначити соціально-психологічну адаптацію як процес входження особистості в колектив, у нове для неї соціальне середовище (довкілля). Виходячи з того, як складаються взаємини особистості та групи можна виділити такі види адаптації: нормальну, девіантну та патологічну. Адаптація сприймається як певний період, після якого встановлюється оптимальне співвідношення особистості та її оточення, тобто. досягається стан адаптованості. У цьому процесі виділяються такі стадії: орієнтовна, істинної адаптації та стабілізації, яка, за своєю суттю, для особи, що адаптується, і є станом адаптованості.

РОЗДІЛ 3

ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАДАПТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

3.1. Практика соціально-психологічної підтримки комбатантів

Будь-яка війна – це жахлива у своїй реалістичності і трагічності драма, що незмінно розігрується в душі кожного солдата, що залишає незабутні сліди. Про справжні масштаби негативних наслідків війни сьогодні можна лише приблизне уявлення. Єдине, що можна стверджувати точно – це те, що жодне з відомих природних лих та техногенних катастроф незрівнянно з війною за ступенем екстремальності та за своїми соціально-психологічними наслідками. Дослідження поведінки людини в надзвичайних ситуаціях показують, що якщо звичайна людина в найбільш небезпечних ситуаціях природного лиха, техногенної катастрофи, війни та ін., як правило, може діяти згідно з інстинктом самозбереження (утекти, сховатися, не діяти тощо), то військовослужбовець у найнебезпечніші моменти бою змушений діяти всупереч інстинктам самозбереження, всупереч потребам власного організму, в ім'я цілей і інтересів. Він зобов'язаний продовжувати виконання бойового завдання, долаючи опір своєї природи та вроджених регуляторів активності.

У цьому плані можна говорити, що з війною зовнішньою, у душі кожного солдата йде своя внутрішня війна, війна між страхом і боргом. І ця внутрішня війна найчастіше виявляється важчою і драматичнішою, ніж зовнішня. Людина, яка побоюється за своє життя, перебуває у постійній напрузі, намагаючись передбачити час і характер своєї загибелі. Чинники, що впливають на комбатанта, поєднують різноякісні загрози. Так, екстремальні чинники бою можуть цілеспрямовано створюватися противником і виявлятися внаслідок

прорахунків у створенні бойових дій та його всебічного забезпечення. Дія загрозливих факторів бою має пролонгований характер. Якщо звичайна людина в зоні природного лиха і навіть у ході військових дій може знаходити можливість для перепочинку, то військовослужбовець перебуває в ситуації небезпеки постійно, незалежно від того, знаходиться він на лінії зіткнення з супротивником, у своєму ближньому тилу або в тилу противника.

«Щоб вижити, учасникам бойових дій необхідно перебудувати структуру своєї психіки, перевести її на новий режим функціонування, самим потрібно адаптуватися до найгрізніших стресових чинників. З перших днів участі у бойових діях (а часто і до їх початку) у військовослужбовців запускаються механізми короткострокової та довгострокової адаптації, виробляються специфічні копінг-стратегії та навички повсякденного виживання» [22, с. 193]. У процесі пристосувальної активності психіка воїна радикально перебудовується, «воєнізується», набуває властивостей «надчутливості», «надреактивності», «надрозуміння» та ін. «Ці трансформації відбуваються на психофізіологічному, психологічному, соціально-психологічному рівнях і часом доходять до нормальних рівнів. У людини в умовах війни формується певний спеціальний психологічний орган, що дозволяє миттєво розуміти логіку рухів елементів зорового поля, звукових стимулів, значення слів, жестів та вчинків інших людей тощо. Цей орган відточує свою роботу і стає потужним регулятором поведінки військовослужбовця. Звичка відкритої, простої поведінки призводить до детренованості механізмів психологічного захисту внаслідок їхньої бездіяльності» [29, с. 311]. Повернути таку «психологічно оголену» людину в мирне життя без попередньої спеціальної підготовки – значить створити умови для її соціальної дезадаптації і навіть сприяти розвитку психологічних розладів.

Особливості впливу війни пов'язані із загостренням (формуванням) у комбатантів деяких специфічних потреб:

– бути зрозумілим суспільством, найближчим оточенням щодо мотивів, що рухали ними на війні; аргументів, що пояснюють необхідність, соціальну значущість участі у жорстокому насильстві;

– бути прийнятим у систему соціальних зв'язків і відносин зі своїм статусом, статусом захисника, людини-воїна;

– бути визнаними як людина, яка чесно і сумлінно виконала свій цивільний і військовий обов'язок;

– потреби у рятуванні від неактуальної психічної напруженості, що накопичилася на війні.

«Негативний вектор впливу війни проявляється у процесі перманентної психотравматизації військовослужбовців. Усі вектори впливу війни на людину ведуть до радикальної перебудови її психіки. Однак комплекс набутих на війні адаптивних реакцій стає дезадаптивним за межами зони бойових дій. Слід наголосити, що повернення невідготовленої до мирних умов життєдіяльності людини із закріпленими в психіці слідами війни може призвести до повторної психотравматизації. Психічна травма, викликана невідготовленим зіткненням з незрозумілим і чужим мирним суспільством, що стала, може бути сильнішою, ніж бойова психічна травма» [34, с. 112].

За таких умов перед воюючими збройними силами та державою гостро постають три проблеми. По-перше, яким чином повернути до соціуму повноцінних у психологічному відношенні громадян та одночасно захистити суспільство від їх можливої агресії та неконтрольованої спонтанної войовничості? По-друге, як уберегти учасників війни, сутнісно людей з «оголеною», незахищеною психікою від травмуючого впливу жорстокого для них мирного життя? По-третє, як завершити війну не лише формально, а й психологічно?

«У соціальній свідомості та практиці зафіксовано кілька критеріїв закінчення війни, що докорінно відрізняються один від одного. Перший полягає у підписанні мирного договору між воювали сторонами і є найефективнішим,

доступним сприйняття і розуміння актом, юридично вирішальним питання про припинення війни. Фізичне переміщення солдата з поля бою у мирну обстановку далеко не завжди означає його інтелектуальне, емоційне, відчутне повернення в обстановку повсякденних зв'язків та стосунків» [11, с. 154].

Вищевикладене ставить гостро питання необхідність забезпечення організованого, керованого психологічного повернення учасників бойових дій у мирне життя. Ця проблема відносно нова і виникла фактично лише наприкінці минулого століття та викликана появою нового типу воєн у XXI столітті. Швидке, але непідготовлене повернення учасників сучасних воєн у мирні умови життя породжує низку соціально-психологічних проблем. У сучасних умовах військовослужбовець може вранці брати участь у бойовому зіткненні в зоні бойових дій, вдень його може замінити на бойовому посту інший військовослужбовець, а надвечір він може опинитися на вулицях міста, що живе мирним життям. Реакцію солдата, що щойно вийшов з бою, і наслідки конфліктних ситуацій передбачити важко.

Раніше учасники бойових дій поверталися на батьківщину протягом багатьох тижнів і місяців, вони багато разів ділилися один з одним своїми спогадами, кожен із них багато разів виступав для товаришів терапевтом, консультантом, який розуміє слухача. У ході цих душевних бесід спрацьовували психологічні механізми відреагування, когнітивно-сміслового опрацювання травматичного досвіду в умовах дієвої емоційної підтримки, інтеграції цього досвіду в особистісну історію та актуальне буття комбатанта. Сьогоднішнє психологічно невідреаговане повернення учасників бойових дій діє подібно до кесонної хвороби («закипання крові» внаслідок швидкого підйому водолазу з глибини). Ветеран з «воєнізованою психікою», який опинився в мирному суспільстві, подібний до людини без шкіри (без знаменитого фрейдівського «захисного шару» особистості) і будь-який дотик до його особистості викликає нестерпний біль.

Розуміння необхідності подолання соціально-психологічних наслідків війни існує, наприклад, у США, де розроблено стратегію організованого психологічного повернення учасників війни у мирне суспільство. Після виведення з театру бойових дій солдати протягом трьох місяців проходять реабілітацію в так званих таборах пост розгортання («Demobilization and Reintegration camp»). Слід зазначити, що свого часу у нас проводилися реадaptaційні заходи з військовими моряками після їхнього повернення з тривалих плавань, проте такі заходи практично не містили психологічного аспекту.

У вітчизняній науці сьогодні є підстави для розробки теоретичної бази соціально-психологічної адаптації – спеціального організованого тривалого періоду заходів, що забезпечують перехід психіки учасників бойових дій, що розпочали мирне життя, з військового на мирний режим функціонування, поступового, поступового включення їх до системи соціальних відносин мирного часу.

За сучасними уявленнями соціально-психологічна адаптація учасників бойових дій складає:

- 1) спеціальний період життєдіяльності військових частин та підрозділів, своєрідний «психологічний карантин» («психологічна дезінфекція»);
- 2) створення реадaptaючого середовища навколо ветеранів бойових дій у військовій частині та сім'ї військовослужбовця;
- 3) виявлення комбатантів, що мають ознаки хронічного стресу, посттравматичного стресу (ПТСР), особистісної кризи та проведення з ними заходів психологічної реабілітації.

«Психологічний карантин» передбачає:

– когнітивно-сміслову переробку, структурування травматичного та субтравматичного бойового досвіду, відреагування травматичних ситуацій;

- задоволення специфічних потреб, зокрема, розбір бойових дій, у яких брали участь військовослужбовці, наскільки можна позитивна оцінка вкладу кожного їх у вирішення бойових завдань;

- психологічну підготовку до типових психотравматогенних ситуацій мирного життя;

- поступове переведення психіки з «військового» на «мирний» режим функціонування (зміна рівня пильності, психічної напруги, психологічної готовності, реактивності тощо);

- зниження бойової напруги (залучення військовослужбовців у динамічну, ненудну та нескладну повсякденну службову діяльність);

- виявлення військовослужбовців, які отримали бойові психічні травми та надання їм соціально-психологічної допомоги;

- поступове, поетапне залучення людей з «невоєнізованою» психікою в контакти з ветеранами бойових дій, що проходять реадаптацію.

Створення адаптуючого середовища передбачає:

- задоволення специфічних потреб (гідну зустріч учасників бойових дій у місцях постійної дислокації їх частин та підрозділів, за місцем їх проживання; публічне визнання соціальної значущості їх участі у бойових діях, визнання їх нового соціального статусу; прийняття їх розуміння специфічних цінностей бойового братерства, особливостей психічних реакцій та поведінки ветеранів та ін.);

- когнітивно-сміслову переробку травматичної інформації та відреагування травматичних ситуацій (наприклад, шляхом залучення ветеранів бойових дій до активної громадської роботи);

- створення системи соціально-психологічної підтримки (сприятлива психологічна атмосфера в сім'ї, в колективі; раннє виявлення, швидке та позитивне вирішення міжособистісних конфліктів за участю УБД; забезпечення можливостей для неслужбового спілкування та взаємодії).

– поступове стирання соціальної стратифікації комбатантів за критерієм їх участі в бойових діях.

Таким чином, у здійсненні соціально-психологічної адаптації учасників війни велике значення має робота із соціумом, який готується до повернення ветеранів до мирного життя. Саме від його готовності та здатності прийняти та асимілювати людей з «оголеною психікою» значною мірою залежить, чи отримають свій розвиток психологічні наслідки участі у війні. У роботі з психологічними наслідками участі у бойових діях робиться дедалі більший ухил в бік роботи з образом і сенсом психотравми, а не з її симптоматикою. Для цього ведуться дослідження з використання у роботі відповідних фахівців систем віртуальної реальності, сучасних персональних засобів електронної комунікації.

3.2. Рекомендації щодо створення програми соціально-психологічної підтримки учасників бойових дій

Враховуючи міжнародний досвід, а також вітчизняні напрацювання, проаналізовані нами в ході підготовки цієї роботи потреби та запити комбатантів, можна сформулювати наступні рекомендації та побажання щодо створення української програми соціально-психологічної підтримки учасників бойових дій у процесі адаптації до умови цивільного життя.

1. Комплексний підхід до реабілітації комбатантів набуває важливості у зв'язку з необхідністю вирішення різноманітних аспектів їхнього повернення до цивільного життя після демобілізації. Програма підтримки повинна охоплювати фізичний, психічний, соціальний, культурний та інші аспекти, оскільки ветерани стикаються з низкою викликів, таких як працевлаштування, відновлення соціальних зв'язків, отримання заслужених соціальних пільг, інтеграція власного досвіду зони бойових дій в свідомість, а також планування

та організація майбутнього цивільного життя. Для ефективної підтримки ветеранів необхідна співпраця фахівців різних напрямків, таких як психологи, юристи, соціальні працівники, медики-реабілітологи, представники громадських організацій. Важливим елементом успішної реалізації програми є не тільки доступ до різних фахівців, але й їхнє обізнання з конкретними потребами комбатантів. Це вимагає від фахівців не лише знань у своїй сфері, але й розуміння того, як найефективніше надавати допомогу цій особливій категорії громадян. Такий комплексний підхід до адаптації сприяє швидкому та ефективному задоволенню нагальних потреб ветеранів та забезпечує необхідну соціальну підтримку, що може значно зменшити ризик розвитку психотравматизації та інших негативних наслідків.

2. Основна мета програм – інтеграція досвіду бойових дій в особистість комбатанта задля забезпечення його нормального соціального функціонування в цивільному житті та сприяння посттравматичному зростанню. Кількість учасників бойових дій в Україні після закінчення війни буде значною. Якась їх частина залишиться в лавах збройних сил і надалі, але велика їх кількість повернеться у цивільне життя, з якого їх вирвала війна. Переважно це люди працездатного віку, на яких держава покладатиметься в процесі економічного та демографічного відновлення України. Отже, цілі програми підтримки мусять йти далі та бути масштабнішими, аніж просто полегшення симптомів розладів, отриманих внаслідок бойового стресу, чи запобігання психотравматизації.

3. Участь у програмі, зокрема отримання психологічної допомоги, повинна охоплювати не лише осіб, які брали участь у бойових діях, але й членів їх сімей. Оскільки учасники бойових дій часто переживають значущі особистісні зміни внаслідок отриманого досвіду війни, це впливає на їхні взаємини з родиною і друзями. Це також означає, що члени сімей будуть зіштовхуватися з новою і значущою частиною особистості своїх рідних та близьких. Переосмислення цінностей та життєвих пріоритетів може викликати болісні переживання не лише для самого комбатанта, але й для його оточення.

Ситуації, коли стосунки можуть припинитися або отримати нові форми, є немало розповсюдженими. Важливо враховувати, що обидві сторони в таких стосунках можуть зіткнутися з неочікуваними викликами і не завжди готові до таких змін.

4. Держава та суспільство задає контекст, в якому відбувається процес соціально-психологічної підтримки учасників бойових дій, а отже, несе часткову відповідальність за його ефективність. Учасники бойових дій часто мусять знову шукати відповідь на питання «хто я?» після повернення з війни. Пошук цієї відповіді відбувається не лише у внутрішньому світі комбатанта, а й у зовнішньому, тобто в суспільстві. Позитивне ставлення як до героїв нації, визволителів сприятиме ефективному процесу ресоціалізації. В свою чергу, неоднозначна оцінка військових дій, самої війни і участі в ній, навпаки, ускладнить цей процес, адже лише поглиблюватиме почуття провини та посилюватиме соціальну ізоляцію комбатантів від цивільного оточення, а це прямий шлях до важких наслідків психотравматизації – депресії, зловживання токсичними речовинами чи спроб самогубств.

5. Важливою задачею є відмова від стигматизації в суспільстві та сприяння розповсюдженню ідеї про те, що просити про допомогу щодо психічного здоров'я не лише не є соромним, але й є необхідністю, схожою на догляд за фізичним здоров'ям. Комбатантам, які пережили воєнне пекло, складно визнати перед собою та іншими, що вони можуть потребувати підтримки. У кожного може бути свої причини для утримання від звернення за допомогою. Це може бути фінансова неспроможність, невідомість про існуючі можливості отримання допомоги, чи навіть відчуття відсутності морального права через виживання в порівнянні зі зниклими побратимами або тими, хто повернувся інвалідами. Ця проблема є актуальною не лише для України, а й для світового співтовариства. Робота з такими переконаннями та пропаганда ідеї, що звертатися за допомогою є нормою, є дуже важливою. Для цього можна використовувати різні методи, зокрема інформування громадськості про

проблему та доступність необхідної допомоги, використовуючи різноманітні інформаційні канали, які сучасний світ пропонує в достатній кількості.

Результатом формування такої програми має стати повна інтеграцію учасників бойових дій в цивільне життя, в якому вони роблять свій внесок в розбудову країни, планують в ній своє майбутнє, отримують достатній рівень соціальної підтримки та мають гарний рівень загального благополуччя. А наслідки психотравматизації, отриманої внаслідок участі в бойових діях, якщо й існують в їх житті, то не мають значного впливу на якість життя комбатантів та стосунків з їх близьким оточенням, а також не заважають нормальному функціонуванню як члена суспільства завдяки широкому доступу комбатантів до необхідної фахової допомоги, в тому числі соціально-психологічної, коли вони її потребують.

Висновки до розділу 3

Таким чином, факт фізичного повернення учасника бойових дій у мирне життя не збігається з психологічним вбудовуванням його в систему соціальних зв'язків та відносин мирного часу, і в останньому випадку є складнішим, тривалішим, менш вираженим, – і в певному сенсі – неочевидним явищем. З огляду на вищевикладене представляється необхідним проводити соціально-психологічну реадaptaцію комбатантів, сутність якої складають когнітивно-сміслово переробка травматичної інформації та досвіду, відреагування травматичного матеріалу в умовах емоційної підтримки, вирішення особистісних проблем ветеранів та усунення у них симптомів психічного розладу. Для цього необхідно поєднувати зусилля соціальних і психологічних служб силових структур для проведення досліджень, спрямованих на уточнення психологічної реальності та психологічних наслідків війни, методів

їх виявлення та корекції з метою організації всебічної соціально-психологічної допомоги ветеранам бойових дій.

ВИСНОВКИ

1. На долю учасників бойових дій випало багато нелюдських переживань. Події війни впливали не тільки своєю інтенсивністю, а й частою повторюваністю, травми йшли одна за одною, так що людина не мала часу отямитися. У таких нових за сучасними мірками умовах для виживання були потрібні такі навички та способи поведінки, які не можна вважати нормальними та загальноприйнятими у мирному житті. Повертаючись із фронту, учасник бойових дій стикається із складним процесом адаптації до мирного життя. Наслідки війни негативно впливають на учасників бойових дій: погіршення психофізичного здоров'я та здатності демобілізованого бійця самостійно рефлексувати щодо набутого досвіду. Багато з цих стереотипів поведінки, придатних тільки для бойової обстановки, так глибоко пустили коріння, що позначатимуться ще багато років. Тому всі ветерани мають пройти період адаптації до нових умов цивільного життя.

2. Перехід від бойової обстановки до мирного життя найчастіше є швидким, нерідко психологічно болючим, коли людині дуже важко перебудуватися та інтегруватися в цивільний соціум. В умовах постійної загрози життю у військовослужбовців відбуваються особисті зміни, формується комбатантна акцентуація. Вона характеризується сукупністю набутих у результаті безпосередньої участі у бойових діях і раніше існували особистісно-характерологічних особливостей, динаміка яких визначається специфікою бойових та мирних умов існування. Військовослужбовці вже в умовах мирного життя продовжують оцінювати соціальне довкілля на предмет виявлення небезпеки, а найменший інцидент може спричинити надмірну агресивну реакцію. Виявляється, що їхнє світосприйняття не співвідноситься зі звичними зразками поведінки представників громадянського життя, а пережитий на війні досвід, що виходить за межі життєвого простору цивільних виявляється незатребуваним.

3. Проблема соціально-психологічної підтримки адаптації учасників бойових дій особливо гостро заявляє себе у період соціально-економічних змін, що супроводжуються кризами і воєнним станом, що потрясли Україну за останні роки і з усією очевидністю показали, наскільки важлива допомога учасникам бойових дій повернутися у мирне соціальне довілля. Воююча армія пропускає через себе багатомільйонні маси людей і після демобілізації виплескує їх назад у громадянське суспільство, вносячи до нього при цьому всі особливості мілітаризованої свідомості і тим самим істотно впливаючи на подальший розвиток соціуму. Необхідно відзначити, що вивчення психологічних наслідків війни є досить складним процесом, що пов'язано з кількома причинами. По-перше, психологічні наслідки війни зумовлені, як правило, впливом багатьох екстремальних чинників бойової обстановки. Тому їх діагностика та корекція потребують комплексного підходу. По-друге, на ступінь їхнього прояву впливає рівень стресогенності постбойової обстановки, в яку потрапляє колишній комбатант. По-третє, психологічні наслідки війни можуть виявлятися не відразу після повернення в мирні умови, а трохи згодом.

4. Психологічна адаптація розкривається як пристосування індивіда до умов і завдань лише на рівні психічних процесів. Соціальна адаптація є системою, що спрямована на оволодіння новими громадськими зв'язками. Вона не усуває біологічні форми адаптації, а видозмінює і опосередковує, включаючи їх як регульований, так і модифікований нею внутрішній елемент. Соціально-психологічна адаптація – це взаємовідносини особистості та групи, при якому особистість без тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів продуктивно виконує свою провідну діяльність, задовольняє свої соціогенні потреби, повною мірою йде на зустріч рольовим очікуванням, які пред'являє до неї група, переживає стан самоствердження та вільно виражає нормальну, девіантну та патологічну види адаптації.

5. Всебічний аналіз проблеми дозволяє визначити соціально-психологічну адаптацію як процес входження особистості в колектив, у нове для неї

соціальне середовище (довкілля). Виходячи з того, як складаються взаємини особистості та групи можна виділити такі види адаптації: нормальну, девіантну та патологічну. Адаптація сприймається як певний період, після якого встановлюється оптимальне співвідношення особистості та її оточення, тобто досягається стан адаптованості.

6. Вже десять років поруч з нами продовжують жити комбатанти, які відчували себе, свою волю, фізичні та моральні можливості на полі бою. Ще більші випробування на них очікують після повернення у мирне життя, у період адаптації та інтеграції до цивільного соціуму. З одного боку, наслідки «дарунку війни» у вигляді набутих синдромів стануть невід'ємними супутниками їхнього життя, а, з іншого боку, комбатантам необхідно щодня доводити суспільству право бути визнаними та прийнятими власними співвітчизниками. Адже повернення учасника бойових дій у мирне життя супроводжується психологічним улаштуванням в систему нових соціальних зв'язків та відносин. Цей процес є складнішим, тривалішим, менш вираженим, й почасти неочевидним явищем. З огляду на вищевикладене представляється необхідним проводити соціально-психологічну підтримку процесу адаптації комбатантів, сутність якої складають когнітивно-сміслова переробка травматичної інформації та досвіду, відреагування травматичного матеріалу в умовах емоційної підтримки, вирішення особистісних проблем ветеранів та усунення у них симптомів психічного розладу. Для цього необхідно поєднувати зусилля соціальних і психологічних служб силових структур для проведення досліджень, спрямованих на уточнення психологічної реальності та психологічних наслідків війни, методів їх виявлення та корекції з метою організації всебічної соціально-психологічної допомоги учасникам бойових дій, що повернулися з фронту.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаев Н. А. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методичний посібник. Київ: НДЦГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Алещенко В. І. Психологічна реабілітація військовослужбовців з постстресовими психічними розладами: навчальний посібник. Харків, ХУПС. 2005. 84 с.
3. Бадюк М. І. Медична реабілітація учасників бойових дій на регіональному рівні. *Екстрена медицина: від науки до практики*. № 1 (27). 2018. С. 21-30.
4. Бадюк М. І. Оптимізація медичної допомоги і військових підрозділах і частинах тактичного рівня Збройних Сил України у сучасних умовах. *Україна. Здоров'я нації*. 2016. №4/1(41). С. 13-18.
5. Білий В. Я. Еволюція поглядів та розвиток системи лікувально-евакуаційного забезпечення військ – уроки для Збройних Сил України. / Медичне забезпечення антитерористичної операції: науково-організаційні та медико-соціальні аспекти: зб. наук. праць. Київ : ДП «НВЦ» Пріоритети», 2016. С. 60-76.
6. Блінов О. А. Види та напрямки психологічної допомоги психотравмованим військовослужбовцям. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. Вип. 4 (41). С. 168-173.
7. Бриндіков Ю. Л. Сучасний стан психологічної реабілітації учасників бойових дій в Україні. Сучасні проблеми психології у контексті історико-психологічного пізнання : матеріали круглого столу. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2016. С. 13-14.
8. Бриндіков Ю.Л. Сучасний стан психологічної реабілітації учасників бойових дій в Україні. К., 2018. 144 с.

9. Ворона П.В., Ворона Л.І. Посттравматичний синдром викликаний зоною АТО та особливості його подолання: педагогіко-психологічні аспекти. *Імідж сучасного педагога*. 2016. № 9. С. 49-52.

10. Гайда І. М. Медична реабілітація військовослужбовців Збройних Сил України на регіональному рівні: метод. рекомендації. *Екстрена медицина: від науки до практики*. 2014. №4. С. 3-8.

11. Герман Д. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів : «Видавництво Старого Лева», 2015. 416 с.

12. Горбунова В. В., Карачевський А. Б., Климчук В. О. та ін. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2016. 91 с.

13. Горбунова В.В. та ін. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО : посібник для ведучих груп. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2016. 144 с.

14. Дмитренко Г. М. Психологічна реабілітація учасників АТО: види діяльності практичного психолога. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя*: зб. наук. праць. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. С. 248-252.

15. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.

16. Зінкевич Т.О. Терапія сімейних систем. К., 2012. 270 с.

17. Іпатов А. В. Комплексна технологія реабілітації інвалідів в Україні. *Медична реабілітація, курортологія, кінезотерапія*. 2004. №3(39). С. 44-45.

18. Іщенко А. Психологія війни: як допомогти ветеранам АТО повернутися до нормального життя. URL: <https://ukr.segodnya.ua/regions/donetsk/psihologiya-voynu-kak-pomoch-veteranam-ato-vernutsya-k-normalnoy-zhizni-1117099>. Дата звернення: 22.01.2024.

19. Кіх А. Ю. Форма та порядок складання індивідуальної програми медичної реабілітації військовослужбовців. *Наука і практика*. 2015. № 1-2. С. 49-54.
20. Кондрюкова В. В. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців силових структур, звільнених у запас : навчально-методичний посібник. Київ: Гнозіс, 2013. 116 с.
21. Кривоконь Н. І. Соціально-психологічне забезпечення соціальної роботи: монографія. Харків: ФОП Олійник, 2011. 480 с.
22. Лесков В. О. Психологічна реабілітація військовослужбовців запасу в системі мінімізації виявів негативних психологічних наслідків локальних воєнних конфліктів. Збірник наукових праць інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К. , 2006. Т. VIII, вип. 3. С. 191-197.
23. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19. 00. 09 «Психологія діяльності в особливих умовах». Хмельницький, 2008. 22 с.
24. Лінде М. Психологічне консультування: теорія та практика. Київ: Академія, 2021. 256 с.
25. Матяш М. М. Реабілітація інвалідів – учасників бойових дій в Київській області. *Міжнародний неврологічний журнал*. 2017. № 4 (90). С. 23-34.
26. Матяш М. М. Соціально-стресові розлади у структурі українського синдрому. *Український часопис*. 2016. № 3(113). С. 118121.
27. Матяш М. М. Український синдром: особливості посттравматичного стресового розладу в учасників антитерористичної операції. *Український медичний часопис*. 2014. № 6(104). С. 124-127.
28. Медична та соціальна реабілітація: навчальний посібник / за заг. ред. І. Р. Мисули, Л. О. Вакуленко. Тернопіль: ТДМУ, 2005. 402 с.
29. Михайлов Б. В. Комплексна санаторно-курортна реабілітація осіб,

постраждалих внаслідок участі в АТО. XV науково-практична конференція «Проблеми та перспективи етапного відновного лікування» 10-11 вересня 2015 р: тези доп. Тернопіль, 2015. С. 102-103.

30. Мульована Л. І. Методи психологічної допомоги учасникам АТО. *Молодий вчений*. 2014. №10 (13). С. 114-116.

31. Наказ МО України “Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України, які брали участь в антитерористичній операції, під час відновлення боєздатності військових частин (підрозділів)” від 09. 12. 2015 року № 702. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16> Дата звернення: 21.01.2024.

32. Напреєнко О. К. Психолого-психіатрична допомога постраждалим при збройних конфліктах: метод. реком. Київ, 2014. 34 с.

33. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.

34. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посібник. Том 1. К., 2018. 208 с.

35. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова та ін. Київ: Наш формат, 2017. 1068 с.

36. Паронянц Т. П. Виникнення і прояв післятравматичних стресових розладів у працівників органів внутрішніх справ в умовах виконання миротворчої місії ООН (на прикладі колишньої Югославії): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19. 00. 06 «Юридична психологія». Харків, 2004. 18 с.

37. Попелюшко Р. П. Основні критерії та діагностика посттравматичних стресових розладів у комбатантів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія : Психологічні науки. 2016. Вип. 2(1). С. 164-168.

38. Попелюшко Р. П. Особливості психологічної реабілітації учасників бойових дій засобами природничої рекреації. *Актуальні проблеми психології*:

зб. наук. пр. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка. Київ, 2015. Т. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 13. С. 198-207.

39. Посвістак О.А. Вплив Другої світової війни на шлюбно-сімейні стосунки та розвиток психологічних знань про сім'ю. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія*. 2016. Т. 21. Вип. 1 (39).

40. Протокол з діагностики та терапії ПТСР Національного інституту клінічної майстерності Великобританії (NICE). URL: [http:// guidance. nice. org. uk/cg26](http://guidance.nice.org.uk/cg26) Дата звернення: 12.09.2023.

41. Психіатрія : підручник / за ред. проф. О. К. Напрєєнка. Київ: Здоров'я, 2001. 584 с.

42. Психологічна корекція посттравматичних стресових розладів : навч.-метод. комплекс / укл. Л. М. Москалюк. К. : Вид-во Національної академії внутрішніх справ, 2014. 38 с.

43. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад / Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги. Київ, 2016. 52 с.

44. Романюк Ю. А. Медико-соціальне обґрунтування оптимізації системи лікувально-профілактичного забезпечення пенсіонерів Міністерства оборони України: автореф. дис... канд. мед. наук: спец. 14. 02. 03; НМАПО ім. П.Л. Шупика. К., 2010. 22 с.

45. Семігіна Т. Психосоціальна реабілітація комбатантів: міжнародна та вітчизняна практика. *Актуальні проблеми соціально-правового статусу осіб, постраждалих під час проведення АТО: Зб. матеріалів всеукр. наук.-практ. конф.* К.: Академія праці, соціальних відносин і туризму. 2017. 312 с.

46. Томе Г., Кехле Г. Психоаналітична терапія. Том 1. Київ: БФ «Еврідіка», 2021. 720 с.

47. Тополь О. В. Соціально-психологічна реабілітація учасників антитерористичної операції. *Вісник ЧДПУ*. 2015. №124. С. 230-233.
48. Тополь О. Соціально-психологічна реабілітація учасників антитерористичної операції. *Вісник Черкаського державного пед. ун-ту*. 2015. Вип. 124. С. 230-233.
49. Тохтамиш О. М. Реабілітаційна психологія: навч.-метод. посібник. Вінниця: Віндрук. 2004. 102 с.
50. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї: навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.
51. Хайрулін О.М. Психологія професійного вигорання військовослужбовців: монографія. Тернопіль: ТНЕУ, 2015. 220 с.