

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ
ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ
КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



Факультет лінгвістики та перекладу
Кафедра педагогіки та психології

МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

Борисова О.О.

*кандидат юридичних наук, магістр психології, практичний психолог,
кейс-менеджер мультидисциплінарної
команди з психореабілітації військових і членів їх родин*

КЛАСИФІКАЦІЯ БОЙОВИХ ТРАВМ УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ БАТЬКІВЩИНИ: НАРИСИ З КАБІНЕТУ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ

Жорстока війна, яка триває в Україні вже чимало років, після повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року принесла ще більш тяжкі руйнування наших міст, сіл, інфраструктури, економіки, соціального життя і людської психіки. Ці обставини ставлять нові задачі перед всіма науковими напрямками, а особливо – перед психологічною наукою, якій зараз буде відведено одну з головних ролей, та яка має задовільнити очікування та потреби українського суспільства. А саме: швидко та ефективно відреагувати на потреби часу, надавши чіткі і сталі моделі як теоретичного сенсу (відносно концепцій, доктрин, статей, монографій, які будуть пояснювати та розкривати багаточисельні феномени психологічних станів та реакцій), так і практичного змісту. Адже ступінь психотравмівного впливу бойового досвіду на ментальне здоров'я осіб, які приймають участь в захисті Батьківщини, сягає найвищого рівня.

Психологічні травми почали досліджуватись активно та прицільно, в першу чергу – представниками медичних професій, в періоди світових війни. Після Першої світової війни був запропонований термін «контузія» і відзначено, що емоційний стрес солдатів може викликати невротичний синдром, або бойовий розлад [1, с.185].

Подальший розвиток медичної науки та відокремлення від неї психологічного напрямку, який взяв на себе вивчення і дослідження людської душі, залишивши медицині тіло, привів до формування різноманітних концептів, підходів та поглядів на природу внутрішніх, «душевних» травм. В сучасному

науковому полі точаться дискусії щодо співвідношення понять «психологічна травма» та «психічна травма» [2].

В різних дослідженнях психічну травму/психотравму розділяють як: подію, патогенний вплив, зовнішній подразник, переживання безпорадності, пригнічуючи переживання, нестерпні руйнівні переживання; психологічний стрес; критичний стан; травма минулим [3, с. 52].

При цьому, в науці висловлюються думки, що психотравму може викликати не обов'язково (та не тільки) подія, яке несе пряму загрозу життю, травмувати може також подія, яка з точки зору стороннього спостерігача не є жахливою, але для окремої особи може мати великий вплив на емоційно-моральну сферу та викликати стресову або навіть гостру стресову реакцію. А скласти повний і вичерпний перелік психотравмівних подій чи ситуацій – не передбачається можливим.

Вірність цієї позиції підтверджують чисельні історії, які звучать в психологічному кабінеті і засвідчують унікальність сприйняття світу кожною окремою людиною, в залежності від її внутрішньої психічної конструкції, яку було сформовано сукупністю чинників – генетичних, біологічних, трансперсональних, соціальних, особистого досвіду тощо.

В процесі надання психологічних послуг військовим, які приймали участь в бойових діях на фронтах, впродовж 2022-2023 років, було виявлено/складено перелік фактів травматичного досвіду, про які отримувачі послуг розповідають під час психореабілітаційного процесу. Неодноразово фіксується емоційне та когнітивне перевантаження психіки бійців великою кількістю тяжких вражень, що створює в людей відчуття внутрішньої плутанини, знесилення, безсилля. Травмівні спогади з'являються у вигляді флешбеків та румінацій, отримувачі послуг описують свій стан як «застрявання в урагані картинок різноманітних подій» які траплялись з ними під час знаходження в зоні бойових дій. Нижче буде наведено скорочений перелік психотравм, про які йде мова в кабінеті психореабілітації.

Травма втрати побратима/ів – найбільш розповсюджена. Абсолютно всі отримувачі послуг, з якими працювали члени мультидисциплінарної команди, відзначили як драматичну і болісну подію, загибель бойових товаришів. Згадки про це найчастіше визивають емоційну реакцію, яка висловлюється через сльози, важке дихання, тремтіння в голосі. Є нагальна потреба в розробці ефективних протоколів психотерапевтичного лікування та/або супроводження таких травм. Військовослужбовці потребують зрозумілої та адаптованої спеціально для них моделі проживання втрати побратима/побратимів, розробленої з врахуванням обставин сьогодення: брак вільного часу (служба не чекає), відсутність вільного планування, фізичні навантаження або щільний графік фізичної реабілітації, можлива наявність постійного болю після фізичної травми чи поранення, повернення в зону бойових дій після відпустки чи лікування.

Травма відняття життя – так ми умовно називаємо комплекс болісних спогадів та когнітивно-емоційний реакцій, який супроводжує інформаційний матеріал про процес знищення ворогів, під час зачисток або в боях. Варто відзначити, що переважна більшість отримувачів послуг були цивільними людьми до початку повномасштабного вторгнення російської федерації, не проходили тривалої воєнної підготовки перед отриманням бойового досвіду і, після його отримання, проживали адаптацію до нових обставин свого життя самотужки. Під час роботи ми не використовуємо слово «вбивство» в контексті результатів виконання бойових завдань, ми кажемо про «ліквідацію» та «знищення» ворога. Оскільки в цивільному житті вбивство людини є злочином, за який передбачено покарання Кримінальним кодексом України, табування цього вчинку на психічному рівні здорової людини досягає максимального рівня. Але війна перевертає шкалу добра і зла, змушуючи людей робити те, чого б вони не зробили в мирному житті. Найчастіше про неприємні враження від знищення ворога говорять особи старшого віку (за 40 років).

Травмівними часто є стосунки солдата з командиром свого підрозділу, в діях та наказах якого отримувачі послуг вбачають несправедливість, неповагу, погане ставлення до себе, невиправданий ризик. Умовно цю сукупність

трамвійних вражень ми називаємо «командирська травма». Відсутність допомоги в оформленні документів, які фіксують отримане бойове поранення, а іноді, відвертий саботаж, також викликає обурення та чинить істотний вплив на психо-емоційний стан Захисників та Захисниць, викликаючи агресію та дратівливість, розчарування, відчуття безсилля та зустрічі з несправедливістю. Що негативно впливає на бойовий дух та мотивацію.

Окремим видом психологічних травм можна назвати травми, отримані під час надання медичної допомоги, або «травми медичної сфери» – важкого змісту історії, які приносять в кабінет психолога отримувачі послуг, стосуються як надання первинної медичної допомоги на місці бою (медична допомога низької якості, відсутність необхідних засобів та препаратів, браковані турнікети), так і процесу надання медичних послуг в закладах охорони здоров'я (неуважне ставлення медичного персоналу, ігнорування скарг на погане самопочуття, недостатнє обстеження, відсутність своєчасного призначення реабілітації, не екологічне спілкування та ін.). Існує невтішна тенденція – в медичних картках солдат не фіксуються контузії. Якщо отримувач послуг проходив лікування, наприклад, в травматології і під час знаходження в стаціонарі неодноразово скаржився на головний біль, погіршення слуху та зору, запаморочення, суттєве погіршення пам'яті, лікування від невролога не призначалось.

Сьогоднішній досвід, який отримує Україна і всі її мешканці, які продовжують жити і працювати в воюючій країні, є, водночас, жахливим і унікальним. Стресові обставини вимагають швидких та дієвих рішень, і примушують адаптуватись до нових викликів. Українські психологи наразі створили і тримають свій психологічний фронт, який має посилюватись власною спеціальною зброєю – ефективними автентичними методиками, протоколами та моделями психологічної та психотерапевтичної роботи з нашими людьми, які страждають від наслідків війни.

Список використаної літератури

1 - Христук О. Л. Теоретико-методологічний аналіз вивчення проблеми психологічної травми: від історії до сучасності. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2017. № 2. С. 183-191.

2 - Паливода Л.І. Проблема визначення понять «психічна травма», «психологічна травма» і «травма втрати» у психологічних проєкціях. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2021. Том 32 (71)№ 6. С. 68-72.

3 - Семенова Ю. С. Психотравма (психологічна травма): дискусійні питання медицини та психології. Актуальні проблеми сучасної медичної психології: матеріали V науково-практичної конференції (м. Київ, 11–12 травня 2011 р.). К., 2011. С. 50–54.

ЗМІСТ

Адамова Г.В. МОВЛЕННЄВІ ДОМІНАНТИ ЯК СКЛАДОВІ НООСФЕРНОГО МИСЛЕННЯ.....	4
Astakvov V.M., Batsylyeva O.V., Puz I.V MENTAL SELF-REGULATION AS A MEANS OF PRESERVING AND RESTORING PERSONAL WELL-BEING AT THE TIME OF MODERN CONDITIONS OF MARTIAL LAW.....	10
Асєєва Ю.О. ПРОГРАМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ПОВНОМАШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ	14
Барко В.В., Барко В. І. СИСТЕМНИЙ ПІДХІД У ВИВЧЕННІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ	18
Башей О.О., ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА КОЛЕДЖУ.	23
Бедан В. Б., Єрмаков М.О. СТРУКТУРНІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ІТ- СФЕРИ.....	26
Бедан В. Б., Осадчук В. САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ У СОЦМЕРЕЖАХ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	29
Бедан К.В. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СХИЛЬНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ.	34
Блінов О.А. ІНТЕГРАТИВНА МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ (ІМУС-ІМСМ) У ГОСПІТАЛЬНІЙ ПРАКТИЦІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ.	39
Блінов О.А., Мороз І.В. САМООСВІТА ТА ПСИХІЧНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРСИ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ.	43
Боріништейн Є.Р. ПСИХОЛОГІЧНІ ІМПЕРАТИВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ.	46
Борисова О.О. КЛАСИФІКАЦІЯ БОЙОВИХ ТРАВМ УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ БАТЬКІВЩИНИ: НАРИСИ З КАБІНЕТУ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ.....	50
Босько В.І. МЕТОДИ САМОПІЗНАННЯ І САМОДОПОМОГИ Н.ПЕЗЕШКІАНА – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПСИХОЛОГІВ.....	55
Вукова S.V.	