

УДК 159.944.4:616.891:355.11

Кузьмін В. В.¹, Шматков Д. А.²

¹ канд. соц. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

² студ. СНЗ-135 НУ «Запорізька політехніка»

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВЕТЕРАНІВ: ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД

Аналіз теоретичних аспектів психічного здоров'я та посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у ветеранів війни дозволив сформулювати комплексні висновки щодо природи, проявів та детермінант психічного стану учасників бойових дій.

Психічне здоров'я у бойових умовах визначається складною інтеграцією індивідуальних психологічних ресурсів, когнітивних і емоційних механізмів саморегуляції, а також ефективного функціонування соціальної підтримки. Рівень психічної стійкості ветеранів прямо залежить від здатності особистості мобілізувати внутрішні ресурси та адаптивно реагувати на стресові ситуації бойового характеру [1].

ПТСР у ветеранів слід розглядати як багатовимірне психічне явище, яке охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні порушення. Його формування відбувається під впливом екстремальних бойових стресорів і характеризується нав'язливими спогадами про травматичні події, підвищеною емоційною та фізіологічною реактивністю на тригери, порушеннями когнітивної обробки інформації, а також тенденцією до соціальної ізоляції. Хронізація симптомів ПТСР значною мірою підтримується посиленням цих психофізіологічних та соціальних факторів.

Індивідуально-психологічні особливості ветеранів із ПТСР включають порушення концентрації уваги та когнітивної обробки інформації, емоційну лабільність, поведінкові компенсаторні стратегії (уникання, агресивність, адиктивна поведінка) та зміну якості міжособистісних контактів. Ці характеристики знижують адаптивність ветеранів та ускладнюють їх соціальну інтеграцію.

Соціальна підтримка та ефективні копінг-стратегії виступають ключовими факторами, які пом'якшують прояви ПТСР, сприяють відновленню психологічного благополуччя та підвищенню соціальної адаптивності ветеранів. Якісні міжособистісні стосунки, активна участь у соціальних спільнотах та використання адаптивних стратегій подолання стресу можуть слугувати захисними механізмами, що зменшують вираженість симптомів і сприяють особистісному зростанню [2].

Необхідність комплексного підходу до профілактики та корекції ПТСР підтверджується теоретичними даними. Такий підхід має включати психотерапевтичні методики (когнітивно-поведінкову терапію, травма-фокусовані інтервенції), розвиток психологічної резильентності та адаптивних ресурсів особистості, а також соціальну інтеграцію ветеранів через підтримку спільнот та міжособистісні контакти.

Таким чином, теоретичний аналіз підкреслює, що ефективна робота з психічним здоров'ям ветеранів повинна враховувати взаємодію індивідуальних, когнітивних, емоційних та соціальних детермінант, що забезпечує цілісну систему підтримки, спрямовану на редукцію ПТСР, відновлення психологічного благополуччя та формування стійких стратегій адаптації.

Таким чином, запропонована психокорекційна програма є комплексним інструментом психотерапевтичної підтримки військових ветеранів. Вона спрямована не лише на редукцію симптомів ПТСР та психоемоційної напруги, але й на розвиток адаптивних стратегій поведінки, підвищення психологічної резильентності та відновлення суб'єктивного відчуття благополуччя, що сприятиме успішній соціальній та особистісній реадaptaції ветеранів у поствоєнний період.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Кузьмін В. В. Соціальна компетентність працівників психологічних та територіальних служб, які здійснюють реабілітацію постраждалого населення у збройних воєнно-політичних конфліктах в Україні. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2014. Вип. 63. С. 180-187. URL: <https://soctech-journal.kpu.zp.ua/archive/2014/63/23.pdf>.

2. Соціальна робота в умовах конфлікту: підвищення ефективності персоналу НКО на прифронтових територіях. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова* : збірник наукових праць. Сер. 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Київ, 2024. Вип. 101. С. 33-38. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/47637>.