

ПОКРОВСЬКА Н.Є.

*магістрантка спеціальності «Соціальна робота»
Національний університет «Запорізька політехніка»
м. Запоріжжя, Україна*

СЕРГА Т.О.

*кандидат соціологічних наук, доцент,
доцент кафедри «Соціальної роботи»
Національний університет «Запорізька політехніка»
м. Запоріжжя, Україна*

СУЧАСНІ ПРАКТИКИ ЗАЛУЧЕННЯ ДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ

Російська агресія проти України та розгорнута у лютому 2022 року повномасштабна війна спричинили масштабні наслідки для всього українського суспільства, зокрема у сфері збереження фізичного й психологічного здоров'я та підтримання працездатності населення. Водночас спостерігається стійке зростання кількості кризових ситуацій у житті наших ветеранів, що створює загрозу їхньому життю, соціальній активності й може викликати глибокі трансформації особистості. Саме тому сьогодні особливої актуальності набуває питання відновлення здоров'я та працездатності ветеранів, які зазнали соціально-психологічних травм унаслідок війни. Сучасні збройні конфлікти, зокрема війна в Україні, вирізняються високою інтенсивністю, непередбачуваністю та масштабним застосуванням різних засобів ураження – від авіаційних бомб і далекобійних крилатих ракет до широкого мінування територій та масованого використання артилерії. Крім того, активно задіюються новітні технології, зокрема штучний інтелект і безпілотні літальні апарати з обох сторін протистояння. Усе це спричиняє значні санітарні втрати [3] як серед військових, які безпосередньо беруть участь у бойових діях, так і серед ветеранів, які вже стали цивільними особами. Наслідками війни є критичні руйнування військової та цивільної інфраструктури, що негативно впливає на психофізіологічний стан і добробут українців, призводить до вимушеного переселення з небезпечних регіонів і зумовлює потребу у впровадженні широкого комплексу реабілітаційних, реадaptaційних та соціально-психологічних заходів.

Поряд із загальними особливостями переживання психотравмуючих ситуацій, для кожної із окремих категорій населення характерні і свої особливості щодо вирішення нагальних соціально-психологічних проблем. Особливої уваги потребують ветерани, які під час бойових дій, обстрілів отримали значні ушкодження, каліцтва, ампутації кінцівок, тяжкі контузії та поранення. Вони, окрім вирішення соціально-психологічних проблем, потребують медичних та реабілітаційних послуг, часто дуже тривалих за часом [1].

Надзвичайно важливим кроком у розвитку системи соціально-психологічного супроводу ветеранів бойових дій стало створення мережі спеціалізованих реабілітаційних центрів по всій території України. Ці установи почали працювати за новими стандартами, які відповідають міжнародним протоколам реабілітації. Найбільш відомі серед них – це, наприклад, «Superhumans» або «Recovery» – всеукраїнські сучасні центри воєнної травми, що спеціалізуються на протезуванні, реконструктивній хірургії, реабілітації та психологічній підтримці постраждалих від війни дорослих і дітей з 2022 року. Що дуже важливо, усі послуги безкоштовні [2]. Центри допомагають українським військовим, які постраждали від війни відновити здоров'я, фізичну активність і психологічний стан. Там забезпечують високоякісне протезування, реабілітацію, є послуги з реконструктивної хірургії обличчя та кінцівок, відновлення слуху. Надається підтримка для повноцінного повернення до активного життя. Кінцева ціль команди центру – виписати пацієнта з показниками, кращими ніж до травми, щоб повернути людям силу та віру жити повноцінно. Особлива увага в реабілітації приділяється впровадженню мультидисциплінарного підходу, який передбачає залучення 7 фахівців різних напрямків – психологів, соціальних працівників, фізичних терапевтів, ерготерапевтів та інших спеціалістів.

Масштабна трансформація системи реабілітації військовослужбовців розпочалася з прийняття низки законодавчих актів, які визначили правові та організаційні засади надання реабілітаційних послуг. Було розроблено державні стандарти реабілітації, встановлено механізми фінансування реабілітаційних програм та визначено критерії оцінки їх ефективності.

В Україні триває проєкт Мінветеранів із впровадження інституту помічника ветерана. Послідовно впроваджується у пілотних регіонах – це Вінницька, Дніпропетровська, Львівська, Миколаївська, Закарпатська. Нещодавно їх розширено до 10 – Київська, Сумська, Полтавська, Харківська області та місто Київ. У межах цього проєкту «Помічник ветерана» передбачається, що фахівець-помічник фактично допомагатиме

ветерану, починаючи, умовно кажучи, з зустрічі його на автостанції чи залізничному вокзалі, коли він повертається додому. Може так статися, що людина повертається у своє село, а село розбите, ферма закрита, родина за кордоном, а інших рідних немає. А людину має хтось зустріти. І це буде саме помічник ветерана. Якщо ветерану нема де жити, помічник зможе допомогти з тимчасовим проживанням. Розкаже ветеранові про його права та до яких державних установ слід звертатися. Фактично, це буде той, хто як помічник пропонує діалог між органами місцевої влади, медичними закладами и т. д. і захисником. Також фахівець із супроводу ветеранів – це перша особа, яка зустрічає ветерана чи ветеранку після повернення в громаду, а також допомагає сім'ям полеглих героїв. Він забезпечує інформаційний супровід та підтримку, консультує щодо отримання статусів, пільг, послуг, житла, проходження реабілітації, працевлаштування, започаткування власної справи, надає юридичну допомогу.

Досить добре у вітчизняних концепціях соціально-психологічного супроводу ветеранів опрацьована методика «рівний – рівному». Вона використовується в реадaptaції ветеранів до умов мирного життя в багатьох програмах і проєктах, які здійснюються державними і громадськими організаціями в роботі з ветеранами в Україні. Як правило, найбільшу успішність ця методика демонструє в групових тренінгах і під час проведення груп взаємодопомоги. Успішність вітчизняного соціально-психологічного супроводу ветеранів і волонтерів зазвичай зумовлюється кооперацією різних організацій. Також робиться акцент на необхідності більш широко і систематично залучати до проєктів реадaptaції ветеранів до умов мирного життя власне самі ветеранські організації [4].

Досвід ветеранського простору «Ветеран ПРО. Запоріжжя» свідчить про значущу ефективність застосування системи соціально-психологічного супроводу серед ветеранів міста Запоріжжя. При взаємодії фонду ветеранів з соціальними службами та департаментами охорони здоров'я міста, районними адміністраціями та мерією міста, а також при залученні відповідних фахівців (юристів, психологів, медичних працівників, педагогів тощо) для вирішення тих чи інших актуальних питань ветеранів, спостерігається стійка тенденція до покращення психологічного клімату в означеному середовищі. Авторитет центру вибудовується на можливості вільного, довірливого спілкування комбатантів без всіляких обмежень та черг (вільний доступ), постійно накопичуваному досвіду у вирішенні різноманітних соціально-психологічних та побутових проблем ветеранів, у тісному взаємозв'язку з органами місцевої влади, управліннями праці та соціального захисту населення, що надає можливість кожному клієнту

надавати та отримувати якісні соціальні послуги. У просторі «Ветеран. ПРО» наразі працюють фахівці Пенсійного фонду, обласного центру зайнятості, ЦНАПу, а також досвідчені психологи, серед яких 2 ветерани [5]. Залученні спеціалісти супроводу ветеранів, який надають консультації майже з усіх питань – від алгоритму встановлення статусів і медичного забезпечення до соціальних гарантій і працевлаштування. Це найбільш затребувані послуги, адже коли демобілізований повертається до цивільного життя, питання оформлення документів, статусу, виплат та пошуку роботи – першочергові. Крім того, фахівці супроводу працюють і з родинами безвісти зниклих чи полонених захисників, а також з сім'ями загиблих героїв. У просторі їм розкажуть, які перші кроки вони повинні зробити, які дані повинні бути внесені в реєстри і в яких службах можна отримати цю інформацію.

Організація системи соціально-психологічного супроводу ветеранів на рівні всієї країни може бути значно покращена завдяки синхронізації дій вітчизняних соціальних працівників та психологів з європейськими науковими та прикладними інституціями, а також – залученню численних громадських організацій, волонтерів та ветеранів, які опікуються їхніми потребами. Концепт соціально-психологічного супроводу є базовим як у воєнний, так і у повоєнний час, оскільки він поєднує два ключові аспекти підтримки людини – соціальний і психологічний. Окрему увагу слід приділити, на нашу думку, розробці алгоритму поетапного відновлення, який міститиме три основні рівні: психологічний, нейропсихологічний та соціальний, які взаємодіють для забезпечення повноцінного відновлення особистості:

1. Психологічний рівень: це поєднання індивідуальної терапії та когнітивно-поведінкові стратегії. На цьому етапі можуть застосовуватися методи психологічної допомоги, спрямовані на зниження рівня тривожності, подолання депресивних симптомів та формування ефективних стратегій адаптації. Як приклад, – поступове зіткнення з травматичними спогадами і зниження їхньої емоційної інтенсивності. Також розвиток навичок емоційного прийняття та зміцнення особистісної відповідальності за майбутнє.

2. Нейропсихологічний рівень: це біологічні механізми адаптації. Наукові дослідження доводять, що травматичний досвід викликає зміни в роботі мозку, зокрема в гіпокампі, мигдалеподібному тілі та префронтальній корі. Тому адаптаційні методи мають включати інтервенції, що сприяють нейропластичності та стабілізації нейронних процесів. Треба впроваджувати програми гігієни сну, оскільки дефіцит відпочинку значно погіршує нейропсихологічний стан, та використовувати

низку продуктів харчування, що покращують когнітивні функції та сприяють стабілізації рівня серотоніну та дофаміну (омега-3, антиоксиданти, амінокислоти і т. ін.).

3. Соціальний рівень: інтеграція та формування нових соціальних зв'язків. Соціальне середовище відіграє ключову роль у процесі адаптації, тому треба включати механізми соціальної підтримки та інтеграції. Це, наприклад, створення безпечного простору для спільного обговорення пережитого досвіду та формування нових соціальних зв'язків; розробка програм перенавчання та професійного розвитку для відновлення соціальної активності та самореалізації; волонтерські ініціативи – залучення постраждалих до соціально значущих активностей, що підвищує рівень самоповаги та створює нову систему цінностей; працевлаштування або отримання грантів на свою справу, або ваучерів для перекваліфікації та отримання нової спеціальності.

Отже, соціально-психологічний супровід ветеранів (або групи інших постраждалих від війни) спрямований на профілактику та психокорекцію міжособистісних стосунків, розвиток комунікативних навичок та успішну адаптацію постраждалих в суспільстві. Соціально-психологічний супровід також сприяє психологічній декомпенсації, забезпечуючи умови для реадaptaції людини, завдяки ефективній взаємодії, як із спеціалістами, так і з громадами, сім'єю, родичами, колегами, друзями. Також не можуть не радувати на зараз вже існуючі приклади, які працюють для ветеранів – реабілітаційні центри, хаби, безкоштовні кабінети психологічної допомоги при центрах реабілітації та волонтерських фондах. Пропонуємо доповнювати цю справу ще такими варіантами, як кар'єрні ярмарки, екоতোлоки, мистецькі події, фотовиставки, тематичні вистави в театрі або чайні церемонії.

Список використаних джерел

1. Тохтамиш О. Посттравматичне зростання в реабілітаційному процесі. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія Соціальна робота*. 2018. № 1/3. С. 57-62.
2. Осьодло В. І., Зубовський Д. С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій : сучасний стан та перспективи. *Український психологічний журнал*. 2017. № 1 (3). С. 63-79.
3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни : як його зберегти та підтримати : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
4. Як допомогти особистості в період переходу від війни до миру : соціально-психологічний супровід : практичний посібник / за наук. ред. Т. М. Титаренко, М. С. Дворник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 154 с.

VI ВСЕУКРАЇНСЬКА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ «Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі»

5. Ветеран ПРО Запоріжжя. Департамент з питань ветеранської політики Запорізької міської ради : веб-сайт. URL: <https://zp.gov.ua/news/222528-veteran-pro-prostir-pidtrimki-ta-risen> (дата звернення: 20.09.2025).