

УДК 364.62:159.96

Коллегаєв М.Ю.

канд. пед. наук, доц., Хортицька національна академія

## ДОСВІД ПСИХОФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ТА АТО ЗАСОБАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОГО ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ

**Анотація.** Синдром посттравматичного стресового розладу є найпоширенішим уражувальним фактором серед ветеранів воєнних дій. Це захворювання є найважливішою важкопереборною і фінансово витратною проблемою психофізичної реабілітації та реінтеграції ветеранів в умови мирного життя навіть для найбагатших країн світу. Тому видається доцільним вивчення різноманітності застосовуваних видів і форм реабілітації ветеранів від ПТСР. У дослідженні розглянуто досвід реабілітації ветеранів та інвалідів війни та АТО засобами спортивно-оздоровчого туризму в Україні починаючи з 2014 року.

**Ключові слова:** синдром посттравматичного стресового розладу, російсько-українська війна, психо-фізична реабілітація, спортивно-оздоровчий туризм.

**Abstract.** Post-traumatic stress disorder syndrome is the most common affliction among military veterans. This disease is the most important difficult and financially costly problem of psycho-physical rehabilitation and reintegration of veterans into peaceful life even for the richest countries of the world. Therefore, it seems appropriate to study the variety of types and forms of rehabilitation of veterans from PTSD. The study considers the experience of rehabilitation of veterans and disabled veterans of war and ATO by means of sports and recreational tourism in Ukraine since 2014.

**Key words:** post-traumatic stress disorder syndrome, Russian-Ukrainian war, psycho-physical rehabilitation, sports and recreational tourism.

Повномасштабна війна РФ в Україні є найбільшою війною в Європі з часів Другої Світової війни. Нині неможливо оцінити кількість ветеранів цієї війни, які потребуватимуть різних видів реабілітації, проте кількість поранених і травмованих українських військовослужбовців уже налічує десятки тисяч. При цьому наймасовішим фактором, що вражає ветеранів бойових дій, є синдром посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Носіями синдрому ПТСР, який проявиться відразу або через роки, стане значно більша кількість ветеранів війни. Цей фактор може стати найважливішою проблемою реабілітації та реінтеграції ветеранів в умови мирного життя.

Світовий досвід вивчення та реабілітації ветеранів із синдромом ПТСР ще з часів В'єтнамської війни засвідчив складність і масштабність

цієї проблеми. Дослідження Єльського університету 1988 року показало, що близько 30% військових, які служили у В'єтнамі, згодом страждали від синдрому ПТСР [1].

Пізніші дослідження ветеранів військових операцій в Іраку та Афганістані показали, що у 40% безпосередніх учасників бойових дій (і у 25% від загального контингенту) був діагностований ПТСР [2].

Таким чином, носіями синдрому ПТСР потенційно можуть стати сотні тисяч захисників України. Крім того, за даними керівника офісу з питань реабілітації учасників АТО, приблизно 8% ветеранів страждають на посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а його ознаки спостерігають у кожного четвертого учасника збройного конфлікту на Донбасі. [2].

Досвід США щодо реалізації національних програм медичної та психіатричної допомоги ветеранам воєн і збройних конфліктів свідчить про їхню стабільну, але обмежену ефективність, навіть за гігантських обсягів фінансування. Нині середня кількість самогубств серед ветеранів у США становить 20 осіб на день [3], при цьому, щорічний бюджет Міністерства ветеранів США становить сотні мільярдів доларів (303 млрд дол. у 2023 році) і є другим після Міністерства оборони за бюджетним фінансуванням [4].

Таким чином, не володіючи порівнянними зі США економічними можливостями для реалізації американських програм, Україна, в умовах зруйнованої економіки та інфраструктури, повинна використовувати всі можливі види і форми психо-фізичної реабілітації ветеранів та інвалідів війни.

У цьому аспекті видається доцільним розглянути вже наявний український досвід психо-фізичної реабілітації ветеранів та інвалідів війни засобами спортивно-оздоровчого туризму.

Необхідно зазначити, що всі без винятку організації, які використовують засоби похідного туризму для реабілітації інвалідів та ветеранів війни, є некомерційними волонтерськими організаціями, що функціонують за рахунок коштів спонсорів, благодійності та цільових грантів, які ніколи не отримували державного фінансування. Тому їхня діяльність не могла носити регулярний і масовий характер. Однак, таке становище давало їм змогу за появи коштів гнучко й оперативно організовувати складні та трудомісткі проекти.

Одним із піонерів у цій царині в Україні є Львівське Товариство «Зелений хрест» (з 1995 р.), що займалося екологією та соціальною реабілітацією дітей-інвалідів, а також працевлаштуванням молоді з інвалідністю. З 1998 року Товариство «Зелений хрест» почало організовувати літні польові табори, трекінгові тури, сплави річками для

дітей-інвалідів. Нині бере участь у спільних проєктах із реабілітації ветеранів-інвалідів засобами похідного туризму [5].

Ще одним піонером цього напрямку є Спортивний клуб інвалідів «Фенікс» м. Суми. Суми, який з 2000 року спільно з «Руки допомоги», Національною асамблеєю інвалідів України та львівським «Зеленим хрестом» проводить сплави річками, пішохідні походи в Карпатах і Криму [6].

Починаючи з 2014-2016 рр. з'явилися волонтерські та ветеранські організації в Кропивницькому («Мобільна волонтерська група» і «Волонтерсько-ветеранський центр СМАЙЛ») та Львові, які почали організовувати сходження та походи в Карпатах для ветеранів та інвалідів АТО, а також членів їхніх родин. У цих походах і сходженнях разом із волонтерами працюють професійні психологи. Також цими командами були реалізовані такі соціальні проєкти як: «Горотерапія», «Nomad.live», «On3Wheels», «Гірська терапія», які продовжують працювати. Основна спрямованість проєктів – психо-фізична реабілітація інвалідів та ветеранів із синдромом ПТСР в умовах позитивного стресу та спільної похідної діяльності. [7].

До теперішнього часу для інвалідів і ветеранів війни та їхніх сімей вже організовано десятки безкоштовних сходжень і походів. Реалізується ця діяльність за рахунок спонсорської, грантової та благодійної допомоги, а також ентузіазму волонтерів, психологів та організаторів. За умов державного фінансування цей напрям може ефективно розвиватися. Крім волонтерсько-ветеранських організацій цей напрямок можуть також розвивати туроператори похідного комерційного туризму. Такі приклади в Україні вже є, але поки що вони поодинокі й організовують безкоштовні для ветеранів походи за рахунок спонсорів і власного прибутку [8].

В Україні достатня кількість турфірм, що розвивають комерційний похідний туризм. Вони володіють кваліфікованим інструкторським персоналом, необхідним запасом спорядження і мають величезний досвід безпечної організації всіляких активних подорожей. За умов цільового фінансування та залучення фахівців-психологів, ці фірми могли б реалізовувати програми психофізичної реабілітації ветеранів і членів їхніх сімей. Державі така форма реабілітації коштувала б значно дешевше за традиційні методи.

#### **Список використаних джерел**

1. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна та ін. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с.
2. Проблемні питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції

об'єднаних сил в Україні (аналітичний огляд літератури) / Назаренко І. І. та ін. *Україна, здоров'я нації*. 2019. № 1 (54). С. 48–58.

3. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням. Методичний посібник. / Агаєв Н. А. та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 156 с.

4. Калмикова Н. Як у США дбають про своїх ветеранів і чого може навчитися Україна. *Економічна правда* від 21.04.2023 URL : <https://www.epravda.com.ua/columns/2023/04/21/699365/> (дата звернення: 25.02.2024).

5. Активний відпочинок і туризм у психо-фізичній реабілітації дітей з обмеженими можливостями та інтеграції їх у суспільство. URL : <https://www.gcs.org.ua/rus/activity/24-aktyvnyj-vidpochynok> (дата звернення: 26.02.2024).

6. Сумський спортивний клуб інвалідів «Фенікс» відзначив 20-річчя. *Всі Суми Панорама-медіа* від 03.12.2020 URL : <https://rama.com.ua/sumskoy-sportivnyiy-klub-invalidov-feniks-otmetil-20-letie/> (дата звернення: 25.02.2024).

7. Гори, колектив, таборове життя, тренінгові вправи. Кропивницький психолог – про пси-туризм. URL : <https://suspilne.media/208883-gori-kolektiv-taborove-zitta-treningovi-vpravi-kropivnickij-psiholog-pro-psi-turizm/> (дата звернення: 26.02.2024).

8. Учасникам АТО. URL : <https://nomad.live/ato/> (дата звернення: 25.02.2024).