

УДК 159.98.

*Ушакова І.М., к.психол.н., доцент, НУЦЗУ*

## **ОСНОВНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБАМ, ЩО ПОСТРАЖДАЛИ В РЕЗУЛЬТАТІ ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ НА СХОДІ УКРАЇНИ**

Сучасне становище українського суспільства (військове протистояння і втрата частини територій, надзвичайні події, які відбуваються в Україні впродовж останніх років, безліч конфліктогенних ситуацій, нескінченний потік агресивної і часто недостовірної інформації в ЗМІ, величезна кількість людей, які вимушені були покинути власні домівки або проживають на лінії зіткнення тощо) формує особливий запит до психологічної науки і практики – формування стратегії та тактики соціально-психологічної підтримки, супроводу цілих соціальних груп, а також психологічної допомоги окремим людям і родинам.

За визначенням О.Ф. Бондаренка зміст психологічної допомоги полягає у забезпеченні емоційної, смислової та екзистенційної підтримки людини або суспільства в ситуаціях ускладнення, які виникають під час їх особистісного та соціального буття. Тобто, психологічна допомога є певною реальністю, психосоціальною практикою, полем діяльності якої є сукупність питань, ускладнень та проблем, що стосуються психологічного життя людини [1; 2].

Оскільки наукове дослідження питання, означеного в темі, ще тільки починається, виникає дуже багато проблем, пов'язаних як з теоретичним осмисленням проблеми, так і з практикою надання психологічної допомоги особистості, яка переживає наслідки травматичної події.

Постраждалими від конфлікту на сході країни офіційно визнаються переселенці з окупованих територій, учасники бойових дій і їхні сім'ї. Проте, наслідки конфлікту (реальні й очікувані) стали джерелом хронічного дистресу майже для кожного жителя України: це і фахівці різних професій, які виконують свої професійні обов'язки в зоні АТО, особи, які постійно

проживають на лінії зіткнення та у прифронтових населених пунктах, вимушені переселенці і ті, хто має на Донбасі родичів та друзів, волонтери. Чимало людей, які фізично знаходяться далеко від сходу країни, психологічно є залученими до ситуації військового протистояння через ЗМІ, особисті контакти, соціальні мережі тощо. Отже, у контексті досліджуваного нами питання до суб'єктів, яким може надаватися психологічна допомога, крім військових, які побували в зоні АТО, членів їх сімей та вимушених переселенців можна віднести майже все населення України. І тут ми стикаємось з першою проблемою – переліку категорій осіб, яким необхідна та може бути надана психологічна допомога як постраждалим внаслідок збройного конфлікту в нашій країні досі не існує.

До речі, як і державних структур, які мають надавати таку допомогу. На жаль, тягар психологічної допомоги всім постраждалим від збройного конфлікту в Україні майже повністю лежить на волонтерських, благодійних, громадських організаціях. Недолугість і неповоткість державної машини, корупційні схеми, складність комунікації і координації дій з державними органами змушують волонтерів шукати і ресурси, і приміщення, і засоби, і спеціалістів своїми силами.

Ще одна важлива проблема, яка «гальмує» надання психологічної допомоги постраждалим від воєнного конфлікту в Україні, пов'язана з відсутністю досвіду надання такої допомоги. Це призводить до зростання соціальної напруги та психологічної інвалідації величезної кількості українців. На жаль, ми все ще користуємось даними американських психологів про те, що майже половина тих, хто воював у В'єтнамі протягом 20 років після повернення загинули не своєю смертю (це наркотики, алкоголь, суїциди, ДТП, бійки та таке інше); близько 90 % ветеранів цієї війни були розлучені. І це в країні, яка направляє величезні кошти на реабілітацію учасників різних воєнних місій. Система ж надання психологічної допомоги в Україні відсутня як така. Тому її необхідно формувати «з нуля». При цьому, звісно, слід звертатись до досвіду інших країн (Ізраїлю, США, Данії, Великобританії, Канади та ін.). Але

цей досвід не може бути перенесений прямо, оскільки психологічна робота завжди вписана в культурний контекст. Тому одним з важливих завдань на даному етапі є адаптація напрацювань зарубіжних психологів до наших реалій.

Таким чином, однією з найбільш нагальних для вирішення проблем надання психологічної допомоги є те, що в Україні досі відсутня єдина державна політика стосовно осіб, постраждалих внаслідок збройного конфлікту на Сході держави.

Наступна проблема лежить в площині психологічної науки та практики. Спеціально організована робота в масштабах країни з психологічної допомоги постраждалим від бойових дій, на жаль, не відповідає сучасним вимогам. Вона ведеться методом «проб і помилок», без опори на наукову базу. Гостро відчувається слабка наукова розробленість проблеми психологічної реабілітації, необхідність розширення і вдосконалення категоріальної бази психологічної науки в цій галузі. Потребує розвитку категоріальний апарат соціальної, екстремальної та кризової, військової психології, теоретичні напрацювання яких можуть стати основою для організації психологічної допомоги постраждалим внаслідок військового конфлікту в Україні, а в подальшому – системи психологічної допомоги як науки та практики в цілому. І важливим кроком у вирішенні цього питання є проведення таких конференцій.

Безпосередньо пов'язана з названою вище і проблема підготовки та супроводу спеціалістів, які будуть її здійснювати. І справа навіть не в компетентності та кваліфікованості фахівців цього профілю (хоча і це також важливо). Справа в специфічних психологічних проблемах, які виникають в процесі надання допомоги тим постраждалим, чиї політичні вподобання не збігаються з позицією тих, хто допомагає (фахівців допомагальних професій і волонтерів). Навіть якщо на рівні поведінкових проявів фахівцям вдається демонструвати толерантність до «ворожої» позиції клієнта, то на рівні емоційних переживань це створює надмірне навантаження.

Крім того, у нас ще не склалась система психологічної допомоги самим психологам, для яких питання вигорання є актуальним, особливо в сенсі

питання, що розглядається нами в даній роботі. Ми вже неодноразово звертались до цього питання [4], тому тут лише констатуємо необхідність розробки як спеціальних процедур супервізії діяльності психологів, що надають психологічну допомогу постраждалим, так і застосування загальновідомих методів (наприклад, балінтівських груп).

Ще один рівень проблем, які утруднюють надання психологічної допомоги постраждалим – особистісний, про що ми вже також згадували раніше [3]. В цьому випадку необхідно звернути увагу на формування так званої «психологічної культури населення», яка перш за все полягає в сформованому уявленні про те, що допомогу у подоланні певних психологічних труднощів може надати спеціаліст. На жаль, українці не звикли до цього, в кращому випадку більшість вважає, що мають подолати кризу за допомогою вольових зусиль («сам впораюсь»), а в гіршому – тримають проблеми в собі, заглушаючи душевний біль психоактивними речовинами чи звертаються до парапсихологічних практик.

Таким чином, ми проаналізували деякі проблеми, які є актуальними в сенсі надання психологічної допомоги особам, що постраждали внаслідок збройного конфлікту в Україні. Як бачимо, вони є і на рівні державному, суспільному, і на рівні науковому, і на рівні особистісних та світоглядних установок як клієнтів, так і фахівців, що надають таку допомогу. Розв'язання таких проблем (або хоча б їх усвідомлення) може привести до покращення ситуації з психологічною допомогою в нашій країні.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. М.: Независимая фирма «Класс», 2001. 336 с.
2. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій: зб. статей. / Інститут соціальної та політичної психології НАПН України; Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. К. : Міленіум,

2015.150 с.

3. Ушакова І.М. Проблеми психологічної реабілітації осіб, що переживають наслідки збройного конфлікту в Україні. //Збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психолого-педагогічні та політичні проблеми у трансформаційних процесах українського суспільства» (КрНУ 21-22 квітня 2016 року. Кременчук, 2016. С. 81-84. Режим доступу: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/865> (дата звернення 19.10.2017)

4. Ушакова І.М. Проблема вигорання в практичній діяльності психологів екстремального профілю. //Бочаровські читання. Матеріали науково - практичної конференції, присвяченої пам'яті професора С.П. Бочарової (м. Харків, 18 березня 2016 року) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. – Харків, 2016. С. 101-104. URI : <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/872> (дата звернення 19.10.2017).