

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬ НАСЛІДКИ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ В УКРАЇНІ

Постановка проблеми. Ситуація, яка складається зараз в нашій країні характеризується складністю і непередбачуваністю. Збройний конфлікт, порушення цілісності країни, політичні та соціально-економічні катаклізми, численні втрати (близьких та незнайомих людей, домівок та інших матеріальних цінностей, звичного способу життя та можливостей) призвели до того, що величезна кількість людей відчуває тривогу, занепокоєння, роздратування, пригніченість, розгубленість тощо. При цьому дезадаптованість проявляють не лише учасники бойових дій, військовополонені та поранені, а й члени їх сімей (батьки, дружини і навіть діти), особи, які постійно проживають на лінії зіткнення та у прифронтових населених пунктах, вимушені переселенці і ті, хто має на Донбасі родичів та друзів, медики і волонтери. Чимало людей, які фізично знаходяться далеко від Сходу країни, психологічно є залученими до ситуації військового протистояння через ЗМІ, особисті контакти, соціальні мережі тощо. Відбувається "зараження" страхами, поганими передчуттями, і передбаченнями. Таким чином, все більше і більше людей потребує психологічної допомоги для подолання негативних наслідків стресових розладів.

Аналіз останніх публікацій. Питання реадaptaції до мирного життя, можливості створення системи психологічної допомоги зосереджуються, насамперед, на учасниках бойових дій, ветеранах (Є. Александров, В. Березовець, А. Єна, А. Іванов, Н. Жуматій, С. Литвинцев, В. Маслюк, А. Сергієнко, М. Титов та інші). Зміни свідомості і смислового ядра особистості внаслідок участі у війні досліджено в роботах Н. Тарабріної, М. Зеленової, Д. Калшеда, О. Лазебної. Водночас, дуже мало проведено досліджень специфіки психологічної реабілітації мирного населення (Х. Ахмедова). Узагальнення цих підходів і визначення основних напрямків психологічної реабілітації постраждалих від збройного конфлікту в Україні здійснено Т. Титаренко [1].

Проведений аналіз літератури дозволив визначити поняття психологічної реабілітації. Психологічна реабілітація - система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, особливостей людини, створення сприятливих умов для розвитку та утвердження здорової особистості; це також заходи з своєчасної профілактики і лікування психічних порушень, по формуванню у пацієнта свідомої і активної участі в реабілітаційному процесі з метою відновлення порушених психічних функцій та емоційно-вольової стійкості.

Психологічна реабілітація є частиною більш широкого поняття "реабілітація", яке включає в себе медичні, соціальні, професійні, педагогічні та, власне, психологічні заходи, які приводять до покращення самопочуття особи в усіх сферах її життєдіяльності після пережитої травми. Вважаємо, що і здійснюватись вони мають в комплексі.

Виклад основного матеріалу. 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. Їх аналіз – завдання даної роботи.

По-перше, в Україні досі відсутня єдина державна політика стосовно осіб, постраждалих внаслідок збройного конфлікту на Сході держави. Це проявляється на всіх рівнях, починаючи від визначення переліку осіб, які потребують психологічної реабілітації і закінчуючи нормативними актами, якими надання психологічної допомоги (здійснення реабілітації) буде регулюватися.

Як ми вже зазначали вище, психологічної допомоги потребують не лише бійці АТО, звільнені з полону та члени їх сімей (стосовно цих категорій хоча б епізодична робота здійснюється на державному рівні). Гостро потребують підтримки особи, що проживають на

лінії зіткнення (особливо діти та старі люди), медики, волонтери, працівники правоохоронних органів та Державної служби надзвичайних ситуацій України, які виконують професійні обов'язки на лінії фронту, переселенці та і багато хто з тих, хто прямо не пов'язаний з бойовими діями і фізично знаходиться дуже далеко, але психологічно залучений в цей процес.

Професійні семінари, конференції та круглі столи на тему психологічної допомоги бійцям АТО та вимушеним переселенцям проходять в Києві щомісяця, але загальнодержавної стратегії для таких проектів досі не існує. Окремі проекти з реабілітації реалізуються в індивідуальному порядку, відповідно до бачення їх авторів і спонсорів.

Друга проблема, яка звідси логічно витікає: тягар психологічної допомоги всім постраждалим від збройного конфлікту в Україні майже повністю лежить на волонтерських, благодійних, громадських організаціях. Цього року з державного бюджету виділено 50 млн гривень на психологічну реабілітацію бійців. Цифра смішна, але і ці гроші не використовуються. 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. Адже люди потребують допомоги саме зараз, а не завтра чи через рік. Відомо, що чим більш віддаленою у часі є психологічна допомога, тим більше ресурсів і часу вона потребує. Тому саме громадські організації і волонтери несуть на собі сьогодні основний тягар реабілітації постраждалих.

Третя проблема, яку ми назвемо, пов'язана з відсутністю досвіду реабілітації взагалі та психологічної реабілітації, зокрема. 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 реабілітації 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 і тут є своє "але". Психологічна робота завжди вписана в культурний контекст, в якому вона має здійснюватись. Тому досвід не може бути перенесений прямо, його необхідно адаптувати до наших реалій.

Четверте. Вже згадувана нами комплексність системи реабілітації, яка забезпечує її ефективність та відсутність рецидивів. Тобто, психологічна реабілітація має здійснюватись не ізольовано, а одночасно з медичною, соціальною та іншими її видами. Хорошим прикладом такої роботи є ізраїльські мультифункціональні реабілітаційні центри, куди направляється кожен військовий, що вийшов із зони бойових дій на своєрідний "карантин". Там з ним працюють психотерапевти та психологи, неврологи, фізіотерапевти, соціальні працівники та інші спеціалісти. За період "карантину" спеціалісти напрацьовують алгоритм допомоги кожному бійцю. У той же час, їм організують дозвілля, навантажують їх спортивними заняттями, завдяки яким вони поступово переходять з війни на мирне життя.

На жаль, таку комплексність в нашій країні можуть забезпечити дуже небагато реабілітаційних центрів.

П'ята проблема лежить в площині психологічної науки. Спеціально організована робота в масштабах країни з психологічної реабілітації учасників бойових дій 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 реабілітації постраждалих внаслідок військового конфлікту в Україні, а в подальшому – системи психологічної реабілітації як науки та практики в цілому.

Наступна проблема виникає в зв'язку з тим, що реабілітація – це, по суті, психологічна корекція, яка вимагає втручання (інтервенції). Будь-яке втручання вимагає усвідомлення людиною його цілей та згоду на втручання будь-якого виду.

На жаль, у нас досі не сформована психологічна культура: у суспільстві немає уявлення про те, що допомогу у подоланні певних психологічних труднощів може надати спеціаліст. Дані телефону довіри, який працює цілодобово вже тривалий час, свідчать, що за останній рік туди звернулись лише три жінки-переселенки та один демобілізований військовий, у якого були конфлікти з дружиною. Та й той вважав, що психологічна допомога потрібна не йому, а дружині, тому відразу передав їй слухавку.

Така ситуація також складає проблему психологічної реабілітації, оскільки щоб отримати психологічну допомогу, людина має за нею звернутись.

Сьома проблема є загальною для суспільства і пов'язана з попередньою. Але стосується вона, в основному, чоловіків. Більшість людей, які потребують реабілітації, рекомендацію відвідати психолога сприймають як слабкість, кажучи "сам впораюся зі своїми проблемами", тому тримають проблеми в собі, заглушаючи душевний біль алкоголем та наркотиками. За даними психологів, які працюють з військовослужбовцями, що приїжджають на реабілітацію, третина з них зловживає алкоголем, а майже 80 % вважають психоактивні речовини головним засобом зняття напруги у будь-якій ситуації.

Така ситуація викликає необхідність залучення до реабілітації ще й таких вузькопрофільних спеціалістів, як фізіологи та наркологи.

Ще одна проблема психологічної реабілітації постраждалих внаслідок збройного конфлікту на Сході України - підготовка та супровід 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. Внутрішній конфлікт між професійним і особистісним ставленням до "політичних опонентів" відбивається як на психофізичному здоров'ї фахівців, так і на якості міжособової взаємодії [2].

Висновки. Таким чином, ми проаналізували деякі проблеми, які є актуальними в сенсі надання психологічної допомоги (реабілітації) 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 реабілітацією в нашій країні.

Література

1. Титаренко Т. М. Напрями психологічної реабілітації особистості, що переживає події війни / Т.М. Титаренко // 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. – С. 3 – 14.

2. Осадько О. Ю. Актуальні проблеми надання психологічної допомоги потерпілим від конфлікту на сході України / О.Ю. Осадько // 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. – С. 77 – 88.