

РОЛЬ СІМ'Ї В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ

У статті висвітлюються аспекти ролі сімей учасників антитерористичної операції в процесі їх соціально-психологічної реабілітації після повернення з зони ведення бойових дій.

Ключові слова: учасник антитерористичної операції, сім'я, соціально-психологічна реабілітація.

В статье освещаются аспекты роли семей участников антитеррористической операции в процессе их социально-психологической реабилитации после возвращения из зоны ведения боевых действий.

Ключевые слова: участник антитеррористической операции, семья, социально-психологическая реабилитация.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Значний зарубіжний досвід з питань здійснення соціально-психологічної реабілітації та адаптації до мирних умов учасників бойових дій переконливо свідчить про надзвичайну важливість ролі сім'ї у цьому процесі, водночас, висуваючи досить жорсткі вимоги до членів самих сімей.

В умовах вітчизняного сьогодення, спираючись на аналіз проведеної у цьому напрямку діяльності, ми можемо свідчити про недостатність обсягу державних заходів, спланованих, перш за все, на ведення системної інформаційно-роз'яснювальної та навчально-просвітницької роботи серед членів сімей учасників антитерористичної операції. В якості негативних наслідків зазначеного стану справ стають значні ускладнення процесу соціально-психологічної реабілітації та адаптації учасників бойових дій на первинному етапі, накопичення в них сімейних проблем тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання ролі та місця сім'ї в процесі соціально-психологічної реабілітації та адаптації до мирних умов учасників військових конфліктів після їх повернення з зони ведення бойових дій протягом останніх років у своїх публікаціях розглядали, зокрема, такі зарубіжні дослідники як V. van der Kolk [5], K. Corcoran, A.R. Roberts [3], R. Moelker, M. Andres, G. Bowen, P. Manigart [7], D.X. Cifu, C. Blake [2], G. Ryan [6], E.P. Finley [4], російські науковці О.Г. Караяні, І.В. Сиром'ятніков [1] та багато інших. На жаль, слід відзначити, що на вітчизняних теренах кількості проведених самостійних досліджень, присвячених даній

проблематиці, поки що виявляється недостатньо.

Метою даної статті є висвітлення основних позицій та установок для сім'ї стосовно її участі в процесі соціально-психологічної реабілітації та адаптації учасників військових конфліктів після їх повернення з зони ведення бойових дій.

Перш за все, членам сім'ї бійця, який повернувся із зони ведення бойових дій, слід бути готовими до того, що він став дещо іншою людиною, яка отримала унікальний життєвий досвід. Його потрібно прийняти разом з новими поглядами, знайомствами, проблемами, страхами і, вочевидь, певними негативними проявами. Його повернення до мирного життя може затягнутися, але без любові, турботи, тепла і найголовніше – сприйняття його сім'єю воно стане практично неможливим.

Слід пам'ятати основне: людина пройшла війну та повернулася до вас, до сім'ї. Все інше – труднощі, які можна пережити, якщо ви націлені на те, щоб прожити з людиною щасливе життя.

Водночас, у побудові подальшої соціальної взаємодії з учасником бойових дій слід зважати на ключові позиції його мислення та позиціонування себе, які найчастіше мають місце та виникають на тлі стресових розладів:

1. Позиціонування себе як невизнаного (суспільством, владою чи рідними та близькими) героя.

2. Загострене прагнення справедливості та бажання її встановити.

3. Умисне позиціонування себе як психічно хворого, та через це певним чином неосудного в морально-етичному контексті.

На ґрунті численних досліджень можна виокремити такі основні поради для членів

сім'ї учасника бойових дій, перш за все – для їх дружин:

1. Певний проміжок часу слід унеможливити будь-які нагадування бійцю про його перебування в зоні ведення бойових дій: перегляд певних телепередач, видовищ, різкі звуки, підхід ззаду, раптове пробудження тощо. В інакшому разі певна ситуація може запустити механізми підсвідомих психічних реакцій або спрацьовування “бойових” рефлексів, наслідком чого можуть бути загострення стресових розладів або навіть раптові прояви летальної агресії.

2. Доповненням до попередньої поради слугуватиме необхідність створення в учасника бойових дій відчуття безпеки під час перебування вдома.

3. Учасник бойових дій спочатку може відкидати можливість фізичних контактів в принципі. Слід приготуватися до терплячого, поступового налагодження контакту без спроб прискорення подій.

4. В основному прояви агресії в учасника бойових дій можуть відбуватися в компаніях – хтось сказав “зайве” слово, неправильно зрозумів, неправильно подивився. У таких випадках намагайтеся заручитися підтримкою друзів, які поруч, і вивести людину із зони ризику. Якщо в компанії з'являється людина, яка може спровокувати бійця на конфлікт (це завжди помітно), потрібно зробити все можливе, щоб уникнути такої ситуації.

5. Агресія найрідше виникає в колі сім'ї. Але й вдома слід бути готовою до проявів в учасника бойових дій немотивованої агресії. В таких ситуаціях треба намагатися максимально швидко прибрати всі колочоріжучі предмети, щоб вони не потрапили під руку, обмежити перебування людини на кухні, де їх кількість є найбільшою.

6. При проявах в учасника бойових дій вербальної агресії до рідних та близьких намагайтеся говорити спокійно. Піддаватися на бажання відповісти тим самим не можна. Слід своєю поведінкою, інтонацією і реакцією демонструвати, що ви розумієте, як йому важко. Або що вам важко його зрозуміти, але від того, що на вас кричать, зрозуміліше не стає.

7. Не слід відгороджуватися від його проблем. В іншому випадку боєць залишається наодинці зі своїми почуттями, спогадами, проблемами, часом небезпечними

для психічного здоров'я. Це призводить до накопичення проблемного ресурсу. У підсумку учасник бойових дій починає самотійно, на власний розсуд шукати вихід з проблемної ситуації який, швидше за все, буде деструктивним для нього та соціуму.

8. Не починати розмову про війну, але слухати його розповіді. Це важливо. Боєць повинен зрозуміти, що поруч з ним близька людина, яка приймає його, що він почутий нею. Багато хто з бійців закриваються в собі, якщо бачать, що дружина відкидає його новий досвід і каже, що не хоче чути про жахи війни. Якщо учаснику бойових дій немає з ким поділитися своїми переживаннями, то це може спровокувати психічні розлади або розвиток вже існуючих. Тому дім повинен стати для нього місцем, де можна розслабитися і розкритися.

9. Не дозволяти собі ображатися, ставити себе в роль жертви. В зоні бойових дій немає тієї соціальної дипломатії, до якої усі звикли в повсякденному житті – обмежень, умовностей тощо. Учасник бойових дій спочатку налаштований категорично, тому що він до цього звик. Образа відштовхне бійця від вас та усамітнить його, тоді як ваше завдання – всіляко сприяти зворотному.

10. Не слід формулювати самокритичні здогадки стосовно стану чоловіка: “Він зі мною не розмовляє, тому що...”. Ви не зможете об'єктивно встановити причини його мовчання, якщо не знаєте усіх обставин.

11. Учасника бойових дій потрібно залучати до виконання обов'язків повсякденного життя по мірі готовності. Це прискорює процес соціальної адаптації.

12. Якщо немає різко агресивних форм поведінки, не можна відгороджувати дітей від батька. Дитина – це додатковий зв'язок бійця з реальним життям. Її участь і співпереживання може стати для людини рятівними.

13. Терпляче слід віднести до можливого тимчасового зниження лібідю в учасника бойових дій. Ласкаве, приязне ставлення сприятиме поступовому його відновленню.

Окремо слід визначити ситуації, в яких особистих дій членів сім'ї виявляється недостатньо для подолання проблеми, та виникає необхідність звертатися до фахівців у певній галузі:

Питання психології

1. Перш за все, роз'ясніть чоловікові, що звернення до психолога, психотерапевта, нарколога не означає неповноцінності того, хто звернувся. Водночас, фахівець спроможний допомогти вам обом подолати ту напружену та шкідливу ситуацію, яка складається у вашій сім'ї.

2. Якщо учасник бойових дій після повернення із зони військового конфлікту постійно вживає алкоголь протягом тривалого часу, слід звернутися до нарколога або психотерапевта. Якщо зловживання алкоголем супроводжується проявами агресії, слід звернутися до фахівців негайно. Те ж стосується виявленого факту вживання наркотиків.

3. Загалом усі ознаки психічних розладів в учасника бойових дій, які не минають з часом та мають тенденцію до накопичення або підсилення, є підставою для звернення до психотерапевта.

4. Якщо боєць не хоче слухати вас і звертатися до психолога або психотерапевта,

хоча ви бачите, що йому потрібна допомога, то фахівець повинен прийти до нього. Можна змодельовати ситуацію, коли у вашому колі спілкування з'являється людина, яка встановить довірливі відносини з бійцем і допоможе йому.

5. Не слід недооцінювати силу віри. Якщо людина не хоче йти до психолога, але готова йти на сповідь до духівника – йдіть до церкви.

Застосування наведених порад членами сімей бійців, які повернулися з зони ведення бойових дій, безумовно оптимізує процес їх первинної адаптації до мирних умов, унеможливить ряд деструктивних ситуацій та, у разі наявності в учасників бойових дій посттравматичного стресового розладу, який їм не вдається подолати самостійно, сприятиме налагодженню конструктивної взаємодії із відповідними фахівцями в рамках соціально-психологічної реабілітації.

Список літератури

1. Караяни А.Г. Прикладная военная психология / А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников. – М.: ЗАО "Питер", 2006. – 480 с.
2. Cifu David X., MD, Blake Cory. Overcoming Post-Deployment Syndrome. Publisher: Demos Health; 1 edition (February 15, 2011). – 264 p.
3. Corcoran Kevin (Editor), Roberts Albert R. (Editor). Social Workers' Desk Reference Hardcover. Publisher: Oxford University Press; 3 edition (May 18, 2015). – 1480 p.
4. Finley Erin P. Fields of Combat: Understanding PTSD among Veterans of Iraq and Afghanistan (The Culture and Politics of Health Care Work). Publisher: ILR Press; 1 edition (July 31, 2012). – 240 p.
5. Kolk Bessel van der, MD. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. Publisher: Viking; 1 edition (September 25, 2014). – 464 p.
6. Gearing Ryan. Enduring Freedom: An Afghan Anthology. Publisher: Firestep (August 15, 2015). – 176 p.
7. Moelker Rene (Editor), Andres Manon (Editor), Bowen Gary (Editor), Manigart Philippe (Editor). Military Families and War in the 21st Century: Comparative perspectives (Cass Military Studies). Publisher: Routledge; 1 edition (May 14, 2015). – 370 p.

Stasyuk V. V., doctor of psychological sciences, professor

THE FAMILY ROLE IN THE PROCESS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF THE ANTI-TERRORIST OPERATION PARTICIPANTS

The article highlights the aspects of families role of the anti-terrorist operation participants in the process of socio-psychological rehabilitation after returning from the zone of engagement.

The process of further social interaction with the military operations participant should be considered key positions in his thinking and positioning, which often take place and arise on a background of stress disorders.

Also the article provides guidelines on how to establish contact with the combatants, what behavior to may be expected and in what cases it is necessary to seek from professional help.

Keywords: the participant of anti-terrorist operation, family, socio-psychological rehabilitation.