

Ляховець Л. О.

**ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ
ВІЛЬНОГО ВИБОРУ «ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ТА ЇХ БЛИЗЬКИМ»
МАЙБУТНІМ ПСИХОЛОГАМ**

Актуальність підготовки фахівців допомагаючи професій, зокрема, психологів, працюючих з комбатантами, ветеранами, резервістами, членами їх родин, зумовлена потужними процесами кардинальних змін та динамічних перетворень у сучасному суспільстві, які викликають чимало труднощів та перешкод на шляху досягнення особистістю оптимальної зони комфорту внаслідок перенесеної психологічної травми. Власне тому сьогодні важливим освітнім завданням є системна підготовка фахівців, здатних здійснити якісний психологічний супровід особистості, котра опинилася в різноманітних деструктивних, кризових ситуаціях, і не спроможна самостійно подолати складні життєві обставини.

Наразі на офіційних сайтах, зокрема, Міністерства у справах ветеранів, дається перелік з 13-ти організацій і платформ, які надають безкоштовну системну психологічну та психотерапевтичну допомогу військовим та їхнім родинам (напр., Veteran Hub, Lifeline Ukraine, Molfa Hub, Гаряча лінія кризової допомоги Українського ветеранського фонду та ін.).

Але зважаючи на те, що на початку поточного року чисельність української армії становила 880 тис. осіб (Зеленський В., 2024); кількість ветеранів – за інформацією прес-служби Апарату Верховної Ради України (станом на січень 2022 р.) – близько 500 тис.; прогнозована кількість ветеранів, членів їхніх сімей та сімей загиблих воїнів після перемоги складатиме близько 3 млн. осіб, можна впевнено говорити про існування серйозних викликів для фахівців фасилітативних професій, оскільки саме вони стикаються з наслідками бойової психічної травматизації діючих комбатантів і ветеранів та з небойовим травмівним досвідом близьких цих військовослужбовців (Блінов О., 2016; Лукомська С., 2016; Ларіонов С., Колесніченко О., 2022; Лашко О., Кошова І., 2023; Скар О., 2023 та ін.).

Разом з тим, питання надання психологічної підтримки військовим, ветеранам та їх рідним і досі реалізується доволі хаотично. Нині здебільшого відсутній системний підхід до підготовки психолога, працюючого з військовими, ветеранами, членами родин комбатантів; слабо розроблені концептуально-дидактичні і змістовно-операційні положення щодо формування змісту предметів і курсів підготовки спеціалістів, які здійснюють надання фахових послуг в умовах війни й невизначеності; помітна недостатня якість практично-прикладних знань, необхідних для роботи майбутнього психолога в екстремальних, особливих обставинах (Сірко Р., 2013; Тарапатова Н., 2016; Панок В., 2020; Титаренко Т., 2021; Кокун О., 2022; Бойко-Бузиль Ю., 2023; Ларіонов С., 2023; Скар О., 2023; Умеренкова Н., 2023 та ін.).

Виходячи із вищезазначеного й відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в НУЧК імені Т.Г. Шевченка (зі змінами і доповненнями, 2021 р.)» і «Положення про дисципліни вільного вибору студентів НУЧК імені Т.Г. Шевченка (зі змінами і доповненнями, 2020 р.)», було розроблено навчальну програму і силабус вибіркової дисципліни «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким». Вибіркова дисципліна розрахована на здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, спеціальності 053 «Психологія», які прагнуть оволодіти ґрунтовними теоретичними знаннями та ефективними практичними

інструментами надання якісних професійних послуг. Вивчення дисципліни заплановано на 8-й семестр.

Загальною ціллю курсу виступає оволодіння широким спектром теоретичних відомостей та прикладних психокорекційних технік надання кваліфікованої підтримки та допомоги людям, які постраждали внаслідок військового конфлікту, що охоплює психосоціальну підтримку військовослужбовців, ветеранів війни, психологічну підтримку членів їх сімей.

Основні завдання вивчення дисципліни фокусуються переважно на розвитку наступних спеціальних компетентностей: 1) оперувати категоріально-понятійним апаратом психології; 2) ретроспективно аналізувати вітчизняний та зарубіжний досвід розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ; 3) використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій; 4) організовувати та надавати психологічну допомогу (групову й індивідуальну); 5) дотримуватися норм професійної етики.

Програмні результати вивчення дисципліни сконцентровані на здатності: 1) обирати й застосовувати валідний і надійний діагностичний інструментарій психологічного дослідження та технології психологічної допомоги; 2) реалізовувати психопрофілактичні, просвітницькі, психокорекційні заходи відповідно до запиту; 3) ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання; 4) пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності.

На вивчення вибіркового курсу відводиться 3 кредити ЄКТС (90 год.). Зміст навчальної дисципліни розкривається у трьох модулях.

Модуль 1. Психотравматизація військовослужбовців в екстремальних умовах професійної діяльності.

1.1. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, постраждалим від травмівних подій.

1.2. Професійні ризики і ментальне здоров'я психолога, працюючого з військовослужбовцями.

Модуль 2. Психологічна допомога та реабілітація військовослужбовців на етапі відновлення.

2.1. Психологічна реабілітація військовослужбовців.

2.2. Проблеми психосоціальної адаптації військовослужбовців та ветеранів війни: подолання проявів ПТСР.

2.3. Профілактика адитивної поведінки військовослужбовців та ветеранів.

Модуль 3. Психологічна підтримка членів родин військовослужбовців.

3.1. Психосоціальна адаптація та відновлення психотравмованих військовослужбовців в родинях.

3.2. Технологія розвитку стресостійкості у дружин ветеранів війни для подолання проявів вторинної травматизації.

3.3. Робота психолога з дітьми військовослужбовців.

У 1-му модулі вибіркового курсу розкриваються окремі аспекти та специфіка виконання професійних завдань військовим психологом і цивільним фахівцем, який працює з військовими/ветеранами/їх родинами. Розглядаються відмінності у фахових вимогах, підготовці, функціональних обов'язках та спектрі вирішуваних професійних завдань. Так, військовий психолог знає нюанси військового Статуту та проходження служби комбатантами різних родів військ; працює з особовим складом, здійснюючи морально-психологічне забезпечення кожного військовослужбовця індивідуально та колективу в цілому. Серед вирішуваних ним завдань: адаптація військових до умов служби; надання першої психологічної допомоги при стресах/гострих бойових стресах, повернення відчуття «психічної нормальності»; психоедукація (пояснення думок, переживань, поведінкових патернів); кризове консультування та ін. (Коkun О., Агаєв Н., Пішко І., Лозінська Н., Корня Л. 2019; 2021; 2022 та ін.). Робота психолога з наслідками травматизації передбачає складання плану допомоги, в якому передбачається поетапне здійснення заходів стабілізації, опрацювання травматичного досвіду та його інтеграції (Ларіонов С., Колесніченко О., 2022; Марініна Т., 2022; Гарькавець С., 2023).

Основний мінімум, яким має володіти цивільний психолог – це проведення психоедукативних експрес-занять щодо надання першої психологічної допомоги під час виникнення негативних психічних станів; збереження та відновлення психологічного здоров'я; навчання методам самопомоги та саморегуляції; консультування з особистих та міжособистісних проблем; мотиваційне консультування; попередження деструктивної поведінки. Особлива увага приділяється опрацюванню існуючих в суспільстві стереотипів, стигматизуючих професію психолога. Зазначене вище набуває особливої цінності на допризовному етапі роботи з потенційними комбатантами (Кравченко В., 2023; Лашко О., 2023; Кокун О., Пішко І., Олійник В., 2023 та ін.)

У 2-му модулі висвітлюється проблематика психологічної допомоги та реабілітації військовослужбовців на етапі відновлення у ракурсі діяльності цивільного фахівця. Близько 700 тисяч українських військовослужбовців наразі звільняють та захищають нашу країну, щодня переживаючи фізичне та ментальне травмування, що й визначає потребу у вивченні проблематики реабілітації воїнів, ветеранів.

Розкривається як загальна специфіка реабілітаційної діяльності психолога з діючими військовими та ветеранами; так і конкретизація окремих напрямків і способів роботи спеціаліста: психоедукативні засади застосування програми психологічного відновлення у роботі з учасниками бойових дій (Христук О., 2020); специфіка відновлювальної роботи з окремими проявами «екстремальної особистості»; потенціал окремих психотерапевтичних підходів щодо реабілітації постстресових розладів (Мацегора Я. із співавт., 2015; Павлик Н., 2019; Кісарчук З. із співавт., 2020); серія відновлювально-корекційних технік та алгоритми їх проведення (плейбек театр, МАК, арт-засоби, створення життєвих ландшафтів та ін.).

У 3-му модулі опрацьовуються різнопланові питання, пов'язані з окремими «невидимими наслідками війни», в т.ч. з: подоланням існуючих у суспільстві міфів, що на 3-му році повномасштабної війни сім'ї, котрі вже тривалий час переживають розлуку з рідними, які на фронті, адаптувалися до існуючого стану, і вже не так тривожаться, а, отже й не

потребують уваги та допомоги; вторинною травматизацією дружин комбатантів; проблемами відповідальності та контролю, зловживання психоактивними речовинами; сексуальної поведінки, подружніх конфліктів; суїцидальних проявів; сімейного насильства та багато ін.

Підсумовується вивчення дисципліни оглядом проблематики роботи психолога з дітьми військовослужбовців (розвиток життєстійкості дітей, які мають прояви стресу/гострого стресу, ПТСР, переживають смерть рідного чи невизначену втрату, роль батьків/одного з батьків в опануванні стресу та ін.).

Отже, зазначене вище дає підстави стверджувати, що вибіркова дисципліна «Психологічна допомога військовослужбовцям та їх близьким» для здобувачів вищої психологічної освіти бакалаврського рівня може послугувати додатковим ресурсом для досягнення високого рівня професійної та особистісної самореалізації в умовах воєнного часу.