

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи

Кафедра соціальної роботи та освітніх і педагогічних наук

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітнього ступеня «бакалавр»

на тему

**«Діяльність фахівців соціальної роботи щодо подолання проблем у
сімейній взаємодії екскомбатантів»**

Виконав:

студент IV курсу, 42 групи
спеціальності

231 Соціальна робота

Висоцький Владислав Ігорович

Науковий керівник:

доктор педагогічних наук, професор
Грищенко С. В.

Роботу подано до розгляду «_____» _____ 20__ року.

Студент (ка)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри

(назва кафедри)

протокол № _____ від «_____» _____ 20__ року.

Студент (ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

(підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1	
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З СІМ'ЯМИ ЕКСКОМБАТАНТІВ.....	7
1.1. Теоретико-методологічні основи діяльності фахівця соціальної роботи з сім'ями екскомбатантів.....	7
1.2. Соціально-психологічні особливості адаптації екскомбатантів до мирного життя	13
1.3. Проблеми сімейної взаємодії в родинях екскомбатантів	19
РОЗДІЛ 2	
ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ ПРОБЛЕМ У СІМЕЙНІЙ ВЗАЄМОДІЇ ЕКСКОМБАТАНТІВ.....	27
2.1. Аналіз сучасного досвіду роботи соціальних служб із сім'ями екскомбатантів.....	27
2.2. Емпіричний аналіз потреб сімей екскомбатантів у територіальних громадах	31
2.3. Програма соціального супроводу сімей екскомбатантів в умовах територіальних громад	43
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	57
СЛОВНИК ОСНОВНИХ ТЕРМІНІВ	64
ДОДАТКИ.....	66

ВСТУП

Актуальність дослідження. Необхідність соціально-психологічної роботи з військовослужбовцями і ветеранами збройного конфлікту в Україні стає дедалі більш очевидною і вкрай актуальною проблемою в умовах тривалого часу ведення бойових дій. Військовослужбовці, які несуть службу в різних воєнних підрозділах та які з перших хвилин повномасштабного вторгнення агресора почали захищати територіальну цілісність нашої держави і попри всі труднощі виконують свої військові обов'язки донині, потребують значного посилення системи психологічної підтримки та соціального супроводу.

Складнощі демобілізації, довгоочікувана ротація, невизначеність перспектив цивільного життя, необхідність зміни традиційної життєдіяльності через бойовий стрес, довготривалу ізоляцію, набуту інвалідність тощо значно ускладнюють активну життєдіяльність екскомбатантів в умовах цивільного життя. Зазначені фактори мають прямий вплив на функціонування сімей екскомбатантів. Подібні обставини часто призводять до зміни звичних ролей у сім'ї, ускладнюють процес відновлення взаєморозуміння між членами родини та можуть спричиняти напруження у подружніх і батьківсько-дитячих відносинах.

Проблематика соціальної підтримки військовослужбовців та членів їхніх сімей активно досліджується у вітчизняній науці. Теоретичні та методичні засади соціальної роботи з цією категорією клієнтів розкрито у праці Ю. Бриндікова, А. Дулі, О. Караман, Н. Островської, І. Трубавіної, О. Чередниченка, де систематизовано підходи до соціального супроводу військовослужбовців і членів їхніх сімей та окреслено напрями вдосконалення соціального захисту.

Концептуальні засади розвитку військової соціальної роботи в Україні проаналізовано у публікації Д. Дакала, Т. Голубенко, І. Івженко, де визначено

предмет, принципи та перспективи становлення військової соціальної роботи як спеціалізованого напрямку професійної діяльності.

Особливості організації соціальної роботи з військовослужбовцями та їхніми сім'ями в умовах тривалого конфлікту висвітлено у дослідженні О. Логвінової, де наголошено на необхідності комплексного підходу, міжвідомчої координації та розвитку громадських ініціатив у сфері підтримки ветеранів.

Питання соціальної роботи із сім'ями військовослужбовців розглядали О. Безносок, В. Браун, В. Осипа, О. Прохоров, які акцентували увагу на соціально-педагогічних аспектах підтримки родин та профілактиці дезадаптації.

Водночас аналіз наукових джерел показує, що значна частина досліджень зосереджена або на психологічних наслідках бойового досвіду, або на загальних питаннях соціального захисту ветеранів. Менш системно висвітленими залишаються питання саме подолання проблем сімейної взаємодії екскомбатантів через професійну діяльність фахівців соціальної роботи, з урахуванням сучасних умов тривалої воєнної кризи та зростання кількості ветеранів.

Таким чином, зростання масштабів ветеранської спільноти, складність процесів соціальної реінтеграції та наявність системних труднощів у сімейній взаємодії зумовлюють необхідність поглибленого дослідження діяльності фахівців соціальної роботи у сфері підтримки родин екскомбатантів. Це визначило вибір теми кваліфікаційної роботи: ***«Діяльність фахівців соціальної роботи щодо подолання проблем у сімейній взаємодії екскомбатантів»***.

Мета дослідження – аналіз теоретичних та практичних аспектів діяльності фахівців соціальної роботи щодо подолання проблем у сімейній взаємодії екскомбатантів.

Відповідно до окресленої вище мети, було визначено перелік наступних **завдань**:

1. Проаналізувати соціально-психологічні особливості адаптації екскомбатантів до мирного життя.
2. Визначити типові проблеми сімейної взаємодії в родинх екскомбатантів.
3. Провести емпіричне дослідження потреб сімей ветеранів у територіальних громадах та розробити програму соціального супроводу, спрямовану на відновлення та розвиток конструктивної сімейної взаємодії.

Об'єкт дослідження – соціальна робота з сім'ями екскомбатантів.

Предмет дослідження – зміст та особливості діяльності фахівців соціальної роботи щодо подолання проблем у сімейній взаємодії екскомбатантів.

Для досягнення поставленої мети використано **методи**:

- *теоретичні*: аналіз і узагальнення наукових джерел із соціальної роботи, психології та соціальної політики; систематизація підходів до розуміння сімейної дезадаптації та моделей соціального супроводу; порівняння вітчизняного та зарубіжного досвіду підтримки ветеранів.
- *емпіричні*: аналіз діяльності соціальних служб; узагальнення практичного досвіду роботи з сім'ями екскомбатантів; анкетування родин ветеранів; моделювання програми соціального супроводу.

Теоретичне і практичне значення дослідження полягає у систематизації сучасних підходів до соціальної підтримки сімей екскомбатантів та розробці програми підвищення ефективності соціальної підтримки сімей ветеранів у територіальних громадах, що у свою чергу може бути використана фахівцями відповідних соціальних інституцій для підвищення рівня соціально-психологічної адаптації ветеранів.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження було апробовано на міжнародній науковій онлайн-конференції «XVI Сіверянські соціально-психологічні читання».

Результати дослідження висвітлено у таких публікаціях:

Грищенко С.В., Висоцький В. І. Теоретико-методологічні основи соціальної роботи з сім'ями екскомбатантів: матеріали міжнародної наукової онлайн-конференції «XVI Сіверянські соціально-психологічні читання».

Структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, словника основних термінів та додатків. Загальний обсяг – 73 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З СІМ'ЯМИ ЕКСКОМБАТАНТІВ

1.1. Теоретико-методологічні основи діяльності фахівця соціальної роботи з сім'ями екскombatантів

Військово-соціальна діяльність охоплює широкий спектр інструментів і механізмів підтримки військових спільнот. Її важливим елементом є всебічна соціальна підтримка, що включає матеріальне забезпечення, консультативну допомогу у розв'язанні соціальних питань, а також медичний і психологічний супровід. Значну роль відіграє реалізація спеціалізованих програм, спрямованих на полегшення пристосування військовослужбовців, екскombatантів та членів їхніх сімей до особливостей життя у військовому та післявійськовому середовищі.

Окрема увага приділяється підготовці військовослужбовців до повернення до цивільного життя через програми професійної орієнтації та соціальної адаптації. Не менш важливим компонентом є комплексна підтримка ветеранської спільноти та їхніх родин, що передбачає сприяння в отриманні необхідної медичної допомоги, психологічної підтримки та інших соціальних послуг. Система соціальної роботи також включає механізми соціально-правового захисту, які гарантують дотримання прав і свобод як самих військовослужбовців, так і членів їхніх сімей.

Важливим напрямом такої діяльності є превентивна робота, спрямована на запобігання виникненню соціально небезпечних явищ у військовому середовищі та серед родин військовослужбовців і ветеранів. Зазвичай зазначені заходи реалізуються через соціальні служби, спеціалізовані центри та відповідні підрозділи, організації ветеранів та інші соціальні інститути, які забезпечують надання соціальної допомоги та підтримки військовим і членам їхніх сімей.

Соціальна робота з екскомбатантами та членами їхніх сімей здійснюється за допомогою певних методів і технологій, що застосовуються фахівцями соціальної сфери у процесі вирішення різних соціальних проблем та забезпечення ефективної соціальної підтримки. Саме використання відповідного методологічного інструментарію дозволяє організувати комплексну допомогу ветеранам та їхнім родинам, сприяючи їхній соціальній адаптації та стабілізації сімейного середовища.

До основних методів соціальної роботи належать організаційні, педагогічні, соціально-психологічні та соціально-економічні [34].

Організаційні методи являють собою прийоми і способи діяльності, що застосовуються для вирішення організаційних завдань у соціальній роботі. Вони поділяються на організаційно-розпорядчі, організаційно-координаційні, організаційно-інструктивні та організаційно-технічні. Використання таких методів дає можливість соціальному працівнику правильно організовувати процес надання соціальної допомоги, координувати діяльність різних соціальних служб та забезпечувати ефективне вирішення соціальних проблем екскомбатантів і членів їхніх сімей.

У системі соціальної підтримки важливе місце посідають педагогічні методи, які спрямовані на надання комплексної допомоги людині як особистості та як учаснику соціальних процесів. Їх застосування сприяє ефективній соціалізації, формуванню необхідних соціальних установок та орієнтації людини в суспільстві. Методологічний інструментарій педагогічних методів включає декілька взаємопов'язаних напрямів. Перший охоплює формування свідомості особистості через різні форми комунікації, зокрема індивідуальні бесіди, лекції, обговорення та дискусії, а також методи переконання, навіювання і позитивного прикладу. Другий напрям пов'язаний з організацією пізнавальної діяльності та практичної активності людини. Третій передбачає застосування способів стимулювання та регулювання поведінки, серед яких заохочення, елементи змагальності, дисциплінарні заходи та використання ігрових методик.

Такий комплексний підхід дає змогу ефективно впливати на процес соціалізації екскомбатантів та членів їхніх сімей, сприяючи їхньому особистісному розвитку та формуванню соціально прийнятних моделей поведінки.

До соціально-психологічних методів належить комплекс способів вивчення психологічних особливостей особистості та міжособистісних взаємин. Найчастіше використовуються такі методи, як спостереження та експеримент. Вони дозволяють соціальному працівнику виявляти психологічні проблеми екскомбатантів і членів їхніх родин, сприяти усвідомленню ними власних труднощів та допомагати у подоланні внутрішніх і міжособистісних конфліктів [51].

Соціально-економічні методи представляють собою сукупність способів і прийомів, за допомогою яких реалізуються заходи соціальної підтримки, що враховують соціальні потреби та інтереси людей. До них належать різні види матеріальної допомоги, надання пільг, соціальних виплат та інших форм економічної підтримки екскомбатантів і членів їхніх сімей.

У сучасній практиці соціальної роботи застосовується широкий спектр технологій і методів, які спрямовані на надання комплексної допомоги екскомбатантам та членам їхніх сімей. Серед них виокремлюють первинні та вторинні методи соціальної роботи. До первинних належать індивідуальна терапія, сімейна терапія та групова терапія, які використовуються для надання безпосередньої психологічної допомоги та підтримки. До вторинних методів відносять планування, консультування та соціальний супровід, що спрямовані на організацію процесу допомоги та координацію взаємодії між різними соціальними службами.

Важливе місце у системі соціальної роботи посідають основні процедури технології соціальної підтримки екскомбатантів. До них належать соціальна профілактика, соціальна реабілітація та соціальна підтримка. Соціальна профілактика передбачає діяльність, спрямовану на попередження виникнення соціальних проблем, а також усунення причин, що можуть

призводити до їх появи. Соціальна реабілітація орієнтована на подолання наслідків уже існуючих проблем і відновлення нормального соціального функціонування особистості. Соціальна підтримка спрямована на компенсацію ресурсів, які були втрачені під впливом складних життєвих обставин, та надання допомоги у вирішенні соціальних труднощів [16].

Звертаючись до сучасних наукових основ соціально-психологічної роботи з військовослужбовцями і ветеранами (Н. Агаєв, В. Кокун, Н. Лозінська, І. Пішко), під соціально-психологічною роботою розуміють професійну діяльність, спрямовану на допомогу ветеранам у подоланні криз, пов'язаних із перебуванням на військовій службі, зменшенні ризиків дезадаптації у цивільному житті, подоланні наслідків травматичного досвіду та адаптації до мирного середовища. Така діяльність також передбачає роботу з особистісними психологічними проблемами, формування нових соціальних навичок і підтримку процесу повернення до цивільного життя.

Наукові джерела визначають одним із ключових напрямів психологічну підтримку у переживанні посттравматичних стресових розладів і психологічних станів, викликаних бойовим стресом, а також здійснення психологічної реабілітації ветеранів, які зазнали тяжких фізичних і психологічних травм [12].

Важливим напрямом є соціально-психологічна адаптація ветеранів до умов цивільного життя, що передбачає організацію заходів підтримки, а також надання соціально-психологічної допомоги членам сімей ветеранів і налагодження співпраці з медичними службами [48].

Наступним напрямом виступає соціальна реадаптація ветеранів, спрямована на подолання дезадаптації у цивільному житті, орієнтацію на ринку праці та можливість професійної перекваліфікації відповідно до стану здоров'я і функціональних можливостей (Н. Агаєв, В. Кокун, Н. Лозінська, І. Пішко, В. Остапчук). Метою соціальної реадаптації є відновлення здатності особистості до повноцінної життєдіяльності у соціумі, повернення до соціального статусу, ролей і морально-психологічної рівноваги [23].

Окремим напрямом визначається соціально-педагогічна реабілітація, спрямована на відновлення навичок соціальної взаємодії та комунікації, формування позитивних міжособистісних стосунків з близькими, родиною та соціальним оточенням. Важливу роль у цьому відіграє розвиток так званих «м'яких навичок» (soft skills), які сприяють адаптивності, гнучкості та стресостійкості особистості [34].

Також важливим напрямом виступає соціально-інформаційна допомога, що передбачає надання достовірної інформації про систему соціальних і правових гарантій, доступні види підтримки, а також процедури отримання пільг і матеріальної допомоги [44].

Метою подібних програм є реалізація комплексу взаємопов'язаних завдань і заходів, спрямованих на вирішення ключових проблем соціальної підтримки ветеранів війни та членів їхніх сімей. Такі програми орієнтовані на покращення морально-психологічного стану ветеранів, сприяння їх соціальній адаптації після повернення з бойових дій, а також підтримку сімей, які стикаються з труднощами адаптації до нових умов життя.

Переважає більшість заходів у таких програмах націлена на матеріальне забезпечення ветеранів та членів їхніх сімей. Водночас в окремих випадках увага приділяється:

- організації заходів взяття на облік ветеранів ЗСУ;
- проведенню реабілітаційних заходів;
- створенню пунктів надання психологічної допомоги;
- утворенню центрів підтримки ветеранів;
- проведенню культурно-мистецьких акцій для ветеранів;
- відвідуванню фахівцями із соціальної роботи сімей ветеранів;
- запровадженню гарячої телефонної лінії тощо [12].

Варто відзначити, що регіональний та локальний рівні дуже часто переплітаються, оскільки регіональний рівень обмежується не тільки обласними програмами, а й регіональними програмами на рівні об'єднаних територіальних громад, які включають значну кількість місцевих рад

(територіальних громад). Слід зазначити, що територіальні громади відрізняються одна від одної за рівнем підготовленості та спроможності надавати якісні послуги ветеранам (досвід надання таких послуг, наявність кваліфікованих фахівців та потрібної інфраструктури, фінансові можливості тощо). Також громади відрізняються і за рівнем співпраці з іншими громадами, національними та міжнародними організаціями, ступенем розвитку партнерських мереж.

Тому одним з ключових аспектів обговорення проблеми впровадження соціальних послуг для ветеранів ЗСУ є усвідомлення того, що після завершення бойових дій вони повертатимуться до своїх громад, а отже повинні отримувати соціальні послуги саме там. Тим більше, що згідно із Законом України «Про соціальні послуги» надання базових соціальних послуг здійснюється саме на рівні територіальних громад [31].

Саме тому останнім рівнем нормативно-правового регулювання є локальний – тобто рівень територіальних громад. Важливим для нормативно-правового регулювання надання соціальних послуг ветеранам ЗСУ та їхнім сім'ям на цьому рівні є відповідні положення про установи, які є надавачами соціальних послуг, їх структурні підрозділи, посадові інструкції фахівців із соціальної роботи та ін.

Надання соціальних послуг на рівні територіальної громади здійснюється із застосуванням методу ведення випадку. Ведення випадку має бути певним чином задокументовано. Так, відповідно до п. 1 ст. 18 Закону України «Про соціальні послуги» така документація має стосуватися оцінювання потреб ветеранів ЗСУ та членів їхніх сімей, розробленого індивідуального плану, договору про надання соціальної послуги тощо. Державним стандартом соціальної послуги соціальної адаптації ветеранів та членів їхніх сімей передбачено спеціальні форми оцінювання індивідуальних потреб ветеранів для отримання послуги соціальної адаптації, індивідуальний план надання цієї послуги, форму для підсумкового моніторингу виконання індивідуального плану та ін.

1.2. Соціально-психологічні особливості адаптації екскомбатантів до мирного життя

Питання соціально-психологічної підтримки ветеранів війни в Україні набуло особливої гостроти після 2014 року, відколи воєнні події стали довготривалим чинником суспільного розвитку, а після 2022 року переросло у масштабну соціальну проблему загальнонаціонального рівня. У нових історичних умовах держава та суспільство опинилися перед необхідністю комплексної реінтеграції значної кількості військовослужбовців, які повертаються з бойових дій із досвідом втрат, поранень, травматичних переживань та суттєвих особистісних змін.

У межах теорії та практики соціальної роботи ця проблематика розглядається не виключно як питання індивідуальної психологічної допомоги, а як системний процес соціально-психологічної адаптації, що має стратегічне значення для забезпечення соціальної згуртованості, стабільності суспільства та національної безпеки. Відтак підтримка ветеранів постає не лише моральним чи гуманітарним обов'язком, а необхідною умовою збереження соціальної цілісності держави.

Як зазначає О. Корольчук [30, с. 107], психічні механізми, що формуються в умовах постійної загрози, небезпеки та бойового стресу, є функціонально доцільними у військовій ситуації, однак у мирному середовищі можуть втрачати адаптивність. Саме тому труднощі повернення до цивільного життя пов'язані з необхідністю перебудови способів реагування, оцінювання подій та взаємодії з оточенням відповідно до нових соціальних стандартів.

Подальший аналіз наукових джерел дозволяє виокремити чинники, що визначають успішність соціально-психологічної адаптації. Так, у дослідженнях О. Буряка та М. Гіневського [10] наголошується на існуванні двох груп детермінант: суб'єктивних та об'єктивних. До суб'єктивних відносять професійну підготовку, попередній життєвий досвід, індивідуально-психологічні особливості, систему мотивів, переконань, потреб, а також

емоційно-вольову сферу особистості. Об'єктивні чинники охоплюють умови діяльності, характер навантаження, соціально-побутові умови, особливості соціального оточення та психологічний клімат.

У цьому контексті варто звернути увагу і на положення, викладені у працях С. Денисюк та В. Корнієнка [49], які розглядають адаптацію військовослужбовців як активний процес взаємодії з соціальним середовищем, що визначається як зовнішніми умовами, так і індивідуальними потребами особистості у післявоєнний період. Таким чином, адаптація постає не як пасивне пристосування, а як динамічний процес перебудови особистісних структур та соціальних зв'язків.

Водночас отриманий бойовий досвід зумовлює суттєві особистісні зміни, частина з яких може мати незворотний характер. Трансформація системи цінностей, уявлень про безпеку, довіру та справедливість безпосередньо впливає на сприйняття нової соціальної реальності. Саме тому адаптація екскомбатантів до мирного життя потребує осмислення як процесу глибинної внутрішньої перебудови, що відбувається під впливом попереднього травматичного досвіду.

Соціальне значення адаптаційного процесу розкривається через систему його функцій, які відображають як індивідуальний, так і суспільний вимір цього явища. У наукових дослідженнях наголошується, що адаптація забезпечує збереження балансу між особистістю та соціальним середовищем, сприяючи їх взаємному узгодженню.

Так, у працях І. Галецької [14] підкреслюється, що функціональне призначення соціальної адаптації полягає у підтриманні системи міжособистісних зв'язків та соціальних відносин, що дозволяє зберігати цілісність як особистості, так і соціального середовища. Такий підхід акцентує увагу на інтегративній ролі адаптації, яка забезпечує включення індивіда у структуру соціальних взаємодій.

Розвиваючи цю позицію, Ю. Бриндіков [8] зазначає, що адаптація має виразну мобілізуючу функцію, оскільки передбачає не лише прийняття

окремих норм чи вимог, а опанування цілісної системи суспільних відносин, здатність діяти в умовах нестабільності та долати наслідки кризових ситуацій. У такому розумінні адаптація виступає механізмом активного пристосування, що активізує внутрішні ресурси особистості.

Крім того, дослідники підкреслюють її розвивальний потенціал. Зокрема, О. Мельник [36] вказує, що адаптація забезпечує не лише виживання індивіда в нових умовах, а й створює передумови для його подальшого особистісного зростання, тоді як соціальне середовище отримує можливість відтворення та переходу до нових етапів розвитку.

У ситуаціях суспільної невизначеності особливого значення набуває стимулююча функція адаптації. У цьому контексті Н. Павлик [43] наголошує, що здатність орієнтуватися в складних обставинах, виробляти адекватні моделі поведінки та раціонально використовувати наявні ресурси є ключовою характеристикою адаптованої особистості. Таким чином, адаптація розглядається як процес, що сприяє формуванню нових поведінкових стратегій і забезпечує соціальну активність індивіда.

Узагальнюючи різні наукові підходи, соціально-психологічну адаптацію можна визначити як багатовимірний процес активного пристосування психіки та поведінки особистості до змінених умов соціального середовища, який здійснюється через провідну діяльність та систему соціальних взаємодій.

У межах теоретичного аналізу адаптаційних процесів доцільно розглядати екскомбатантів як окрему соціально-психологічну групу, що має специфічні характеристики, зумовлені бойовим досвідом. Участь у військових діях супроводжується перебуванням у ситуаціях підвищеного ризику, загрози життю, втратами побратимів, пораненнями та іншими травматичними подіями, які спричиняють глибокі психологічні трансформації особистості [27].

Зазначені обставини формують особливий тип досвіду, що стає підґрунтям для виникнення спільної ідентичності. Як підкреслюють М. Мушкевич та співавтори, ветерани війни після повернення до цивільного

життя продовжують залишатися носіями травматичного досвіду, який визначає їхнє сприйняття соціальної реальності, характер міжособистісної взаємодії та емоційні реакції [40]. Саме тому екскомбатанти можуть розглядатися як група, об'єднана не лише формальним статусом, а й спільною системою смислів і переживань.

На соціологічному та психологічному рівнях ветеранів описують як спільноту з вираженою колективною ідентичністю. Її членів поєднує специфічне бачення реальності, сформоване в умовах війни, а також набір цінностей і поведінкових норм, що забезпечували виживання в екстремальних ситуаціях [46]. Внаслідок цього ідентифікація з військовою спільнотою часто залишається провідною навіть після завершення служби, що ускладнює прийняття нових цивільних ролей.

Разом із тим, у мирному середовищі така група нерідко опиняється у вразливому становищі. Дослідники звертають увагу на феномен соціального відчуження ветеранів, що може проявлятися через нерозуміння з боку оточення, стигматизацію або недостатню інституційну підтримку [32]. За відсутності системних механізмів державної допомоги, доступу до психологічних послуг та можливостей професійної самореалізації зростає ризик ізоляції, внутрішньої напруги та ускладнення процесу адаптації.

Водночас важливо підкреслити, що екскомбатантська спільнота характеризується високим рівнем внутрішньої згуртованості. Досвід спільного проходження бойових випробувань формує довіру та солідарність, що стають значущими ресурсами у процесі реадaptaції. Як засвідчують наукові спостереження, ветеранські об'єднання, ініціативні групи та неформальні мережі підтримки можуть виконувати функцію соціального буфера, сприяючи відновленню активності, взаємодопомозі та поступовому включенню у цивільне життя [27].

Таким чином, екскомбатанти постають не лише як індивіди з травматичним досвідом, а як специфічна соціально-психологічна спільнота з

власними нормами, цінностями та механізмами внутрішньої підтримки, що суттєво впливає на характер їх адаптації до мирного середовища.

Після демобілізації такі зміни нерідко ускладнюють процес соціально-психологічної адаптації, оскільки механізми реагування, які були функціонально доцільними в умовах війни, втрачають свою адаптивність у цивільному житті. Як зазначає О. Корольчук [30], одним із найбільш поширених наслідків є посттравматичний стресовий розлад, що супроводжується нав'язливими спогадами про травматичні події, підвищеною тривожністю, порушеннями сну, емоційною відчуженістю та схильністю до агресивних реакцій.

До клінічної картини ПТСР часто приєднуються депресивні прояви, панічні стани, зниження емоційної чутливості, феномен «провини вцілілого», а в окремих випадках – суїцидальні тенденції. Усе це суттєво впливає на якість соціального функціонування та потребує глибокого осмислення в контексті подальшої адаптації [50].

Водночас бойовий досвід зумовлює не лише симптоматичні розлади, а й трансформацію особистісної структури. Частина таких змін може мати стійкий або навіть незворотний характер. Переоцінка життєвих пріоритетів, зміна уявлень про безпеку, довіру та соціальну справедливість безпосередньо впливають на сприйняття нової соціальної реальності.

У науковій літературі для опису специфічних психологічних новоутворень, сформованих внаслідок тривалого перебування в умовах війни, використовується поняття «воєнізована психіка». Йдеться про комплекс стійких установок і реакцій, що відображають адаптацію до екстремального середовища та можуть проявлятися після повернення до цивільного життя [27].

До характерних ознак цього феномену належать:

– виражене прагнення бути зрозумілим оточенням, отримати моральне підтвердження значущості власних дій та їх соціальної виправданості;

- потреба у соціальному визнанні, що дозволяє зменшити внутрішнє почуття провини та пом'якшити травматичні спогади;
- бажання отримати високу оцінку особистих зусиль і внеску, аби факт суспільного схвалення був публічно зафіксований і значущий для найближчого оточення;
- прагнення інтегруватися в систему цивільних соціальних зв'язків із вищим статусом, ніж до участі у бойових діях;
- стан розгубленості або приголомшення перед реаліями мирного життя, які сприймаються як контрастні до бойового досвіду;
- труднощі прийняття того, що суспільство продовжувало функціонувати без них, а їхня відсутність не була усвідомлена як значуща [27].

Таким чином, психологічні наслідки участі в бойових діях охоплюють як клінічно виражені розлади, так і глибинні зміни особистісної структури. Саме ця багатовимірність наслідків зумовлює складність подальшої адаптації екскомбатантів до мирного життя та потребує подальшого аналізу специфіки їх соціально-психологічного стану.

Окремим виміром соціально-психологічної адаптації екскомбатантів є сфера міжособистісних і сімейних відносин. Повернення з війни означає не лише зміну соціального статусу чи професійної ролі, а й глибоку трансформацію внутрішніх установок, емоційних реакцій і способів комунікації. Саме тому процес реінтеграції у родинне середовище нерідко супроводжується внутрішніми конфліктами та відчуттям емоційної дистанції [40].

Однією з найпоширеніших труднощів є порушення емоційного контакту з членами сім'ї. Наслідки посттравматичних переживань, емоційна притупленість або підвищена тривожність можуть знижувати здатність ветерана до відкритого прояву почуттів, підтримки чи співпереживання. У результаті виникає відчуження, яке посилюється тим, що діти та партнери не завжди розуміють природу змін у поведінці близької людини. Сам ветеран

також може відчувати труднощі з усвідомленням і поясненням власних реакцій [51].

Додатковим чинником напруження стає трансформація сімейних ролей. У військовому середовищі домінують чітка субординація, ієрархічність, орієнтація на наказ та беззаперечне виконання рішень. Перенесення таких моделей взаємодії у родину, де основою є діалог, партнерство та емоційна взаємність, часто спричиняє конфлікти. У поведінці ветерана можуть проявлятися тенденції до надмірного контролю, ревності, підвищена тривога за безпеку близьких, що дестабілізує сімейну систему [46].

Водночас поширеним явищем є соціальна ізоляція та зниження рівня довіри до оточення. Уникання спілкування, звуження кола контактів, схильність до агресивних або саморуйнівних реакцій можуть негативно впливати на функціонування родини. Нерідко ветерани надають перевагу спілкуванню лише з тими, хто має подібний бойовий досвід. За таких умов сім'я може сприйматися як «чужа» або така, що не здатна повністю зрозуміти пережите [42].

Таким чином, міжособистісні труднощі не є ізольованими проявами посттравматичних реакцій, а стають системним чинником, що впливає на якість адаптації в цілому. Вони виявляють глибоку взаємозалежність індивідуального психологічного стану екскомбатанта та стану родинної взаємодії. Саме ця взаємозумовленість зумовлює необхідність більш детального аналізу специфіки сімейних процесів у родинах ветеранів.

З огляду на зазначене, логічним є перехід до розгляду особливостей та проблем сімейної взаємодії в родинах екскомбатантів, що становить зміст наступного підпункту.

1.3. Проблеми сімейної взаємодії в родинах екскомбатантів

Проблематика конфліктів у сім'ях військовослужбовців, у тому числі і екскомбатантів, досліджується в різних країнах світу. Водночас до 1970-х

років наукових праць, присвячених цьому питанню, було небагато. Після війни у В'єтнамі в науковий обіг увійшло поняття «синдром військової сім'ї», яке використовували для позначення поведінкових і психосоціальних труднощів у дітей військових, а також впливу тривалих ротацій батьків у зонах бойових дій на сімейні взаємини.

Кількість досліджень цього явища значно зросла наприкінці XX – на початку XXI століття, зокрема після війни в Перській затоці та подій 2001 року, що спричинили активізацію наукового інтересу до функціонування військових родин.

Однією з перших фундаментальних праць у цьому напрямі є дослідження американської вченої М. Сігал «Армія і сім'я як жадібні інституції» (1986). Авторка розглядає сім'ю військовослужбовця як перетин двох соціальних інституцій – армії та сім'ї, кожна з яких висуває до людини значні вимоги щодо часу, відданості та ресурсів. Це нерідко призводить до конфлікту між професійними обов'язками військового та потребами сімейного життя. Одним з найголовніших факторів науковця визначає необхідність адаптації до нових соціальних умов після повернення до цивільного життя [28].

Вагомий внесок у вивчення цієї проблематики зробила також Д. Гаррісон, яка у праці «Такого життя немає: дружини військових у Канаді» досліджує досвід дружин військовослужбовців. Авторка зазначає, що часті переїзди та тривала відсутність партнерів можуть спричиняти соціальну ізоляцію, підвищений рівень стресу та сімейні конфлікти.

Сучасні дослідження звертають увагу і на психологічні наслідки військової служби для членів родини. Зокрема, у метааналітичному дослідженні «Parental military deployment as risk factor for children's mental health» зазначається, що перебування військовослужбовців у зонах бойових дій підвищує ризик розвитку психічних розладів, зокрема посттравматичного стресового розладу, а негативні наслідки такого досвіду можуть поширюватися і на членів їхніх сімей, особливо на дітей [42].

У 2011 році доктор Джеймс Монро (Бостон, США) опублікував так звані правила виживання в бою, підкреслюючи, що навички та установки, які допомагають людині вижити в умовах бойових дій, у мирному житті можуть проявлятися як поведінкові стратегії, що ускладнюють сімейну взаємодію.

1. «Будь наготові» – військовий звикає постійно контролювати ситуацію та перебувати у стані підвищеної пильності. Водночас для партнера, який живе у відносно безпечному середовищі, така поведінка може виглядати як надмірний контроль і викликати напруження у взаєминах. На нашу думку, ця особливість є проявом гіперпильності, характерної для осіб із бойовим досвідом.

2. «Нікому не довіряй, нічому не довіряй» – під час бойових дій військовий навчається не довіряти доти, доки не переконається у безпечності ситуації. У сімейному житті така установка може руйнувати довіру між партнерами, оскільки часто сприймається як сумнів у щирості почуттів або чесності близької людини. Ми погоджуємося з дослідниками, що подібна поведінка є наслідком адаптації до небезпечного середовища.

3. «Виконай завдання» – у бойових умовах усі ресурси військового спрямовані на виконання наказу чи бойового завдання. Натомість у цивільному житті людина зазвичай самостійно визначає свої цілі та проявляє ініціативу. Після повернення з війни така ініціативність може бути тимчасово зниженою, що іноді сприймається партнером як пасивність або байдужість.

4. «Ухвалюй рішення» – на полі бою військові змушені швидко ухвалювати рішення, часто в умовах дефіциту інформації. У сімейному житті процес прийняття рішень зазвичай передбачає обговорення, компроміс і врахування думок усіх членів родини. Тому швидкість і категоричність рішень ветерана можуть викликати непорозуміння або конфлікти.

5. «Реагуй, коли тобі щось загрожує» – у бойових умовах військовослужбовці привчаються миттєво реагувати на потенційну небезпеку. Однак у мирному середовищі така автоматична реакція може проявлятися у формі підвищеної дратівливості або агресивності. Навіть незначні побутові

подразники можуть сприйматися як загроза порядку або безпеці, що створює напруження у сімейних стосунках.

6. «Будь непередбачуваним» – у військовій тактиці зміна планів і приховування інформації часто є необхідною умовою виживання. У сімейному житті, навпаки, стабільність, передбачуваність і дотримання сімейних традицій формують відчуття безпеки та психологічного комфорту. Саме тому подібна поведінка може бути незрозумілою для партнера або інших членів родини.

7. «Ніяких почуттів, ніяких емоцій» – у бойових умовах прояв емоцій може знижувати здатність до швидкого реагування, тому військові часто звикають пригнічувати почуття. Єдиними дозволеними емоціями нерідко стають гнів або дратівливість. У цивільному житті така стриманість може сприйматися як холодність або байдужість, що особливо болісно переживається дітьми.

8. «Уникай розмов про війну» – багато військовослужбовців уникають розповідей про власний бойовий досвід, оскільки вважають, що цивільні люди не зможуть повністю зрозуміти пережите. Крім того, згадування травматичних подій може викликати повторне переживання сильних емоцій. На нашу думку, саме ця тенденція часто стає однією з причин емоційного дистанціювання у сімейних стосунках [5].

Таким чином, наведені правила демонструють, що поведінкові установки, сформовані в умовах війни, можуть суттєво впливати на характер взаємодії військовослужбовця з членами родини. Ми вважаємо, що розуміння природи таких реакцій є важливим кроком до формування більш ефективної психологічної підтримки сімей екскомбатантів та відновлення гармонійних сімейних відносин.

В українських дослідженнях проблематика конфліктів у сім'ях військовослужбовців поки що не отримала такого широкого висвітлення, як у зарубіжній науці. Водночас питання подружніх конфліктів досліджується досить ґрунтовно. Так, М. Павлюк та Н. Архипенко зазначають, що учасники

подружніх конфліктів часто не є свідомими протиборчими сторонами, а скоріше стають жертвами власних неусвідомлюваних особистісних особливостей та викривленого сприйняття ситуації. На думку авторів, сімейні конфлікти зазвичай виникають через прагнення партнерів задовольнити власні потреби без урахування інтересів іншого.

Т. Коломієць [28] зазначає, що сімейні конфлікти у таких родинах часто зумовлені тривалими розлуками, психологічними наслідками участі у бойових діях та труднощами адаптації військових до цивільного життя після повернення з фронту. На думку дослідниці, ці фактори можуть суттєво впливати на емоційний клімат родини та ускладнювати процес відновлення сімейних стосунків.

Авторка зазначає, що сім'ї військовослужбовців нерідко стикаються з проявами соціальної несправедливості, що може негативно відобразитися на їхньому емоційному стані та стабільності сімейних взаємин. Попри декларовані державою гарантії підтримки та надання певних пільг, родини військових не завжди отримують достатню соціальну, матеріальну або психологічну допомогу. У таких умовах у членів сім'ї можуть формуватися відчуття покинутості, знецінення власних зусиль та несправедливого ставлення, що поступово підриває довіру як до державних інституцій, так і до суспільства загалом.

Крім того, особливості військової служби часто обмежують можливості родини щодо стабільного працевлаштування та забезпечення належного матеріального рівня життя. Фінансові труднощі, які виникають у зв'язку з цим, стають додатковим джерелом психологічної напруги та можуть спричиняти конфлікти між членами родини [28].

У практичному дослідженні Н. Дідик [18], присвяченому аналізу сімейних проблем військовослужбовців після повернення із зони бойових дій, було встановлено, що найбільш поширеними труднощами у родинах є напруженість у подружніх стосунках, емоційна відчуженість військового, страх і нерозуміння з боку дружини щодо змін у його поведінці, а також

погіршення взаємин між батьком і дитиною. Дослідниця також звертає увагу на порушення інтимних стосунків та обмежені можливості для спільного сімейного дозвілля через службово-бойові завдання.

Досвід участі у бойових діях часто супроводжується сильним стресом. Після повернення додому військовослужбовцю буває непросто швидко повернутися до звичного життя. Деякі з них стають більш замкненими, уникають розмов про пережите або намагаються триматися на певній дистанції від близьких. Іноді їм складно знову включитися у повсякденні сімейні справи. У таких ситуаціях може з'являтися відчуття непотрібності або внутрішньої порожнечі. Деколи людина намагається впоратися з напруженням за допомогою небажаних форм поведінки.

Дослідження показують, що кожне повернення військового з відрядження змінює звичний ритм життя родини. Родині доводиться заново пристосовуватися до нових умов спільного життя. Це часто супроводжується хвилюванням, напруженням і може викликати конфлікти. Разом з тим у сім'ях, де люди відкрито говорять про свої переживання і підтримують одне одного, цей період проходить значно легше.

С. Белай, О. Керницький та Т. Зубатенко [4] зазначають, що родини військовослужбовців нерідко стикаються з труднощами після повернення військового з бойових дій. Близьким людям буває складно зрозуміти зміни у його поведінці. Через це можуть виникати непорозуміння, емоційна дистанція або конфлікти. Дослідники підкреслюють, що важливо надавати психологічну підтримку як військовослужбовцю, так і членам його родини. Саме така допомога сприяє відновленню довіри та налагодженню спілкування у сім'ї.

Г. Пирог та О. Удод [45] також звертають увагу на проблеми комунікації у сім'ях ветеранів бойових дій. Автори зазначають, що члени родини не завжди готові до змін у поведінці військового. Крім того, вони можуть не розуміти, що після повернення з війни людині потрібен час для адаптації. Дослідники підкреслюють, що тривале перебування у стані напруження та небезпеки впливає і на психологічний стан близьких. Особливо це стосується

дружин ветеранів, які часто переживають емоційне виснаження та потребують психологічної підтримки.

Однією з поширених проблем після повернення ветерана з бойових дій є ускладнення процесу спілкування в родині. Пережитий травматичний досвід часто призводить до замкненості, небажання обговорювати переживання або, навпаки, до різких емоційних реакцій. У результаті між членами сім'ї виникає нерозуміння, труднощі у відкритому вираженні почуттів, зростає кількість конфліктних ситуацій. Це проявляється в униканні розмов про війну або власні переживання; різких емоційних реакціях під час звичайних побутових ситуацій; труднощі конструктивного обговорення проблем у сім'ї.

Повернення військовослужбовця змінює вже сформовану за час його відсутності систему сімейної взаємодії. Родина адаптується до нових умов життя, розподіляє обов'язки і відповідальність без участі ветерана, тому після його повернення виникає потреба у повторному узгодженні ролей. Це не завжди відбувається без напруження, оскільки попередній баланс уже порушено.

Найчастіше це виявляється у розбіжностях щодо прийняття рішень; труднощах у відновленні батьківської ролі; напруженні, пов'язаному зі зміною авторитету та відповідальності.

Пережитий бойовий досвід може впливати на здатність до емоційної відкритості та близькості. Зміни у внутрішньому стані ветерана позначаються на характері взаємодії з близькими, ускладнюючи підтримання довірливих стосунків. У родині поступово формується відчуття віддаленості, навіть за умов спільного проживання.

Це проявляється через відчуження між подружжям; зниження емоційної підтримки; стриманість у вираженні почуттів і турботи.

Після тривалої розлуки партнери можуть по-різному уявляти подальше сімейне життя, що створює підґрунтя для напруження. До цього додаються психоемоційні зміни ветерана, які впливають на спосіб реагування у

повсякденних ситуаціях. У результаті навіть незначні побутові питання можуть набувати конфліктного характеру.

Це виявляється у регулярних сварках через щоденні справи; накопиченні взаємних претензій; зростанні напруженості у стосунках.

За період відсутності одного з батьків у дітей змінюються звички, емоційні потреби та стиль поведінки. Повернення ветерана потребує налагодження контакту заново, що не завжди відбувається швидко та без ускладнень. Взаєморозуміння може порушуватися через різницю у очікуваннях і способах взаємодії.

Це проявляється у складності відновлення батьківського авторитету; нерозумінні потреб дитини; певній дистанції у спілкуванні.

Отже, проблеми сімейної взаємодії у родинах екскомбатантів мають комплексний характер і охоплюють психологічні, комунікативні, соціально-економічні та рольові аспекти функціонування сім'ї. Наявність таких труднощів свідчить про необхідність системної підтримки родин військовослужбовців, а також упровадження ефективних механізмів соціально-психологічної допомоги.

Подальший науковий інтерес для нас становить вивчення практичних аспектів діяльності фахівців соціальної роботи щодо подолання проблем у сімейній взаємодії екскомбатантів.

РОЗДІЛ 2

ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ ПРОБЛЕМ У СІМЕЙНІЙ ВЗАЄМОДІЇ ЕКСКОМБАТАНТІВ

2.1. Аналіз сучасного досвіду роботи соціальних служб із сім'ями екскомбатантів

У межах дослідження нами було здійснено аналіз сучасного досвіду роботи соціальних служб із сім'ями екскомбатантів. Метою такого аналізу було з'ясування основних форм і методів підтримки ветеранів та членів їхніх родин, а також визначення типових труднощів, що виникають у процесі їхньої соціальної адаптації.

У ході дослідження нами було опрацьовано офіційні джерела, нормативно-правові документи, наукові публікації та відкриті звіти соціальних служб. Зокрема, було проаналізовано інформаційні ресурси центрів соціальних служб міст Ніжин та Бровари, де розміщено відомості про види соціальних послуг, напрями діяльності установ та особливості підтримки ветеранів і членів їхніх сімей [52].

Окрім аналізу офіційних матеріалів, у межах дослідження нами було проведено бесіди з працівниками соціальних служб та фахівцями, які безпосередньо працюють із ветеранами. Під час таких бесід було зібрано інформацію про реальний досвід роботи з сім'ями екскомбатантів, основні труднощі соціального супроводу та приклади конкретних ситуацій, з якими стикаються фахівці у своїй практиці. Саме ці матеріали стали основою для опису практичних кейсів, наведених у даному підрозділі.

Також нами було вивчено місцеві програми соціального захисту населення, зокрема програму «Турбота» у місті Ніжин, а також окремі соціальні ініціативи Броварської міської громади, спрямовані на підтримку ветеранів війни та членів їхніх родин [9].

Окрему увагу у процесі дослідження було приділено аналізу нормативної бази соціальної підтримки ветеранів. Зокрема, було опрацьовано державні стандарти соціальних послуг, що регламентують порядок надання соціальної адаптації ветеранам війни та членам їхніх сімей, а також документи Міністерства у справах ветеранів України щодо організації соціального супроводу ветеранів [38].

Крім того, у ході дослідження було проаналізовано наукові публікації та аналітичні матеріали, присвячені проблемам реінтеграції ветеранів у мирне життя, зокрема питанням посттравматичного стресового розладу, соціальної адаптації та підтримки родин військовослужбовців [44].

У ході проведеного аналізу встановлено, що на національному рівні функціонує низка цифрових та організаційних сервісів підтримки ветеранів. Зокрема, запущено онлайн-платформу «Ветеран PRO», яка є державною цифровою платформою допомоги ветеранам та їхнім родинам. На цій платформі зібрано інформацію про соціальні послуги, реабілітацію, освіту та інші можливості підтримки. Крім того, фахівці Міністерства у справах ветеранів та Міністерства соціальної політики розробили загальнонаціональні стандарти надання соціальної допомоги, які включають і психосоціальну реабілітацію ветеранів [3].

Результати проведеного дослідження також показали, що важливу роль у підтримці сімей екскомбатантів відіграють місцеві соціальні служби та програми соціального захисту.

У ході аналізу нами було вивчено діяльність Ніжинського міського центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді. Центр надає комплексну допомогу сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах. До основних послуг належать психологічні консультації, соціально-педагогічна допомога, інформаційна підтримка, а також юридичні консультації. Особлива увага приділяється соціальній та психологічній підтримці учасників бойових дій та демобілізованих військовослужбовців.

Крім того, у ході дослідження було проаналізовано міську програму соціального захисту населення «Турбота», яка передбачає фінансову підтримку соціально вразливих категорій населення, зокрема родин загиблих військовослужбовців, ветеранів війни та осіб з інвалідністю внаслідок бойових дій [2].

У межах дослідження нами також було проаналізовано досвід роботи соціальних служб міста Бровари. Встановлено, що важливу роль у системі підтримки ветеранів відіграє Центр соціальних служб, який здійснює соціальний супровід сімей у складних життєвих обставинах. Серед основних напрямів діяльності центру – виявлення сімей, які потребують соціальної допомоги, організація соціального супроводу та надання психологічної підтримки ветеранам і членам їхніх родин.

У ході аналізу також було встановлено, що Броварська міська громада реалізує низку соціальних ініціатив, спрямованих на підтримку ветеранів. Однією з таких ініціатив є програма «Світло вдячності», яка передбачає часткову компенсацію витрат на встановлення двозонних електролічильників для ветеранів та членів їхніх родин.

Проведений аналіз показав, що ефективність соціальної підтримки сімей екскомбатантів значною мірою залежить від міжвідомчої взаємодії різних служб та установ. У процесі дослідження було встановлено, що соціальні служби співпрацюють з медичними закладами, службами у справах дітей, органами місцевого самоврядування, ветеранськими організаціями та громадськими об'єднаннями.

Зокрема, у ході дослідження було встановлено, що у 2025 році Міністерством у справах ветеранів України було затверджено зразкову анкету супроводу ветерана або демобілізованої особи. У цій анкеті збираються основні відомості про людину, її соціальний статус, а також визначаються початкові потреби у соціальній допомозі. На основі отриманої інформації формується так звана «картка заходів», у якій зазначається перелік послуг та видів підтримки, необхідних для конкретної особи [3].

У процесі дослідження нами також було проаналізовано державний стандарт соціальної послуги адаптації ветеранів війни та членів їхніх сімей. У цьому документі визначено основні етапи соціального супроводу, серед яких оцінювання потреб отримувача соціальної послуги, складання індивідуального плану підтримки, укладання договору та подальший моніторинг результатів надання допомоги [3].

Індивідуальний план підтримки є важливим документом, у якому визначаються основні заходи соціальної допомоги, відповідальні фахівці та строки виконання запланованих дій. У межах такого плану можуть бути передбачені консультації психолога, допомога соціального працівника, медична підтримка, юридичні консультації та інші види соціальних послуг. За необхідності та за згодою отримувача соціальної допомоги індивідуальний план може коригуватися відповідно до змін у життєвій ситуації ветерана.

Під час проведення бесід із працівниками соціальних служб було встановлено, що на практиці у громадах також розробляються локальні алгоритми взаємодії між різними установами. Зокрема, у деяких громадах створюються так звані «дорожні карти» супроводу ветеранів, у яких визначаються основні кроки взаємодії між соціальними службами, медичними установами, органами місцевого самоврядування та громадськими організаціями.

Разом із тим результати проведеного аналізу показали, що на практиці реалізація таких алгоритмів не завжди відбувається ефективно. У деяких випадках відповідні документи мають декларативний характер і не забезпечують повною мірою необхідну підтримку ветеранів та членів їхніх родин.

Отже, результати проведеного дослідження свідчать, що в Україні поступово формується система соціальної підтримки ветеранів війни та членів їхніх родин, яка включає діяльність державних установ, місцевих соціальних служб та громадських організацій. Разом із тим проведений аналіз показав, що сім'ї екскомбатантів часто стикаються з низкою психологічних, соціальних та

матеріальних труднощів, пов'язаних із наслідками бойового досвіду та процесом адаптації до мирного життя. У зв'язку з цим важливим напрямом діяльності соціальних служб є організація комплексного соціального супроводу, спрямованого на стабілізацію сімейних відносин, покращення комунікації в родині та підтримку процесу соціальної адаптації ветеранів.

2.2. Емпіричний аналіз потреб сімей екскомбатантів у територіальних громадах

Проведення практичного дослідження було зумовлене необхідністю глибшого вивчення соціальних та психологічних потреб сімей ветеранів, які проживають у територіальних громадах, віддалених від обласних центрів. У сучасних умовах значна частина військовослужбовців після повернення з військової служби проживає саме у малих містах і сільських громадах, де система соціальної підтримки має обмежені ресурси та можливості.

Обрання Корюківської територіальної громади як бази дослідження пояснюється тим, що вона є типовим прикладом громади північного регіону України, розташованої на значній відстані від обласного центру. Для таких громад характерні певні структурні особливості: обмежена кількість соціальних служб, дефіцит фахівців соціальної сфери, значні відстані між населеними пунктами та складні логістичні умови доступу до соціальних послуг. Саме тому дослідження потреб сімей ветеранів у подібних громадах дозволяє краще зрозуміти реальні проблеми функціонування системи соціальної підтримки на місцевому рівні.

Метою емпіричного дослідження стало вивчення соціальних, психологічних та економічних потреб сімей екскомбатантів, які проживають у віддалених територіальних громадах, а також визначення основних бар'єрів у доступі до соціальної допомоги.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі завдання дослідження:

- дослідити доступність соціальних та психологічних послуг для сімей ветеранів у територіальній громаді;
- визначити основні труднощі, з якими стикаються сім'ї ветеранів після повернення військовослужбовців до мирного життя;
- проаналізувати вплив логістичних факторів на можливість отримання соціальної допомоги;
- виявити проблеми кадрового забезпечення соціальної сфери у громаді;
- дослідити рівень відкритості сімей ветеранів до отримання психологічної допомоги та вплив соціальної стигми на процес звернення до фахівців;
- здійснити порівняльний аналіз особливостей соціальної підтримки ветеранів у міських і сільських громадах.

Постановка таких завдань зумовлена тим, що у віддалених громадах соціальні проблеми ветеранів часто мають комплексний характер і пов'язані не лише з психологічними труднощами адаптації, але й з організаційними та інфраструктурними обмеженнями системи соціальних послуг.

У дослідженні взяли участь 15 сімей ветеранів бойових дій, які проживають у різних населених пунктах громади. Такий обсяг вибірки пояснюється ускладненою можливістю детального індивідуального вивчення кожної родини.

Для збору емпіричних даних нами було розроблено авторську анкету, спрямовану на вивчення соціальних, психологічних та організаційних аспектів життя сімей ветеранів у територіальній громаді. Вона дозволила отримати інформацію про рівень доступності соціальних послуг, особливості сімейної взаємодії, психологічний стан членів родини, а також визначити бар'єри, які ускладнюють звернення за допомогою.

Анкета має напівструктурований характер, де закриті питання дозволяють здійснити кількісний аналіз отриманих результатів.

Структура анкети побудована таким чином, щоб охопити кілька ключових аспектів функціонування сімей ветеранів у громаді:

1. загальні соціально-демографічні характеристики сім'ї;
2. доступність соціальних та психологічних послуг;
3. труднощі адаптації ветерана після повернення з військової служби;
4. особливості внутрішньосімейної взаємодії;
5. ставлення до психологічної допомоги та готовність звертатися до фахівців.

Такий підхід дозволяє комплексно оцінити ситуацію у сім'ях ветеранів та виявити як організаційні, так і психологічні фактори, що впливають на процес їх соціальної адаптації.

Загалом анкета складається з 20 запитань, об'єднаних у кілька тематичних блоків. Текст анкети представлений у Додатку А.

Так, опитування здійснювалося на добровільній основі з дотриманням принципів конфіденційності та анонімності. Респондентам було пояснено мету дослідження та гарантовано, що отримані результати використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Заповнення анкети відбувалося у формі індивідуального опитування, в онлайн-форматі, що дозволило забезпечити зручність участі для респондентів, які проживають у різних населених пунктах громади. Поширення анкети здійснювалося за сприяння працівників центру соціальних служб територіальної громади, які допомогли донести інформацію про дослідження до сімей ветеранів.

Респондентами переважно виступали дружини ветеранів або інші дорослі члени сім'ї, які безпосередньо проживають разом із ветераном та можуть оцінити особливості функціонування сім'ї після його повернення з військової служби.

Отримані результати були систематизовані та проаналізовані з метою виявлення основних тенденцій у сфері соціальної підтримки сімей ветеранів,

особливостей їх психологічного стану та внутрішньосімейної взаємодії. Зведені дані представлені у Додатку Б.

Характеризуючи вибірку за віковим складом бачимо, що найбільшу частку респондентів становлять особи віком 31–40 років (40%), що пояснюється тим, що саме у цьому віковому періоді найчастіше формуються сім'ї військовослужбовців та народжуються діти. Досить значною є також частка респондентів віком 41–50 років (26,7%), що може свідчити про участь у дослідженні батьків ветеранів або подружжя старшого віку.

Меншу частку становлять респонденти віком 25–30 років (20%) та старше 50 років (13,3%). Таким чином, результати свідчать про те, що переважна більшість учасників дослідження належить до соціально активного віку, що є важливим фактором у процесі адаптації сімей ветеранів до нових умов життя.

Графічно дані представлені на рис. 2.1.

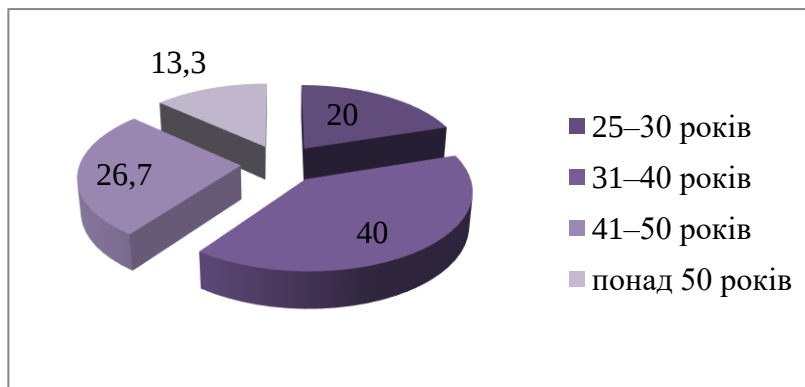


Рис. 2.1. Віковий розподіл респондентів, у %

Щодо статевого розподілу, то отримані результати свідчать, що більшість респондентів становлять жінки (73,3%). Це пояснюється тим, що саме дружини ветеранів частіше виступають ініціаторами звернення за соціальною або психологічною допомогою та беруть активну участь у соціальних дослідженнях.

Частка чоловіків у дослідженні становить 26,7%, що може включати як самих ветеранів, так і інших членів сім'ї. Така структура вибірки є

характерною для досліджень, пов'язаних із соціальною підтримкою сімей військовослужбовців. Графічно – рис. 2.2.

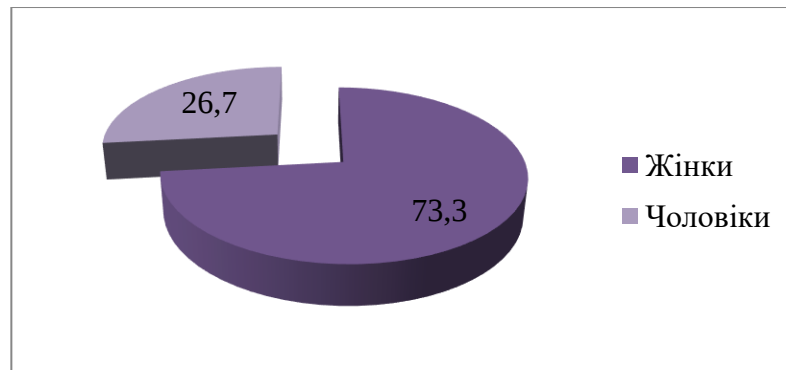


Рис. 2.2. Статевий розподіл респондентів, у %

Наступне питання стосувалося того, ким є респондент. Аналіз отриманих результатів показує, що більшість респондентів становлять дружини ветеранів (60%), що пояснюється їхньою безпосередньою участю у повсякденному житті сім'ї та більшою обізнаністю щодо змін, які відбуваються після повернення військовослужбовця з війни.

Батьки ветеранів становлять 20% вибірки. Їхня участь у дослідженні є важливою, оскільки вони також можуть виступати значним джерелом підтримки для ветеранів та їхніх сімей.

Ще 20% респондентів становлять інші родичі, які проживають разом із ветераном або активно беруть участь у житті родини.

Графічно дані представлені на рис. 2.3.

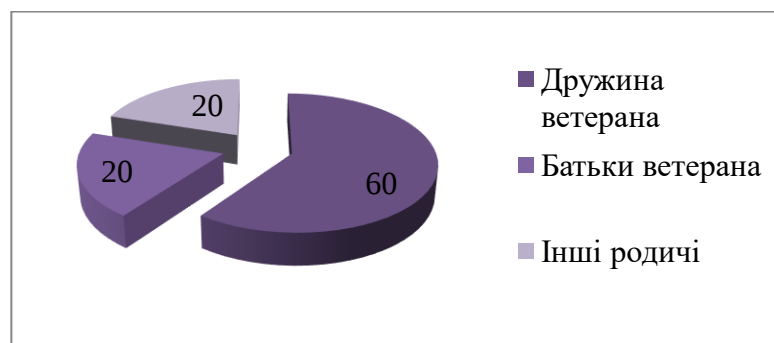


Рис. 2.3. Статус респондентів у сім'ї, у %

Четверте питання стосувалося наявності дітей у родині. Так, отримані результати свідчать, що у 73,3% сімей ветеранів є діти, що вказує на

необхідність врахування інтересів та психологічного стану дітей у процесі соціальної підтримки сімей ветеранів.

Наявність дітей у сім'ї може впливати на характер адаптації ветерана до мирного життя, а також на рівень психологічного навантаження на інших членів родини.

Важливим, на нашу думку, є питання досвіду звернення сім'ї за соціальною допомогою. Результати опитування свідчать, що 80% сімей ветеранів зверталися за соціальною допомогою, що підтверджує активне використання наявних механізмів соціальної підтримки у громаді.

Водночас 20% респондентів не зверталися за соціальною допомогою, що може бути пов'язано з недостатньою поінформованістю про можливості отримання допомоги або небажанням звертатися до соціальних служб.

Наступне питання стосувалося установ, до яких зверталися сім'ї ветеранів. Отримані результати були систематизовані та представлені на рис. 2.4.

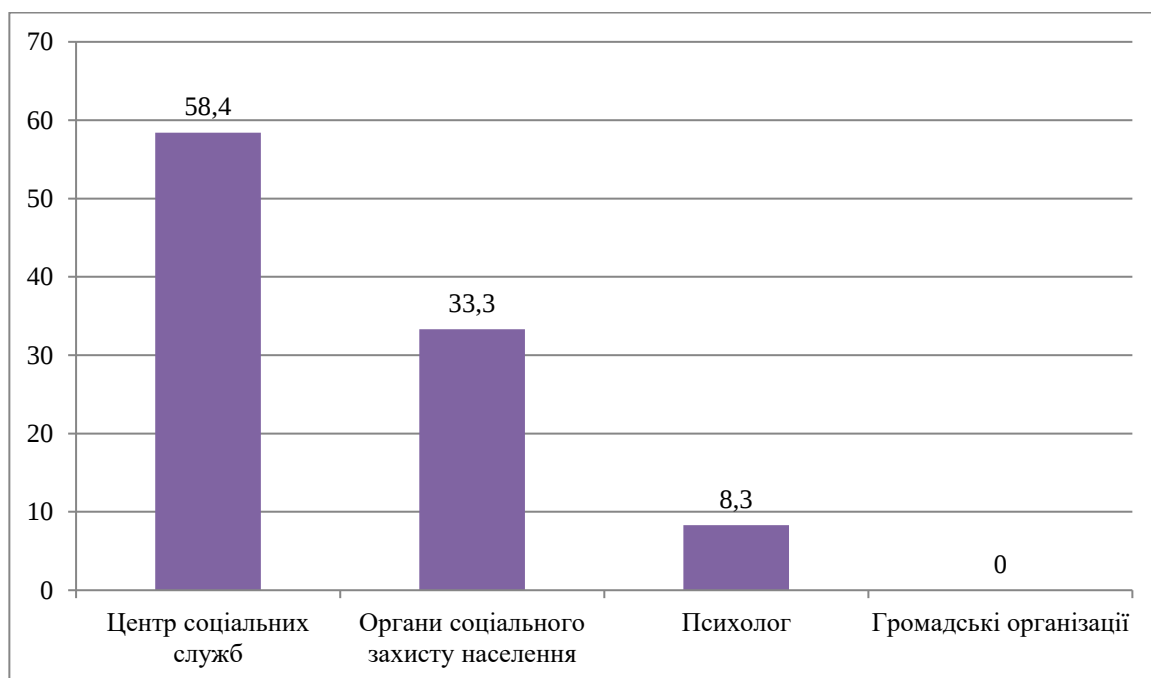


Рис. 2.4. Установи, до яких зверталися сім'ї ветеранів

Отримані результати свідчать, що найчастіше сім'ї ветеранів звертаються до центрів соціальних служб (46,7%), що пояснюється їхньою доступністю на місцевому рівні та широким спектром послуг. Також частина

респондентів зверталася до органів соціального захисту населення (26,7%), де можна отримати матеріальну підтримку або консультації щодо соціальних виплат.

Водночас значно менша частка респондентів зверталася до психологів (13,3%), що може свідчити про недостатню поширеність психологічної допомоги або певні бар'єри у зверненні до таких фахівців.

Наступне питання стосувалося оцінки отриманої соціальної допомоги. Результати дослідження показують, що 53,3% респондентів отримали необхідну допомогу, тоді як 33,3% зазначили, що допомога була надана лише частково. Це може свідчити про наявність певних труднощів у системі соціальної підтримки на місцевому рівні.

Крім того, 13,4% опитаних зазначили, що не отримали необхідної допомоги, що може бути пов'язано з організаційними або інформаційними бар'єрами у доступі до соціальних послуг.

Восьме питання стосувалося того, наскільки легко, на думку респондентів, отримати соціальні послуги в громаді. Отримані результати свідчать, що 53,3% респондентів вважають отримання соціальних послуг відносно доступним, однак 46,7% опитаних відзначають певні труднощі у доступі до таких послуг.

Це може бути пов'язано з особливостями територіальної громади, зокрема значними відстанями між населеними пунктами, недостатньою кількістю соціальних працівників та обмеженими ресурсами соціальної сфери.

Наступне питання стосувалося основних труднощів при отриманні соціальної допомоги. Результати подано у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Труднощі у доступі до соціальних послуг

Труднощі	Кількість відповідей	%
----------	----------------------	---

Віддаленість установ	5	33,3
Недостатня інформація про послуги	4	26,7
Брак фахівців	3	20
Бюрократичні процедури	2	13,3
Інші труднощі	1	6,7
Разом	15	100

Аналіз відповідей показує, що найбільш поширеною проблемою є територіальна віддаленість соціальних установ (33,3%), що є характерним для територіальних громад з великою площею та розосередженими населеними пунктами.

Також респонденти відзначають недостатню поінформованість про соціальні послуги (26,7%) та дефіцит фахівців соціальної сфери (20%).

Наступне питання стосувалося змін у поведінці ветеранів після повернення з військової служби. Отримані результати свідчать, що 80% респондентів відзначають зміни у поведінці ветеранів після повернення з військової служби. Це може проявлятися у підвищеній емоційній напруженості, замкнутості, дратівливості або труднощах у спілкуванні.

Лише 20% опитаних не помітили суттєвих змін у поведінці ветеранів, що може бути пов'язано з індивідуальними особливостями адаптації або меншим рівнем психологічної травматизації.

Отримані результати підтверджують, що процес адаптації ветеранів до мирного життя є складним і може впливати на функціонування всієї сім'ї.

Наступне питання стосувалося конкретних змін у поведінці ветеранів після повернення з військової служби. Отримані результати узагальнено у табл. 2.12.

Таблиця 2.2.

Основні поведінкові зміни ветеранів

Тип змін	Кількість відповідей	%
Підвищена дратівливість	5	33,3
Замкнутість	4	26,7
Труднощі у спілкуванні	3	20
Порушення сну	2	13,3
Інші зміни	1	6,7
Разом	15	100

Аналіз відповідей свідчить, що найпоширенішими поведінковими змінами є підвищена дратівливість (33,3%) та замкнутість (26,7%), що вказує на наявність емоційної напруженості та схильності до соціального відсторонення.

Також респонденти відзначають труднощі у спілкуванні (20%), що може ускладнювати міжособистісну взаємодію в сім'ї та впливати на її психологічний клімат.

Частина опитаних зазначає порушення сну (13,3%), що може бути пов'язано з пережитим травматичним досвідом та підвищеним рівнем психоемоційного напруження.

Інші зміни становлять незначну частку (6,7%) та мають поодинокий характер.

Таким чином, отримані результати свідчать про переважання емоційно-комунікативних порушень у поведінці ветеранів, що потребує врахування у процесі психологічної підтримки сімей.

У дванадцятому питанні досліджувалася складність адаптації ветеранів до мирного життя. Аналіз результатів показує, що більшість респондентів (66,7%) оцінюють процес адаптації як складний або дуже складний (40% –

«скоріше складним», 26,7% – «дуже складним»). Це свідчить про наявність суттєвих труднощів у поверненні ветеранів до мирного життя.

Водночас 20% опитаних визначають адаптацію як помірну, а лише 13,3% – як нескладну.

Таким чином, процес адаптації у більшості випадків супроводжується значними психологічними та соціальними труднощами.

Тринадцяте питання було спрямоване на з'ясування частоти конфліктів у сім'ї після повернення ветерана. Отримані дані свідчать, що у більшості сімей виникають конфліктні ситуації: 33,3% респондентів зазначили, що конфлікти виникають часто, а 40% – інколи.

Ще 20% опитаних відзначають рідкісні конфлікти, і лише 6,7% зазначили, що конфлікти у сім'ї не виникають.

Таким чином, результати вказують на поширеність конфліктності у сімейних взаєминах після повернення ветерана.

У наступному питанні ми прагнули визначити, як змінилися сімейні взаємини після повернення ветерана.

Аналіз показує, що у понад половини сімей (53,3%) взаємини погіршилися, що може бути пов'язано з труднощами адаптації та змінами у поведінці ветерана.

Водночас 26,7% респондентів зазначили, що взаємини не змінилися, а 20% – що вони покращилися.

Таким чином, для більшості сімей характерна негативна динаміка взаємин після повернення ветерана.

Далі було проаналізовано п'ятнадцяте питання, яке стосувалося рівня психологічної напруги у сімейних взаєминах.

Отримані результати свідчать, що 46,7% респондентів постійно відчують психологічну напругу, а ще 40% – періодично.

Лише 13,3% опитаних не відчують напруги у сімейних стосунках.

Таким чином, загалом 86,7% респондентів тією чи іншою мірою стикаються з психологічною напругою, що вказує на емоційно напружений характер сімейних взаємин.

Аналіз шістнадцятого питання дав змогу оцінити рівень обговорення у сім'ї переживань, пов'язаних із військовим досвідом.

Результати показують, що у більш ніж половині сімей (53,3%) такі переживання не обговорюються.

Ще 26,7% респондентів зазначили, що обговорення відбувається інколи, і лише 20% сімей відкрито говорять про пережитий досвід.

Таким чином, результати свідчать про низький рівень емоційної відкритості у сімейній комунікації.

Окремо розглядалося сімнадцяте питання, яке стосувалося звернення членів сім'ї до психолога.

Отримані дані свідчать, що лише 26,7% респондентів зверталися до психолога, тоді як 73,3% не користувалися психологічною допомогою.

Це може бути пов'язано з недостатньою поінформованістю, соціальними стереотипами або недовірою до психологічних послуг.

Таким чином, рівень використання психологічної допомоги залишається низьким.

Наступним було питання, у якому оцінювалося ставлення респондентів до психологічної допомоги.

Аналіз результатів показує, що більшість респондентів (53,3%) позитивно ставляться до можливості отримання психологічної допомоги.

Водночас 33,3% мають нейтральне ставлення, що може свідчити про недостатню обізнаність або невизначеність щодо її ефективності.

Негативне ставлення висловили 13,4% опитаних, що може бути пов'язано із соціальними стереотипами або недовірою.

Таким чином, попри переважно позитивне ставлення, існують бар'єри, що обмежують фактичне звернення за психологічною допомогою.

Останнє питання стосувалося того, яку саме підтримку сім'ї ветеранів вважають найбільш необхідною (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Потреби сімей ветеранів у соціальній підтримці

Вид підтримки	Кількість відповідей	%
Психологічна підтримка	6	40
Соціальні консультації	4	26,7
Групи підтримки	3	20
Інформаційна підтримка	2	13,3
Разом	15	100

Отримані результати свідчать, що найбільш актуальною є потреба у психологічній підтримці (40%), що вказує на значне психоемоційне навантаження, з яким стикаються сім'ї ветеранів.

Також респонденти відзначають необхідність соціальних консультацій (26,7%) та участі у групах підтримки (20%), що свідчить про потребу не лише в індивідуальній допомозі, а й у соціальній взаємодії та обміні досвідом.

Інформаційна підтримка має меншу частку (13,3%), однак також залишається важливим елементом у забезпеченні доступу до послуг.

Таким чином, пріоритетними напрямками підтримки є психологічний супровід та розвиток доступних форм соціальної допомоги.

Проведене анкетування дозволило визначити основні проблеми, з якими стикаються сім'ї ветеранів у процесі адаптації до мирного життя. Отримані результати свідчать, що попри наявність можливостей звернення до соціальних служб, процес соціально-психологічної адаптації залишається складним.

Аналіз відповідей показав, що значна частина сімей стикається з труднощами у сімейній взаємодії, підвищеним рівнем психологічної напруги та конфліктністю у стосунках. Водночас у багатьох сім'ях переживання,

пов'язані з військовим досвідом, не обговорюються, що ускладнює процес емоційної адаптації.

Попри переважно позитивне ставлення до психологічної допомоги, більшість сімей фактично не звертається до фахівців, що свідчить про наявність бар'єрів у доступі до таких послуг.

Таким чином, результати дослідження підтверджують актуальність розроблення та впровадження програми соціально-психологічного супроводу сімей ветеранів, спрямованої на покращення сімейної взаємодії, зниження психологічної напруги та підтримку адаптації до мирного життя.

2.3. Програма соціального супроводу сімей екскомбатантів в умовах територіальних громад

Як нами було визначено, бойові дії мають значний вплив не лише на самих військовослужбовців, але й на членів їхніх сімей. Близькі люди учасників бойових дій часто переживають складні емоційні стани, пов'язані з тривалою невизначеністю, страхом за життя рідних, змінами у сімейному житті та необхідністю адаптації до нових умов. Травматичні події, пов'язані з війною, можуть позначатися на психічному здоров'ї членів сімей як під час самого конфлікту, так і після його завершення.

Одним із поширених наслідків пережитого досвіду є виникнення станів підвищеної тривожності, емоційної напруженості, депресивних проявів, а в окремих випадках – посттравматичного стресового розладу. Крім того, існує ризик повторного переживання травматичного досвіду, що пов'язано з явищем ретравматизації. Ретравматизація може виникати під впливом різних факторів, які нагадують про травматичні події та супроводжуватися відновленням сильних емоційних переживань, тривоги або психологічного напруження [7].

У зв'язку з цим особливого значення набуває організація системної психологічної підтримки сімей учасників бойових дій. Така підтримка спрямована на зниження негативних наслідків травматичного досвіду,

відновлення емоційної рівноваги, покращення внутрішньосімейної взаємодії та формування ресурсів для подальшої адаптації.

З огляду на зазначене нами було розроблено програму психологічного супроводу сімей учасників бойових дій, яка передбачає поєднання діагностичних, консультативних, психоосвітніх та корекційно-розвивальних заходів.

Мета програми – забезпечення емоційного та психологічного відновлення сімей учасників бойових дій, сприяння їхній адаптації до нових життєвих умов, покращення психологічного стану дітей та зміцнення внутрішньосімейних взаємин. На основі мети визначено такі *завдання програми*:

1. Провести діагностику емоційного стану членів сімей учасників бойових дій та визначити їхні основні психологічні потреби.
2. Надати психологічну підтримку членам сімей з метою зниження рівня тривожності, емоційної напруги та наслідків травматичного досвіду.
3. Сприяти формуванню навичок психологічної саморегуляції, подолання стресу та підвищення психологічної стійкості.
4. Сприяти покращенню внутрішньосімейної взаємодії, зміцненню довіри та емоційної підтримки між членами сім'ї.
5. Забезпечити соціально-психологічну адаптацію членів сімей та формування ресурсів для подальшого самостійного подолання життєвих труднощів.
6. Реалізація програми психологічного супроводу сімей учасників бойових дій ґрунтується на низці принципів, які визначають зміст, організацію та особливості надання психологічної допомоги. Дотримання цих принципів забезпечує ефективність роботи фахівців і сприяє створенню безпечного та підтримувального середовища для членів сімей.

До основних принципів реалізації програми належать:

Індивідуальний підхід. Кожна сім'я є унікальною та має власні особливості, тому під час надання психологічної допомоги необхідно враховувати індивідуальні потреби, можливості та ресурси родини.

Комплексний підхід. Психологічний супровід передбачає не лише проведення консультацій, але й надання практичної допомоги, зокрема сприяння у вирішенні соціальних питань, залучення відповідних фахівців та організацій.

Професійна компетентність. Фахівці, які здійснюють психологічний супровід, повинні мати відповідну освіту, професійну підготовку та володіти знаннями щодо особливостей роботи з сім'ями учасників бойових дій.

Принцип безпеки. У процесі надання психологічної допомоги важливо враховувати психоемоційний стан членів сім'ї та забезпечувати умови, які сприяють відчуттю психологічної безпеки.

Принцип конфіденційності. Уся інформація, отримана під час психологічної роботи, є конфіденційною і може бути розголошена лише у випадках, передбачених професійною етикою та законодавством.

Принцип безоціночності. Психолог повинен приймати людину незалежно від її переконань, досвіду чи поведінки, утримуючись від оцінювання її висловлювань або дій.

Принцип добровільності. Участь у програмі психологічного супроводу є добровільною, а члени сім'ї мають право самостійно приймати рішення щодо участі у запропонованих заходах [4].

Реалізація програми передбачає міждисциплінарну взаємодію фахівців соціальної та психологічної сфери. У цьому процесі соціальний працівник або соціальний педагог виконує організаційну та координаційну функцію, виступаючи посередником між сім'ями учасників бойових дій та фахівцями, які надають психологічну допомогу. Саме соціальний працівник здійснює виявлення сімей, які потребують підтримки, організовує їхнє залучення до програми, формує групи учасників та координує проведення заходів за участю психологів та інших спеціалістів.

Більшість заходів програми реалізуються у груповій формі, що сприяє взаємній підтримці учасників, обміну досвідом та зниженню відчуття ізоляції. Формування груп здійснюється з урахуванням потреб сімей, вікових особливостей дітей та специфіки пережитого досвіду.

Виявлення сімей, які потребують соціально-психологічної підтримки, може здійснюватися через співпрацю з місцевими органами соціального захисту населення, центрами соціальних служб, громадськими організаціями, освітніми закладами, а також шляхом самозвернення членів сімей.

Після виявлення таких сімей соціальний працівник організовує первинний контакт, проводить попередню оцінку ситуації та сприяє залученню родини до участі у програмі психологічного супроводу.

Реалізація програми психологічного супроводу сімей учасників бойових дій передбачає послідовну організацію діяльності соціального працівника. *Основні етапи роботи фахівця можна представити у вигляді алгоритму.*

1. **Виявлення сім'ї**, яка потребує соціально-психологічної підтримки, встановлення первинного контакту та інформування про можливості отримання допомоги.

2. **Первинна діагностика**, що передбачає оцінку емоційного стану членів сім'ї, визначення їхніх потреб, проблем та наявних ресурсів.

3. **Розробка індивідуального плану допомоги**, який визначає основні напрями психологічного супроводу, форми роботи та очікувані результати.

4. **Реалізація психологічних заходів**, спрямованих на надання емоційної підтримки, розвиток навичок саморегуляції, покращення внутрішньосімейної взаємодії та соціальної адаптації.

5. **Оцінка ефективності проведеної роботи**, що включає аналіз досягнутих результатів, визначення подальших потреб сім'ї та за необхідності коригування плану допомоги.

З метою систематизації основних напрямів роботи з сім'ями учасників бойових дій програму було структуровано за окремими етапами. Кожен із них передбачає реалізацію відповідних заходів, спрямованих на діагностику потреб сімей, надання соціально-психологічної підтримки, розвиток навичок саморегуляції та сприяння соціальній адаптації.

Для більш наочного представлення етапів реалізації програми та основних форм роботи вони узагальнені у таблиці 2.4

Таблиця. 2.4.

Етапи та основні заходи реалізації програми підтримки сімей учасників бойових дій

Основні заходи та зміст роботи	Форми і методи роботи	Очікуваний результат
Етап 1. Підготовчий (діагностичний)		
Виявлення сімей, які потребують підтримки; встановлення первинного контакту; проведення діагностики емоційного стану членів сім'ї; аналіз сімейної динаміки; визначення потреб, проблем та ресурсів сім'ї; формування груп учасників програми	анкетування, психологічне тестування, інтерв'ю, спостереження, бесіда	визначено психологічні потреби сімей, встановлено контакт із учасниками програми, сформовано групи для подальшої роботи
Етап 2. Емоційна підтримка та первинне відновлення		
Надання первинної психологічної допомоги; робота з емоційними переживаннями; опрацювання травматичних спогадів; підтримка дітей у переживанні складних емоцій; створення безпечного простору для вираження почуттів	когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, ігрова терапія, групові зустрічі	зниження рівня тривожності та емоційної напруги, стабілізація психологічного стану членів сім'ї
Етап 3. Формування психологічної стійкості та навичок саморегуляції		
Проведення тренінгів саморегуляції; розвиток	дихальні вправи, техніки релаксації,	формування навичок саморегуляції,

навичок управління емоціями; формування навичок подолання стресових ситуацій; обговорення досвіду переживання складних життєвих подій у групі підтримки	психоосвітні заняття, групові обговорення	підвищення психологічної стійкості та емоційної грамотності
Етап 4. Соціальна адаптація та зміцнення сімейних взаємин		
Робота над покращенням комунікації між членами сім'ї; розвиток навичок взаємної підтримки; організація спільних заходів; формування соціальних навичок та відновлення активної життєвої позиції	сімейні консультації, тренінги комунікації, групові заняття, командні вправи, спільні активності	покращення внутрішньосімейних взаємин, підвищення рівня довіри та соціальної адаптації
Етап 5. Завершальний (підтримка та закріплення результатів)		
Аналіз результатів участі у програмі; індивідуальні рекомендації для сімей; формування навичок самопідтримки; визначення подальших потреб сім'ї у соціально-психологічній допомозі	індивідуальні консультації, сімейні консультації, рекомендації	закріплення позитивних змін, підтримка психологічної стабільності та готовності сім'ї самостійно долати життєві труднощі

З метою систематизації основних напрямів роботи у межах реалізації програми було визначено орієнтовний перелік заходів, що відповідають кожному з етапів її впровадження. Запропоновані заходи спрямовані на діагностику потреб сімей, надання емоційної підтримки, формування навичок психологічної саморегуляції та сприяння соціальній адаптації учасників. Основні заходи, форми і методи їх реалізації, а також очікувані результати представлено у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Основні заходи та зміст роботи у межах реалізації програми

Основні заходи та зміст роботи	Форми і методи роботи	Очікуваний результат
Етап 1. Підготовчий (діагностичний)		
Виявлення сімей, які потребують підтримки, встановлення первинного контакту	анкетування, бесіда	встановлення контакту з учасниками програми
Проведення первинної діагностики емоційного стану членів сім'ї	психологічне тестування, інтерв'ю	визначення психологічних потреб сімей
Аналіз сімейної динаміки та особливостей взаємин	інтерв'ю, спостереження	виявлення проблем та ресурсів сім'ї
Формування груп учасників програми	організаційна робота	сформовано групи для подальшої роботи
Ознайомлення учасників із програмою	групова бесіда	формування мотивації до участі
Етап 2. Емоційна підтримка та первинне відновлення		
Надання первинної психологічної допомоги, обговорення переживань учасників	індивідуальні та групові консультації	емоційна підтримка учасників
Робота з тривожністю та емоційною напругою	когнітивно-поведінкова терапія	зниження рівня тривожності
Опрацювання травматичних переживань	групова дискусія	стабілізація емоційного стану
Арт-терапевтичне заняття «Мій внутрішній ресурс»	арт-терапія	усвідомлення власних ресурсів
Арт-терапевтичне заняття «Безпечний простір»	арт-терапія	формування відчуття безпеки
Етап 3. Формування психологічної стійкості та навичок саморегуляції		
Ознайомлення з техніками саморегуляції	дихальні вправи, релаксаційні техніки	формування навичок самоконтролю
Розвиток емоційної грамотності	тренінгові вправи	усвідомлення власних емоцій
Обговорення способів подолання стресових ситуацій	групова дискусія	розвиток адаптивних копінг-стратегій
Визначення внутрішніх ресурсів особистості	вправи самоаналізу	активізація внутрішніх ресурсів
Формування взаємної підтримки у групі	групове обговорення	створення підтримуючого середовища

Етап 4. Соціальна адаптація та зміцнення сімейних взаємин		
Розвиток навичок ефективної комунікації	тренінг спілкування	покращення взаєморозуміння у сім'ї
Аналіз конфліктних ситуацій та пошук способів їх вирішення	групова дискусія	формування навичок конструктивного вирішення конфліктів
Організація груп взаємної підтримки	групові зустрічі	зниження почуття ізолюваності
Проведення спільних активностей	групові вправи	зміцнення взаємної підтримки
Обговорення можливостей соціальної активності	групове обговорення	сприяння соціальній адаптації
Етап 5. Завершальний (підбиття підсумків)		
Аналіз результатів участі у програмі	групове обговорення	усвідомлення змін
Формування плану подальших дій	індивідуальні рекомендації	підтримка стабільного стану
Рефлексія участі у програмі	групова дискусія	оцінка ефективності програми
Підбиття підсумків та завершення роботи групи	підсумкова зустріч	закріплення позитивних змін

У межах реалізації програми значна частина заходів проводиться у груповій формі. Такий формат роботи сприяє обміну досвідом між учасниками, формуванню атмосфери взаємної підтримки та зниженню відчуття соціальної ізолюваності, що часто виникає у сім'ях учасників бойових дій.

Запропоновані заходи програми розроблено з урахуванням основних потреб сімей учасників бойових дій, які пов'язані з переживанням емоційної напруги, тривожності, труднощів у сімейній взаємодії та необхідністю адаптації до нових життєвих умов. Структура заходів побудована відповідно до етапів реалізації програми, що забезпечує послідовність і системність роботи з учасниками.

Підготовчий етап передбачає виявлення сімей, які потребують підтримки, встановлення первинного контакту та проведення діагностики емоційного стану членів сім'ї. Це дозволяє визначити актуальні потреби

учасників, їхні проблеми та ресурси, а також сформувати групи для подальшої роботи.

Етап емоційної підтримки спрямований на зниження рівня тривожності, емоційної напруги та опрацювання переживань, пов'язаних із травматичним досвідом. У межах цього етапу використовуються різні форми групової роботи, елементи когнітивно-поведінкової терапії та арт-терапії, які сприяють вираженню емоцій, формуванню відчуття безпеки та психологічної підтримки.

Наступний етап пов'язаний із формуванням психологічної стійкості та розвитком навичок саморегуляції. Запропоновані заходи спрямовані на розвиток емоційної грамотності, навчання технікам саморегуляції та формування конструктивних способів подолання стресових ситуацій.

Етап соціальної адаптації передбачає роботу над покращенням комунікації у сім'ї, розвитком навичок взаємної підтримки та сприянням соціальній активності учасників. Проведення групових занять та обговорень сприяє обміну досвідом між сім'ями та зменшенню відчуття соціальної ізоляції.

Завершальний етап спрямований на узагальнення отриманого досвіду, оцінку результатів участі у програмі та формування рекомендацій для подальшої підтримки психологічної стабільності учасників. Така послідовність заходів забезпечує комплексний підхід до підтримки сімей учасників бойових дій та сприяє досягненню мети програми.

Формування груп здійснюється соціальним працівником у співпраці з фахівцями соціальних служб та психологами з урахуванням потреб сімей, їхнього психологічного стану, вікових особливостей дітей та готовності до участі у програмі. До участі можуть залучатися члени сімей військовослужбовців, які потребують соціально-психологічної підтримки та виявили бажання долучитися до програми.

Виявлення таких сімей може здійснюватися через співпрацю з центрами соціальних служб, органами соціального захисту населення,

освітніми установами, громадськими організаціями, а також шляхом самозвернення членів сімей.

Контроль реалізації програми здійснюється на всіх етапах її впровадження.

Попередній контроль проводиться на організаційно-підготовчому етапі перед початком практичної роботи та спрямований на визначення готовності до реалізації запланованих заходів програми.

Поточний контроль здійснюється протягом усього періоду реалізації програми. Його метою є аналіз виконання запланованих заходів, оцінка активності учасників та виявлення можливих труднощів у процесі реалізації програми.

Підсумковий контроль проводиться після завершення програмних заходів і спрямований на визначення результативності та ефективності реалізованої програми.

Оцінювання ефективності програми здійснюється за допомогою різних методів, зокрема: опитування, аналізу отриманих результатів, експертної оцінки матеріалів, соціологічного дослідження та спостереження.

До кількісних критеріїв оцінювання досягнення запланованих результатів належать:

- кількість сімей учасників бойових дій, які потребують психологічної підтримки та беруть участь у програмі;
- частка учасників програми, у яких після участі спостерігається покращення емоційного стану.

До якісних критеріїв оцінювання належать:

- рівень задоволеності учасників отриманими психологічними знаннями та навичками;
- опрацювання травматичного досвіду та його переосмислення як життєвого досвіду;
- відновлення ресурсів сім'ї;

- мінімізація негативних психологічних наслідків та покращення загального самопочуття;
- покращення емоційного стану членів сім'ї;
- оволодіння навичками психологічної самодопомоги та саморегуляції;
- покращення якості життя у соціальній, професійній та інших важливих сферах життєдіяльності сім'ї.

У результаті проведеної роботи було розроблено програму психологічного супроводу сімей учасників бойових дій, спрямовану на емоційне відновлення членів родини, покращення внутрішньосімейної взаємодії та сприяння їх соціально-психологічній адаптації. Програма ґрунтується на принципах індивідуального та комплексного підходу, професійної компетентності, безпеки, конфіденційності, безоцінковості та добровільності участі. Її структура передбачає послідовну реалізацію діагностичного, підтримувального, корекційно-розвивального та завершального етапів із використанням різних форм роботи, зокрема консультацій, тренінгів, групових занять і технік психологічної саморегуляції. Запропонована програма може бути використана у практичній діяльності фахівців соціальної роботи та психологів територіальних громад для надання комплексної підтримки сім'ям учасників бойових дій.

ВИСНОВКИ

Таким чином, відповідно до мети та завдань дослідження можемо сказати наступне.

На основі аналізу наукової літератури нами було визначено, що адаптація екскомбатантів до мирного життя є складним соціально-психологічним процесом, який пов'язаний із необхідністю перебудови системи цінностей, моделей поведінки та взаємодії з оточенням. Психологічні механізми, сформовані в умовах бойового стресу та постійної небезпеки, у цивільному середовищі можуть втрачати свою адаптивність, що ускладнює процес реінтеграції. Важливу роль у цьому процесі відіграють як суб'єктивні чинники (індивідуально-психологічні особливості, попередній життєвий досвід, емоційно-вольова сфера), так і об'єктивні умови соціального середовища та рівень суспільної підтримки.

Встановлено, що екскомбатанти можуть розглядатися як специфічна соціально-психологічна спільнота, об'єднана спільним бойовим досвідом і системою цінностей. Наслідки участі у бойових діях можуть проявлятися у підвищеній тривожності, емоційній напруженості, труднощах соціальної взаємодії та змінах у сприйнятті соціальної реальності. Особливе значення у процесі адаптації має сфера сімейних відносин, де можуть виникати труднощі емоційного контакту, трансформація сімейних ролей і підвищення конфліктності.

Теоретичний аналіз діяльності фахівців соціальної роботи засвідчив, що підтримка сімей екскомбатантів повинна здійснюватися на основі комплексного підходу, який поєднує соціальну, психологічну та інформаційну допомогу. Діяльність спеціалістів спрямована на сприяння адаптації ветеранів до мирного життя, відновлення соціальних зв'язків та стабілізацію сімейних відносин.

Важливими напрямками роботи є виявлення потреб родин ветеранів, надання консультаційної та інформаційної підтримки, організація соціального супроводу, а також допомога у налагодженні конструктивної взаємодії між членами сім'ї. Значну роль відіграє також координація взаємодії між сім'ями ветеранів і різними соціальними інституціями.

Таким чином, діяльність фахівця соціальної роботи з сім'ями екскомбатантів має системний характер і передбачає використання комплексу соціально-психологічних методів підтримки, спрямованих на покращення сімейної взаємодії та успішну адаптацію ветеранів у мирному середовищі.

Проведений емпіричний аналіз дозволив визначити основні потреби сімей ветеранів у територіальних громадах та окреслити коло проблем, з якими вони стикаються у повсякденному житті. Отримані результати свідчать, що родини екскомбатантів потребують не лише матеріальної чи соціальної підтримки, але й психологічної допомоги, спрямованої на подолання наслідків пережитого бойового досвіду та відновлення стабільних сімейних відносин. Значна частина респондентів відзначає труднощі у спілкуванні, емоційну напруженість у родині та недостатню поінформованість щодо можливостей отримання допомоги.

Результати анкетування показали, що важливими для сімей ветеранів є доступ до психологічного консультування, підтримка у вирішенні соціально-побутових питань, а також можливість отримання інформації про соціальні послуги, які надаються у територіальній громаді. Окрему увагу респонденти приділяють потребі у налагодженні конструктивної сімейної комунікації та підтримці у процесі адаптації ветерана до мирного життя.

Отримані дані підтверджують, що сім'я відіграє важливу роль у процесі соціально-психологічної адаптації екскомбатанта. Водночас сама родина часто потребує фахової підтримки з боку соціальних служб та спеціалістів соціальної роботи. Це підкреслює необхідність розвитку системи соціальних послуг на рівні територіальних громад та підвищення доступності інформації про можливості отримання допомоги для сімей ветеранів.

З урахуванням результатів теоретичного аналізу та емпіричного дослідження було розроблено програму соціального супроводу, спрямовану на підтримку сімей екскомбатантів та покращення сімейної взаємодії. Програма орієнтована на надання комплексної допомоги родинам ветеранів та передбачає використання інформаційних, консультативних і соціально-психологічних форм роботи.

Основними напрямками програми є підвищення обізнаності сімей ветеранів щодо можливостей отримання соціальних і психологічних послуг, розвиток навичок конструктивної комунікації між членами родини, а також підтримка у подоланні труднощів, пов'язаних з адаптацією ветерана до мирного життя. Важливе місце у програмі займає інформаційна підтримка родин, зокрема надання матеріалів щодо доступних соціальних послуг та можливостей звернення до фахівців.

Реалізація програми соціального супроводу спрямована на зміцнення сімейних відносин, підвищення рівня психологічного благополуччя членів родини та створення умов для більш успішної соціальної адаптації ветеранів. Запропонована програма може бути використана у діяльності фахівців соціальної роботи територіальних громад як практичний інструмент підтримки сімей екскомбатантів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у апробації розробленої програми соціального супроводу, спрямовану на відновлення та розвиток конструктивної сімейної взаємодії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми соціальної адаптації військовослужбовців та членів їх сімей. / Під ред. В. Рубцова. Київ. 2011. 346 с.
2. Бараннік В.А. Сутність та завдання психологічного супроводу на стадії психологічної адаптації військовослужбовців служби за контрактом. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Випуск 3. Частина 1. Харків, 2015. С. 24–36.
3. Басманова А., Грищенко І. Реінтеграція ветеранів і учасників бойових дій та членів їх сімей в цивільне життя на рівні територіальних громад. *Collection of Scientific Papers «SCIENTIA»*, (October 27, 2023; Pisa, Italia). 2023. С. 35–37.
4. Бєлай С.В., Керницький О.М., Зубатенко Т.В. Сучасні проблеми надання психологічної допомоги сім'ям військовослужбовців Національної гвардії України та напрями їх вирішення. *Чесць і закон*. 2021. № 4 (79). С. 83–90.
5. Білик Н. П. Сімейна терапія у роботі з ветеранами АТО: методи і підходи. *Український журнал психотерапії*. 2021. № 2. С. 27–39.
6. Бойко О. М. Психологічна допомога учасникам АТО та їхнім родинам. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2017. 256 с.
7. Бриндіков Ю.Л. Реабілітація військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб: теоретико-методичні основи: монографія. Хмельницький: Видавництво «Поліграфіст», 2018. 388 с.
8. Бриндіков Ю.Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб: дис. ... доктор пед. наук: 13.00.05. Хмельницький, 2018. 559 с.
9. Броварська міська рада. Програми соціального захисту населення. URL: <https://brovary-rada.gov.ua> (дата звернення: 11.02.2026)
10. Буряк О.О., Гіневський М.І. Соціальна адаптація армії України до

нових умов існування. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*, 2014. Вип. 4. С. 160–166.

11. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г.Л. Військовий синдром «АТО»: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*. 2015. Вип. 2. С. 176–181.

12. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г.Л. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*. 2015. № 3(44). С. 137–141.

13. Вербицька В.О., Кузьміна Н.Ю. Практичні аспекти реабілітації ветеранів війни: психологічний та соціальний контексти. Львів: Львівський національний університет, 2019. 196 с.

14. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації. *Соціогуманітарні проблеми людини*, 2005. № 1. С. 91–100.

15. Горбунова В.В., Карачевський А.Б., Климчук В.О., Нетлюх Г.С., Романчук О.І. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп : навчальний посібник. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2016. 96 с.

16. Давиденко С.О. Вплив бойового досвіду на психіку військовослужбовців. *Науковий вісник психології*. 2020. № 1. С. 11–18.

17. Денисенко М.М., Лакинський Р.В., Шестопалова Л.Ф., Лінський І.В. Основні клінічні варіанти постстресових розладів у комбатантів. *Український вісник психоневрології*. 2017. Т. 25. Вип. 2. С. 40–44. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2017_25_2_12.

18. Дідик Н.Ф. Вплив сімейних проблем на психологічний стан військовослужбовців під час АТО. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2023. Вип. 41 (44). С. 68–80.

19. Журавльова Н.Ю. Особливості вторинної травматизації у дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги. *Актуальні проблеми*

психології: зб. наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. / За ред.: С. Д. Максименка. Київ: Логос, 2018. Вип. 14. С. 124–153.

20. Журавльова Н.Ю., Гурлева Т.С. Прояви ПТСР і вторинна травматизація: психотерапевтична допомога сім'ям ветеранів бойових дій. *Психологія та педагогіка: необхідність впливу науки на розвиток практики в Україні: Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції* (м. Львів, 21–22 лютого 2020 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. Ч. 2. С. 113–117.

21. Журавльова Н.Ю. Особливості формування підтримуючих стосунків у психотерапевтичній роботі з сім'ями ветеранів. *Особливості стосунків «психотерапевт – клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія*. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. С. 129–154.

22. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: метод. посіб. / за ред.. Н. Агаєв, О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська та ін. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.

23. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.

24. Зміст та організація військово-соціальної роботи у підрозділі: навч. посіб. / В.В. Рютін, В.С. Афанасенко, О.Ю. Бурківський, Е.П. Дуб та ін. Харків: ХВУ, 2003. С. 324–330.

25. Кириченко І.В. Особливості адаптації ветеранів АТО до мирного життя. *Психологія і суспільство*. 2019. № 4. С. 45–58.

26. Клименко О., Чепурко Г. Проблеми соціальної адаптації ветеранів в Україні. Інститут соціології НАН України. URL: https://isnasu.org.ua/popsci/010_Klymenko_Chepurko_-_Problemy_veteraniv.php (дата звернення: 11.01.2026).

27. Колесніченко О.С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців: монографія. Харків: ФОП Бровін О.В., 2018. 488 с.

28. Коломієць Т.В., Івіна М.Ю. Конфлікти в сім'ях

військовослужбовців: теоретичні засади дослідження та практичні підходи до вирішення. *ВІСНИК НТУУ «КПІ»*. Політологія. Соціологія. Право. 2024. Випуск 4(64). С. 6–14.

29. Кондрюкова В., Слюсар І. Соціально-психологічна адаптація військово-вослужбовців силових структур, звільнених у запас: навч.-метод. посіб. Київ: Гнозис, 2013. 116 с.

30. Корольчук О.Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. *Інвестиції: практика та досвід*, 2016. № 17. С. 104–111.

31. Кучеренко С., Хоменко Н. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя. *Проблеми екстремальної та кризової психології*: зб. наук. пр. Харків: НУЦ-ЗУ, 2017. Вип. 21. С. 66–74.

32. Кучеренко С.М, Хоменко Н.М. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових ді-ях, до умов мирного життя. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Збірник наукових праць. Вип. 21. Харків: НУЦ-ЗУ, 2017. С. 66–74.

33. Литвиненко Л.І. Підтримка та медико-психологічна реабілітація учасників АТО: досвід реалізації програми «Дорога зцілення». *Актуальні проблеми психології*. Т. III : Консультативна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. / За ред. Максименка С.Д. Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України; Київ, 2017. Вип. 13. С. 93–105.

34. Логвінова О., Рассказова О. Соціальна робота з військовослужбовцями та їхніми сім'ями в умовах тривалого конфлікту на сході України. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2021. Вип. 2. С. 61–71. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/srso_2021_2_9 (дата звернення: 11.02.2026).

35. Матвієць Л.Г. Організація та моніторинг своєчасного надання меди-ко)психологічної допомоги на первинному рівні при гострих та посттравматичних стресових розладах. *Сімейна медицина*. 2017. № 5. С. 6–11.

36. Мельник О. В. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій : автореф. дис. ... канд. псих. наук:19.00.07. Київ, 2019. 20 с.
37. Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей. *Друге видання*: практ. посіб. для внутрішньо переміщених осіб, демобілізованих та їхніх сімей. / Психологічна кризова служба ГО «УАФПНПП», Посольство Сполученого королівства Великої Британії та Північної Ірландії в Україні. Авт.- уклад. Г. Циганенко, О. Масик, О. Григор'єва та ін. За наук. ред. Г.В. Циганенко. Дніпро: Середняк Т.К., 2019. 96 с.
38. Міністерство у справах ветеранів України. Державний стандарт соціальної послуги соціальної адаптації ветеранів війни та членів їхніх сімей. Київ, 2024.
39. Музичко Л.Т. Подолання посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)* : зб. наук. праць. Кам'янець-Подільський, ПП «Медобори – 2006», 2017. Вип. 10. С. 289–299.
40. Мушкевич М.І., Федоренко Р.П., Мельник А.П., Шкарлатюк К.І., Грицюк І.М., Коширець В.В., Дучимінська Т.І. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: кол. моногр. / За заг. ред. М.І. Мушкевич. *Вид. 2-ге, змін. та доповн.* Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 356 с.
41. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців. / К. Возніцина, Л. Литвиненко. Київ, 2020. 192 с.
42. Орловська О. Особливості адаптації військовослужбовців до умов цивільного життя. *Молодий вчений*, 2019. 8 (72). С. 45–49.
43. Павлик Н.В. Психологічна адаптація особистості в екстремальних умовах військової діяльності. *Наук.-дослід. центр гуманітарних проблем Зб. сил України*. 2005. Т. 8. № 4. С. 37–41.
44. Пиголенко І.В., Пиголенко Ю.А., Кукса К.М. Вплив воєнного конфлікту на психічне здоров'я українців. *Габітус*. 2023. № 45. С. 243–248.

45. Пирог Г.В., Удод С.Ю. Вплив комунікації в сім'ях військовослужбовців та адаптація в родинях військових під час воєнних дій в Україні та США. URL: https://eprints.zu.edu.ua/38759/1/2023%20Pyroh%20Udod.pdf?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 10.02.2026).
46. Приб Г.А., Раєвська Я.М., Безега Л.Є. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 104–109.
47. Профілактики та вирішення конфліктів у сім'ях військовослужбовців: методичний посібник. Київ НДЦ ГП ЗС України, 2023. 115 с.
48. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: колективна монографія. / Мушкевич М.І., Федоренко Р.П., Мельник А.П. та ін. За заг. ред. Мушкевич М.І. Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 260 с.
49. Спіріна Т., Дуля А., Боброва О. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців у післявоєнний період. *Ввічливість. Humanitas*, 2025. № 1. С. 157–162.
50. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомогі в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
51. Федоренко Р.П. Психологія сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2015. 364 с.
52. Центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді м. Ніжина: офіційний сайт. URL: <https://nizhynrada.gov.ua> (дата звернення: 04.02.2026).
53. Hoge C.W. et al. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. *New England Journal of Medicine*. 2004.
54. The Official Guide to Military Rehabilitation / ed. by J. W. Hall. New York: Springer, 2018. 347 p.
55. Van Der Kolk B. A. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body

in the Healing of Trauma. Penguin Books, 2014. 464 p.

СЛОВНИК ОСНОВНИХ ТЕРМІНІВ

Адаптація соціально-психологічна – процес активного пристосування особистості до умов соціального середовища, що передбачає перебудову поведінки, емоційних реакцій і системи взаємодії.

Бойовий стрес – психоемоційний стан, що формується в умовах загрози життю, небезпеки та екстремальних ситуацій під час бойових дій.

Воєнізована психіка – система психологічних установок і реакцій, сформованих в умовах війни, що можуть проявлятися після повернення до мирного життя.

Екскombatант – особа, яка брала участь у бойових діях та повернулася до цивільного життя після завершення військової служби.

Емоційна напруженість – стан підвищеного психоемоційного напруження, що супроводжується тривожністю, дратівливістю та нестабільністю поведінки.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – психічний розлад, що виникає після переживання травматичних подій і проявляється у тривожності, нав'язливих спогадах, порушеннях сну та емоційній нестабільності.

Психологічна підтримка – система заходів, спрямованих на стабілізацію емоційного стану, подолання стресу та відновлення психологічних ресурсів.

Реадаптація – процес повторного пристосування особистості до цивільного життя після перебування в умовах бойових дій.

Сімейна взаємодія – система міжособистісних відносин у сім'ї, що включає комунікацію, розподіл ролей, емоційні зв'язки та спільну діяльність.

Сімейний конфлікт – форма протиріч у сімейних відносинах, що виникає внаслідок несумісності інтересів, потреб або способів поведінки членів родини.

Соціальна адаптація – процес включення особистості у систему соціальних відносин та засвоєння соціальних норм і ролей.

Соціальна робота – професійна діяльність, спрямована на надання допомоги особам і сім'ям у подоланні складних життєвих обставин та забезпеченні їх соціального функціонування.

Соціальний супровід – комплексна форма соціальної допомоги, що передбачає оцінку потреб, планування та реалізацію заходів підтримки клієнта.

Соціально-психологічна допомога – комплекс заходів, що поєднує соціальні та психологічні методи підтримки особистості та сім'ї.

Соціальні послуги – комплекс заходів, що надаються фахівцями для підтримки осіб і сімей у складних життєвих обставинах.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для вивчення потреб сімей ветеранів у територіальних громадах

Мета анкети: визначення соціальних, психологічних та економічних потреб сімей ветеранів, які проживають у територіальних громадах, віддалених від обласних центрів.

Інструкція для респондентів: Анкета є анонімною. Отримані результати будуть використані лише в узагальненому вигляді для наукового дослідження. Просимо уважно прочитати запитання та обрати один або декілька варіантів відповіді.

Структура анкети

Блок 1. Загальна інформація про респондентів

1. Вкажіть Ваш вік.
2. Ваша стать.
3. Який Ваш статус у сім'ї ветерана? (дружина / чоловік / батьки / інше)
4. Скільки членів налічує Ваша сім'я?
5. Чи проживають у сім'ї діти?

Блок 2. Доступність соціальних послуг

6. Чи зверталася Ваша сім'я за соціальною допомогою після повернення ветерана? (так / ні)
7. Якщо так, до яких саме установ Ви зверталися? (центр соціальних служб / органи соціального захисту / психолог / громадські організації)
8. Чи отримали Ви необхідну допомогу? (так / частково / ні)
9. Наскільки легко Вам отримати соціальні послуги у громаді? (дуже легко / скоріше легко / складно / дуже складно)
10. Які труднощі виникають при зверненні за соціальною допомогою? (відкрите питання)

Блок 3. Адаптація ветерана до мирного життя

11. Чи помітили Ви зміни у поведінці ветерана після повернення з військової служби? (так / ні)

12. Які саме зміни Ви спостерігаєте? (підвищена дратівливість / замкнутість / труднощі спілкування / порушення сну / інше)

13. Наскільки складним був процес адаптації ветерана до мирного життя? (дуже складним / скоріше складним / помірним / не складним)

Блок 4. Особливості сімейної взаємодії

14. Чи виникають у Вашій сім'ї конфлікти після повернення ветерана? (часто / інколи / рідко / не виникають)

15. Як змінилися взаємини між членами сім'ї після повернення ветерана? (покращилися / не змінилися / погіршилися)

16. Чи відчуваєте Ви психологічну напругу у сімейних стосунках? (так / інколи / ні)

17. Чи обговорюються у Вашій сім'ї переживання, пов'язані з військовим досвідом? (так / інколи / ні)

Блок 5. Ставлення до психологічної допомоги

18. Чи зверталися члени Вашої сім'ї до психолога? (так / ні)

19. Як Ви ставитеся до можливості отримання психологічної допомоги? (позитивно / нейтрально / негативно)

20. Яку підтримку Ви вважаєте найбільш необхідною для Вашої сім'ї? (відкрите питання)

Узагальнені результати анкетування респондентів

Таблиця Б.1

Результати відповідей респондентів (питання 1–10)

№ респондента	Вік	Стать	Статус у сім'ї	Чи є діти	Чи зверталися за допомогою	До яких установ зверталися	Чи отримали допомогу	Наскільки легко отримати послуги	Основні труднощі	Чи помічені зміни у поведінці ветерана
1	32	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	віддаленість установ	так
2	38	ж	дружина	так	так	соцзахист	частково	складно	недостатня інформація	так
3	45	ч	батько	ні	ні	—	—	складно	віддаленість	ні
4	29	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	легко	брак фахівців	так
5	41	ж	дружина	так	так	соцзахист	частково	складно	бюрократія	так
6	36	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	інформація	так
7	50	ж	мати	ні	так	громадська організація	частково	складно	віддаленість	так
8	33	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	інформація	так
9	39	ч	брат	ні	ні	—	—	складно	віддаленість	так
10	47	ж	мати	ні	так	соцзахист	частково	складно	брак фахівців	так
11	31	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	інформація	так

12	34	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	віддаленість	так
13	42	ч	брат	ні	так	соцзахист	частково	складно	брак фахівців	так
14	37	ж	дружина	так	так	центр соц. служб	так	скоріше легко	інформація	так
15	52	ж	мати	ні	ні	—	—	складно	віддаленість	ні

Таблиця Б.2

Результати відповідей респондентів (питання 11–20)

№ респондента	Тип змін у поведінці	Складність адаптації	Частота конфліктів	Зміни у взаєминах	Психологічна напруга	Чи обговорюється військовий досвід	Чи звертали до психолога	Ставлення до психологічної допомоги	Найбільш потрібна підтримка	Додаткові коментарі
1	дратівливість	складна	інколи	погіршилися	так	ні	ні	позитивне	психологічна	—
2	замкнутість	дуже складна	часто	погіршилися	так	ні	ні	нейтральне	психологічна	—
3	—	помірна	рідко	без змін	інколи	інколи	ні	нейтральне	консультації	—
4	дратівливість	складна	інколи	без змін	інколи	інколи	так	позитивне	психологічна	—
5	замкнутість	дуже складна	часто	погіршилися	так	ні	ні	нейтральне	групи підтримки	—
6	труднощі спілкування	складна	інколи	без змін	інколи	інколи	ні	позитивне	психологічна	—

7	замкнутість	помірна	рідко	без змін	інколи	інколи	ні	нейтральне	консультації	—
8	дратівливість	дуже складна	часто	погіршилися	так	ні	ні	позитивне	психологічна	—
9	труднощі спілкування	складна	інколи	без змін	інколи	інколи	ні	нейтральне	консультації	—
10	замкнутість	помірна	рідко	без змін	інколи	інколи	ні	нейтральне	консультації	—
11	дратівливість	складна	інколи	без змін	так	інколи	так	позитивне	психологічна	—
12	дратівливість	дуже складна	часто	погіршилися	так	ні	ні	позитивне	психологічна	—
13	труднощі спілкування	складна	інколи	без змін	інколи	інколи	ні	нейтральне	групи підтримки	—
14	замкнутість	складна	інколи	без змін	інколи	інколи	ні	позитивне	психологічна	—
15	—	не складна	рідко	покращився	ні	так	ні	нейтральне	інформаційна	—

Інформаційний буклет для родин військовослужбовців

Інформаційний буклет для сімей ветеранів

Соціальні та Психологічні Послуги для сімей ветеранів у територіальній громаді



1. Соціальні послуги

- Консультації щодо виплат і піли
- Допомога з оформлення документів
- Соціальний супробід



2. Психологічна допомога

- Індивідуальні консультації
- Сімейні консультації
- Групи підтримки



3. Інформаційна підтримка

- Інформація про програми
- Роз'яснення прав ветеранів



4. Соціально-психологічна підтримка сімей

- Групи вздемопідтримки
- Сімейні тренінги



5. Де можна отримати допомогу

- Центр соціальних служб
- Органи соцзахисту
- Психологічній служби
- Громадські організації
- Центри підтримки ветеранів



Не залишайтеся наодинці — звертайтеся по допомогу!

Телефони:

