

СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД ТА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

М. В. Белоброва

Херсонський державний університет, Belobrova21@gmail.com

Науковий керівник: кандидатка психологічних наук, доцентка

Н. І. Тавровецька

Постановка проблеми. В квітні 2014 року регулярна армія російської федерації під виглядом корінних мешканців АР Крим та місцевого населення східних регіонів вперше здійснили проникнення на територію нашої держави для дестабілізації політичної та соціальної сфери життя українців, а вже 24 лютого 2022 року відбулося повномасштабне вторгнення по всьому прикордонню України, яке межує із рф. В проміжку між 2014 та 2022 роками підрозділи українських сил оборони були задіяні в зоні АТО. Кожен з військовослужбовців, який виконував бойові завдання на сході безпосередньо підпадав під психотравмуючі фактори впливу стресу та після ротації повертався вже іншою людиною. Страх майбутнього, тривожність за родину та близьких, загроза, яка нависла над побратимами – і це тільки деякі фактори, які впливають на життя людей та в подальшому призводять до посттравматичних станів, формуючи психічні розлади.

Життєстійкість можна охарактеризувати як ступень сформованості та здатність особистості безпосередньо переживати стан хронічного чи гострого стресу, зберігаючи внутрішню збалансованість, але при цьому не знижуючи успішності в діяльності. Фундаментальністю життєстійкості є перш за все особистісні риси людини, саме вони є ключовими параметрами зрілості форм саморегуляції та розглядаються як важливий показник морально-психічного здоров'я людини.

Дослідження передбачало здійснити теоретичний аналіз та емпіричне визначення особливих спроможностей особистості до виконання бойових завдань, на основі чого постали наступні завдання:

- визначення рівня життєстійкості військовослужбовця шляхом проходження експрес-опитувальника який дає розуміння щодо готовності військовослужбовця захищати Україну;
- визначення рівня стресостійкості шляхом проходження опитувальника за І.О. Котєньов.

Як зазначив С. Мадді, що на основі життєстійкості людини переробляються стресові впливи, які безпосередньо трансформують негативний стан у нові можливості особи. Саме ця особливість і є фундаментом енергійного та відкритого протистояння стресовим ситуаціям та кризам. Фундаментальним принципом формування життєстійкості є система переконань про себе, як про особистість та про світ і його безпосереднє відношення до життя. Життєстійкість містить три основні автономні компоненти в порівнянні: залучення до ситуації, безпосередній контроль над ситуацією та прийняття варіації ризику. Хоча С.Л. Кравчук припускав, що прояв життєстійкості в індивідуальних особливостях особистості та її рисах характеру, проявляється активністю, сміливістю, витримкою, загартованістю, цілеспрямованістю, тощо [1].

Отже, важливим фактором в роботі з військовослужбовцями - учасниками бойових дій є вплив реабілітаційних методів на психоемоційні розлади та стресові чинники, які є прямими наслідками ПТСР та яскравими проявами деструктивних психоемоційних станів. Одним із методів подолання стресового стану в житті військовослужбовця є пряма співпраця з психотерапевтом та застосування арт-терапії– технології зцілення засобами образотворчого мистецтва (живописом, нейрографікою, ігротерапією, піскотерапією, танцювально-руховою терапією, казкотерапією, вибір яких є обусловлений коректувальними, розвивальними, діагностувальними та терапевтичними можливостями які є комплексними для реабілітації військовослужбовців - учасників бойових дій [2].

Література:

1. Кравчук С.Л. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Випуск 1. Том 1. 2018. С.99-105.
2. Бриндіков Ю. Л. Потенціал арт-терапії в організації реабілітаційної діяльності з комбатантами. *Modern methods, innovation and operational experience in the field of psychology and pedagogics : International research and practice conference (Lublin, 20-21 October, 2017 r.)*. Lublin : Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2017. С. 175–178.