

Ольга Кулаківська
здобувачка вищої освіти,
факультету педагогічних технологій та освіти впродовж життя,
(Державний університет «Житомирська політехніка»)

Науковий керівник:
Дмитро Мельничук,
доктор економічних наук, професор,
професор кафедри психології та соціального забезпечення,
(Державний університет «Житомирська політехніка»)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОНЛАЙН-КОНСУЛЬТУВАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ЧЛЕНІВ ЇХ СІМЕЙ

У реаліях сьогодення, коли буття України поділилось на до та після 24 лютого 2022 року, кількість громадян, які потребують психологічної допомоги, невпинно зростає. Окремою категорією серед них є військовослужбовці та члени їх сімей.

За час ведення російсько-української війни у період з 2014 по 2022 роки підрозділи Збройних Сил України склалися переважно з особового складу, який проходив військову службу за контрактом, і для більшості – військово, умови перебування та реалії війни були свідомим вибором. У 2022 році, після повномасштабного вторгнення росії та оголошення в Україні мобілізації, військовослужбовцями стали громадяни, яких вилучили з їхнього звичного середовища, і як наслідок: атмосфера безпосередньої небезпеки для життя, постійного напруження, відсутність можливості повноцінного відпочинку. Багато хто був неготовим до цього. В результаті – порушення сну, емоційна нестійкість та виснаженість, а подекуди й зміни особистості. Наразі, ці люди відгороджені від суспільства дуже щільною стіною, не можуть сприймати «фарби життя», не схильні ні з ким ділитися своїми переживаннями, занурені у себе, важко знаходять своє місце у суспільстві. Кожен п'ятий учасник бойових дій страждає на нервово-психічні розлади, а серед поранених – таким є кожен третій [1, с. 4]. Військовослужбовці не встигають повною мірою

адаптуватись до реалій повномасштабної війни, що є причиною виникнення низки проблем та запитань у сфері ментального здоров'я, вирішення яких потребує звернення за допомогою до спеціалістів. Окрім іншого, такий перебіг подій суттєво позначається на рідних та близьких військовослужбовців, які часто не знають як правильно себе поводити, що і про що говорити при спілкуванні.

Зважаючи на викладене та спираючись на результати обробки емпіричних даних, можемо стверджувати, що онлайн-консультування військовослужбовців та членів їх сімей наразі має бути одним з основних способів надання психологічної допомоги, а враховуючи залучення військовослужбовців до виконання завдань у районах ведення бойових дій та віддаленість від кваліфікованої психологічної допомоги, – одним з небагатьох доступних. В еру сучасних технологій навіть найвіддаленіший підрозділ час від часу має доступ до стабільної Інтернет-мережі. Втім, існує ряд особливостей, з якими стикаються психологи-консультанти у роботі з військовослужбовцями та членами їх сімей.

Варто відмітити, що у зв'язку з гендерними характеристиками військового колективу, частка осіб чоловічої статі, які звертаються за допомогою до психолога-консультанта, є значно вищою. При цьому, під час роботи з військовослужбовцями спостерігається опір консультуванню, почасти, пов'язаний з особою психолога, котрий не входить до звичного кола спілкування воїна, етап встановлення психологічного контакту вимагає більшого часу і зусиль з боку психолога-консультанта, наявності певного досвіду і навичок спілкування з даною категорією клієнтів. Враховуючи результати проведеного дослідження, до роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей, пропонується залучати та надавати перевагу кваліфікованим консультантам з числа ветеранів, учасників бойових дій та профільних спеціалістів серед діючих військових.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Практикум з індивідуального психологічного консультування військовослужбовців, ветеранів та членів їхніх сімей : навчально-методичний посібник / Хоружий С. М., Лозінська Н. С., Пішко І. О., Олійник В. О., Сириця М. В. Київ: Центр учбової літератури, 2023. 90 с.