

УДК 159.364-787.2-055.2-057.36

Дідик Н.Ф.

Рецензент: *Найдьонова Л. А., доктор психологічних наук, член-кореспондент НАПН України, заступник директора з наукової роботи, Інституту соціальної та політичної психології НАПН України*

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ГРУПОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ДРУЖИНАМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ВІД СОЦІАЛЬНОЇ ПОТРЕБИ ДО ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗАПИТУ

Дідик Н. Ф. Особливості організації групової психологічної роботи з дружинами військовослужбовців: від соціальної потреби до індивідуального запиту. У статті висвітлено аналіз окремих напрацювань, що можуть слугувати базою для подальшого формування системи психосоціальної підтримки членів сімей військовослужбовців. У матеріалі описано результати апробації групових способів надання психологічної допомоги дружинам військовослужбовців, які проводилися на базі військових частин Національної гвардії України. За результатами аналізу 13 зустрічей визначено, що проведення зустрічей з дружинами військовослужбовців у послідовності: 1) опрацювання наявних соціальних запитів; 2) проведення психоемоційного розвантаження у груповій формі з використанням технік тілесно-орієнтованої терапії сприяє прояву індивідуальних психологічних запитів у близько 50% учасниць, що є основним показником ефективності. Також така організаційна форма роботи допомагає подолати бар'єри та налагодити канали комунікації між членами сім'ї та військовою частиною.

Ключові слова: АТО, сім'я військовослужбовця, соціально-психологічна підтримка, сімейні стосунки, комбатанти, військова сім'я, психологічна допомога, дружина військовослужбовця.

Дидык Н.Ф. Особенности организации групповой психологической работы с женами военнослужащих: от социальной потребности к индивидуальному запросу. В

статье освещается анализ отдельных наработок, которые могут служить базой для дальнейшего формирования системы психосоциальной поддержки членов семей военнослужащих. В материале описаны результаты апробации групповых способов оказания психологической помощи женам военнослужащих, которые проводились на базе воинских частей Национальной гвардии Украины. По результатам анализа 13 встреч определено, что проведение встреч с женами военнослужащих в последовательности: 1) обработки имеющихся социальных запросов; 2) проведение психоэмоциональной разгрузки в групповой форме с использованием техник телесно-ориентированной терапии способствует проявлению индивидуальных психологических запросов в около 50% участников, что является основным показателем эффективности. Также такая организационная форма работы помогает преодолеть барьеры и наладить каналы коммуникации между членами семьи и военной частью.

Ключевые слова: АТО, семья военнослужащего, социально-психологическая поддержка, комбатанты, военная семья, жена военнослужащего.

Постановка проблеми. Військова агресія Росії зумовила навесні 2014- го року початок антитерористичної операції на Сході України (далі АТО) та масову мобілізацію військовозобов'язаного населення, частина з якого після демобілізації підписали контракт та залишилися далі нести службу. З квітня 2018 року після отримання статусу міжнародного збройного конфлікту юридичний статус АТО було змінено на Операцію об'єднаних сил (далі ООС) [8]. Військові події на території України тривають вже п'ятий рік поспіль, і сім її військовослужбовців, які несуть службу на контрактній основі, вже п'ятий рік перебувають переживають постійне емоційне напруження, про що, говорять наукові дослідження [4]. Разом з тим постійне нерегульоване висвітлення у ЗМІ та соціальних мережах інформації про події в зоні бойових дій, про втрати підрозділів, дії ворога, сприяють додатковому емоційному

напруженню, хвилюванню за близьких, які воюють. Одним із наслідків такого емоційного виснаження є негативне ставлення до військової служби з боку членів сім'ї. Саме це, як свідчить опитування військовослужбовців, є найбільш вагомим фактором, що може стояти на заваді підписанню контракту для продовження військової служби [23].

У країнах світу, чії війська беруть участь у закордонних воєнних операціях, приділяється суттєва увага психологічній підтримці, як військовослужбовців, так і членів їх родин на усіх етапах виконання бойового завдання (перед розгортанням, під час розгортання, та після розгортання [26]. Так, канадські війська провадять підтримку сімей вже понад 60 років. Ця програма керується Угодою щодо військових сімей Канади, яка визнає складний взаємозв'язок між здоровими сім'ями та ефективними воїнами, і підкреслює моральне зобов'язання Канадських Збройних Сил перед тими, хто стоїть поруч військовослужбовців. Сім'ї членів регулярної армії мають право на всі послуги та програми, призначені для сімей [25].

Особливості обставин, з якими стикаються сім'ї військовослужбовців за кордоном відрізняються від ситуації, з якою стикаються сім'ї військовослужбовців в Україні в наш час. Перш за все, варто зазначити, що військові події відбуваються на території власної держави, де проживають сім'ї. Саме тому є необхідним розроблення підходів до надання психологічної допомоги членам сімей військовослужбовців, які будуть базуватися на місцевих особливостях та потребах.

На сьогоднішній день в Україні програми по роботі із сім'ями діючих військовослужбовців у військових формуваннях знаходяться лише на початковій стадії розробки. Аналіз окремих напрацювань може слугувати базою для подальшого формування системи психосоціальної підтримки членів сімей військовослужбовців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливості впливу сім'ї на психологічний стан військовослужбовця під час несення служби та після завершення службово-бойового завдання досліджували як зарубіжні так і вітчизняні фахівці [14; 18; 9]. Вітчизняні дослідження із психосоціального забезпечення діяльності військових підрозділів показують, що для психологічного стану військових, як на стадії виконання бойового завдання так і після його завершення важливі стосунки з найближчим оточенням, а саме членами сім'ї [18; 9]. Разом з тим, у вітчизняних дослідженнях більше уваги приділяється висвітленню особливостей надання психологічної допомоги членам сімей учасників бойових дій (учасників АТО/ООС), які повернулися із зони бойових дій, зокрема ветеранів [6]. Українськими фахівцями досліджено особливості впливу сімей учасників бойових дій на їх психологічну реабілітацію [22]. Зарубіжними та українськими вченими досліджувався вплив негативних довгострокових наслідків війни на сім'ю ветеранів, які страждають від хронічного посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у порівнянні з тими ветеранами, у яких не діагностовано ПТСР [27; 17]. Вітчизняними науковцями за допомогою клініко-психопатологічного, сексологічного і психодіагностичного методів досліджено ознаки постстресової психологічної дезадаптації сімей демобілізованих військовослужбовців [11]. Беручи до уваги можливі складнощі післявоєнного етапу життя сім'ї, фахівці розглядають категорію дружин бійців як окрему групу, яка потребує професійної психологічної підтримки. У контексті психологічної роботи з дружинами військових досліджуються особливості формування психотерапевтичного контакту з ними як важливої умови надання якісної психологічної допомоги [7]. Фахівцями оформлено практичні рекомендації дружинам ветеранів стосовно налагодження сприятливого психологічного клімату у сім'ї [7; 12; 21].

Виділення невирішених раніше частин проблеми. Попри наявні у дослідженнях технології надання психологічної допомоги для дружин та дітей ветеранів у різних формах роботи (індивідуальна, групова та сімейна) залишається недостатньо дослідженою проблема психологічної роботи з дружинами діючих військовослужбовців. Головні питання, які досі є відкритими: *якою вона має бути на кожному з етапів виконання військовим бойового завдання; що є ефективним її результатом; у якій формі та у якому форматі вона має проводитися.*

Метою статті є опис апробації та аналізу за допомогою якісних методів дослідження окремих практик надання психологічної допомоги дружинам військовослужбовців у формі організації групової роботи як способу активізації індивідуальних запитів на роботу з психологом.

Виклад основного матеріалу. У статті висвітлено результати апробації групових способів надання психологічної допомоги дружинам військовослужбовців. Дослідження відбувалося в рамках співпраці Національної гвардії України (далі НГУ) та ГО «Жіноча сила України» [20]. Апробація відбувалася на базі військових частин Національної гвардії України (Київ, Харків, Луцьк, Запоріжжя, Маріуполь, Нетішин, Вараш, Суми, Дніпро). Було проведено 13 групових тренінгів; усього взяло участь 123 жінки.

В межах нашого дослідження робота велася за трьома напрямками: *інформаційний, соціальний та психологічний.* Такий підхід також використовується у способах роботи з членами сімей військових за кордоном [24; 25; 26].

Як правило, заходи підтримки відбуваються у груповому форматі та передбачають можливість індивідуальних консультацій [25]. У групі учасник отримує можливість не лише успішно повзаємодіяти з іншими, але й досягти внутрішнього комфорту в повній мірі використати свій потенціал [13]. Для

позначення різноманітних форм групової психологічної роботи використовується досить велике коло термінів, межі сфери застосування яких дуже розмиті: групова психотерапія, психокоректувальні групи, групи досвіду, тренінгові групи, групи активного навчання, практичні експериментальні лабораторії тощо. Часто групи одного і того ж виду різні автори називають по-різному. Важко визначити, де проходить межа між психотерапією, психокорекцією, навчанням і власне особистісним розвитком. Ми будемо використовувати поняття «тренінг», «тренінгові групи», «групова терапія», «психотерапевтичні групи» як синоніми, маючи на увазі взагалі усі спеціально створені малі групи, учасники яких (психічно здорові люди) за сприяння ведучого-психолога включаються у своєрідний досвід інтенсивного спілкування, орієнтований на надання допомоги кожному у вирішенні різноманітних психологічних проблем і в самоудосконаленні (зокрема, в розвитку самосвідомості) [19, с. 5]. Разом з тим, враховуючи, що в технологію надання психологічної допомоги, що описується у цій статті, крім психологічної частини має місце й така, де надається інформація про соціальні послуги та відбувається обмін досвідом між жінками про вирішення соціальних запитів, ми також використовуватимемо поняття «зустріч з жінками», «зустріч», «групова робота».

Психосоціальна підтримка членів сімей за кордоном проводиться перед розгортанням, під час розгортання та після розгортання [25; 26]. Специфіка воєнних дій в Україні характеризується відсутністю чіткого розмежування етапів розгортання (терміни між розгортаннями можуть бути різними, залежно від підрозділу). Тому на зустрічах були присутні жінки, чії чоловіки перебували на різних етапах виконання бойового завдання (перед відправленням, під час перебування, перед поверненням та 1-3 місяці після повернення). Додатковими особливостями ситуації в Україні є: відсутність у

посттоталітарній культурі довіри до фахівців у зв'язку з історією психіатричної системи; відсутність усвідомленого запиту до психолога; відсутність у більшості жінок позитивного досвіду взаємодії з психологом, а якщо такий досвід є, то він не повсюдно. Погіршує цю ситуацію загальна криза довіри до державних і соціальних інститутів [5].

Задачі, на які був спрямований груповий формат психологічної роботи були наступними: 1) зняття емоційної напруги у сфері задоволення соціальних потреб шляхом надання консультацій від фахівців відповідних підрозділів військової частини; 2) налагодження більш тісної довірливої комунікації членів сімей з психологом та іншими фахівцями військової частини; 3) налагодження комунікацій між жінками-учасницями зустрічі для обміну досвідом під час тренінгу та для емоційної підтримки один одного поза межами групової роботи; 4) надання учасницям технік саморегуляції складних емоційних станів, які вони можуть використовувати самостійно поза межами групи; 5) створення можливості звернутися безкоштовно з індивідуальним запитом до цивільних психологів як під час зустрічі, так і в подальшому (які проводили психологічну частину зустрічі).

Основним організатором зустрічей виступали військові психологи військової частини. До проведення групової роботи залучалися цивільні психологи, які, у тому числі, проводили психологічну частину з психоемоційного розвантаження. Така форма взаємодії створює для учасників зустрічі можливість вибору звернення зі своїм запитом: або до цивільного, або до військового фахівця.

Особливості проведення зустрічей з дружинами військовослужбовців:

1) на зустрічі запрошувалися лише рідні діючих військовослужбовців (за виключенням тих сімей, чиї рідні військові мають досвід перебування у полоні, мають втрати

кінцівок або інші важкі хвороби; з цими категоріями робота проводилась окремо, у цій статті не описується);

2) у майже, 90% учасниць зустрічей зафіксовано супротив відносно роботи з психологами, який можна було спостерігати на початку зустрічей за зовнішніми ознаками, також про це розповідали військові психологи за результатами аналізу процесу запрошення жінок на зустріч;

3) більшість жінок-учасниць тренінгів (близько 95%) не мали попередньої практики консультування з психологом за персональним запитом, про що вони повідомляли усно в процедурі знайомства;

4) у 100% учасниць (123 особи) зустрічей був відсутній артикульований запит до психологів на початку зустрічі, але був наявний запит на задоволення соціальних потреб.

Хід групової роботи був організований по принципу послідовного задоволення потреб учасників: починаючи від опрацювання наявних соціальних запитів, поступового формування довіри завдяки технікам психоемоційного розвантаження, закінчуючи наданням індивідуальних консультацій на, сформовані в процесі роботи, психологічні запити.

Кожна зустріч з жінками, яка аналізується у рамках дослідження, починалася зі знайомства та озвучення організатором мети та структури заходу. Усі зустрічі склалися з трьох частин: *інформаційної, психологічної та індивідуальної*.

1. *Інформаційна*. Уповноважені представники військового підрозділу відповідають на питання соціального характеру, які турбують жінок, а також доносять інформацію, яка наразі є актуальною та корисною для сім'ї військовослужбовця. Під час цієї частини жінки також обмінюються між собою досвідом вирішення соціальних питань. Ця частина зустрічі, з одного боку, знімає первинну емоційну напругу щодо усвідомлених

(соціальних) запитів, з іншого, – демонструє увагу зі сторони військової структури до членів сімей військовослужбовців.

2. *Психологічна.* Метою цієї частини є психоемоційне розвантаження учасниць, тому психологічна робота проводиться з використанням технік з тілесно-орієнтованої терапії. Для проведення цієї частини взято принцип організації групової тілесно-орієнтованої терапії: з узгодженням правил, поясненням та обговоренням результатів до кожної техніки, врахуванням рівня довіри у групі, стану здоров'я та соціально-демографічних особливостей учасників [10, с. 249]. В цій частині залишаються лише жінки та психологи (як правило, теж жінки), всі чоловіки військовослужбовці, які присутні в першій частині, залишають групу.

3. *Індивідуальна (консультації за запитом).* По завершенню другої частини близько 50% з 123 учасниць зверталися за індивідуальними психологічними консультаціями до цивільних психологів (стосовно особистих психоемоційних станів або стосунків з чоловіком та дітьми).

Між блоками створювалася можливість спілкування між учасниками у довільній формі за чаєм та солодощами. Такі невимушені умови сприяли обміну контактами між учасницями, виокремленню активних жінок, які в подальшому були залучені до організації подальших тематичних заходів. Під час цієї частини відбувалося налагодження комунікаційних каналів для подальшої підтримки учасниць (засобами мережі facebook та електронної пошти). Після зустрічі учасницям надсилалися попередньо записані відеоролики з вправами тілесно-орієнтованої терапії, які використовувалися під час зустрічі.

Окремо варто зупинитися на психологічній частині, яка була організована за схемою послідовності терапевтичних технік і проходила у форматі групової терапії.

Для задачі психоемоційного розвантаження було використано техніки з тілесно-орієнтованої терапії, оскільки

емоційно-значимі переживання «врастають в пам'ять тіла» і фіксуються в ньому. У тілесній терапії вважають, що травми і розчарування, накопичуючись, спричиняють за собою розлад між почуттями, розумом і тілом. Людина починає відчувати, що вона не цілісна, що вона втратила контакт з собою або її не задовільняє якість цього контакту. Психологічно втрата *контакту* з собою тотожна втраті контакту з тілом, а в процесі застосування технік тілесно-орієнтованої терапії людина розвиває здатність відчувати свою чуттєву природу. Тілесна терапія формує міст між думками, діями та емоціями і тим самим дає можливість їх усвідомити та змінювати. Це, в свою чергу, дає змогу знайти внутрішні ресурси для необхідних змін. [10, с. 3].

Враховуючи особливості групи, техніки використовувалися в такій послідовності (тривалість 1-1,5 години):

1) Метод керованої психофізіологічної саморегуляції, синхροгімнастика «Ключ» Хасая Алієва. Ця методика є способом синхронізації рухової активності людини з її актуальним психоемоційним станом. [15, с. 43]. Блок тілесної терапії починався саме з вправи «Карусель» або «Круть-верть» (ритмічно крутитись на право-ліво, навколо вертикальної осі на рівні попереку, руки вільно «літають» обидві в один бік, потім у другий).

2) Техніки О. Лоуена. Якщо це перша зустріч групи, рекомендується використати лише кілька технік: модифіковану техніку «Крик» та техніку «Арка Лоуена» [10]. Модифікована версія техніки «крик» виконується кожним учасником індивідуально без прояву звуків та із закритими очима. Всі учасники стоять у колі обличчям всередину та слідуєть вказівкам вєдучого;

3) Прогресивна м'язова релаксація (розслаблення за Джекобсоном, комплекс вправ). Джекобсон виходив із загальновідомого факту, що емоційна напруга супроводжується напругою попереочно смугастих м'язів, а заспокоєння – їх релаксацією: розслаблення мускулатури супроводжується

зниженням нервово м'язової напруги. Під релаксацією Джекобсон розумів не тільки релаксацію м'язів, але і стан, протилежний психічній активності [15, с.178].

До всіх перерахованих технік існують застереження, пов'язані із станом здоров'я. Це варто враховувати при використанні тих чи інших технік з конкретною групою. Комплекс технік змінювався залежно від особливостей групи, але завжди використовувалися прості техніки, які учасниці можуть робити вдома самостійно. Обсяг статті не дозволяє нам детально описувати всі варіації використаних у дослідженні технік та застережень до них. З основними з них можна ознайомитися у відеозаписі описаного вище комплексу вправ [2].

Результати психологічного блоку проявляються у 100 % учасниць одразу як: підвищений натрій та покращення самопочуття. Додатковими якісними результатами є збільшення рівня довіри один до одного та до психологів, що проявляється у готовності ділитися своїми переживаннями з іншими учасницями. Вибіркове опитування через 30 днів 10% учасниць, які систематично виконували отримані на зустрічі рекомендації, показало, що покращився їх психоемоційний стан та кращою стала комунікація з чоловіком та дітьми. Кількісний аналіз системного самостійного посттренингового використання технік не проводився.

Після проведення зустрічі за запропонованою схемою, що апробувалася, із 123 учасниць (13 груп) 60 осіб (близько 50 %) сформулювали індивідуальний психологічний запит та звернулися за консультацією до психолога. У кожній групі ефективність коливалася в межах 40-60% учасниць.

Загальний результат групової роботи оцінювався через пряме питання про самопочуття та отриману користь від зустрічі. У своїх відповідях 100% учасниць (123 особи) дають позитивний зворотній зв'язок, про що також зазначають у підсумкових анкетах. На питання у анкеті «Яке Ваше враження

від зустрічі?» 100% респондентів (123 учасниці) відповіли, що позитивне, підкреслюючи покращення стану та настрою, отримання користі від зустрічі. На питання «Чи готові рекомендувати такі зустрічі знайомим?» усі 123 учасниці відповіли «Так». На питання «Чи готові брати участь у подібних зустрічах надалі?» 100% учасниць (123 особи) відповіли «Так».

Замір тривалості стабільного наміру звернутися до психолога спеціально з учасницями не проводився, проте інтерв'ювання організаторів (16 військових психологів) щодо ефективності заняття через місяць після події дало змогу зафіксувати ефект «сарафанного радіо», тобто розповсюдження позитивного ставлення до таких зустрічей і до спілкування з психологом.

На що варто звернути увагу при використанні описаної форми групової роботи:

- частоту проведення таких зустрічей може визначати психолог військової частини, орієнтуючись на запити по завершенню зустрічі; частоту та тематику також можуть визначати самі жінки, якщо у групі існує достатній рівень самоорганізації та запити перейшли на усвідомлений рівень;
- варто відрізнити терапевтичні групи та групи підтримки, які діють на системній основі і спрямовані на вирішення психокорегувальних задач, від практики зустрічі з жінками, окресленій у цьому дослідженні, оскільки у більшості жінок немає потреби у психотерапії та усвідомленої потреби у психологічній підтримці на першій зустрічі;
- відчуття жінками власних результатів «тут і зараз» завдяки підібраним технікам психологічного блоку дає змогу отримати кредит довіри для подальшої комунікації та створює підґрунтя для проведення наступних заходів для членів сімей військових, тому надзвичайно важливою є якість проведення першої зустрічі.

Під час апробації методики ми помітили, що для проведення психологічного блоку недостатньо лише теоретичного матеріалу і, залежно від задачі, доречно було б використовувати медіапсихологічні засоби. У нашому контексті ми розуміємо медіапсихологічні засоби як медіаформати (фотографії, відеоролики, нарізки з фільмів) та медіаконтент, спрямований на психоедукаційну (доповнює ілюстраціями теоретичний контент) та саморегуляційну задачі (демонструє медіа-прикладі психоемоційної саморегуляції). Разом з тим, важливо враховувати соціально-психологічні передумови використання медіапсихологічних засобів у груповій роботі та використовувати їх не раніше другої-третьої зустрічі [3].

Висновки. Проведення зустрічей з дружинами військовослужбовців, починаючи від опрацювання наявних соціальних запитів, поступового формування довіри завдяки технікам психоемоційного розвантаження, закінчуючи наданням індивідуальних консультацій, дозволяє налагодити довіру та канали комунікації між членами сім'ї військового та військовою частиною. Саме запропонована і апробована схема-послідовність проведення тренінгу (від соціальної потреби через емоційне розвантаження до формування індивідуального запиту) збільшує довіру до психологів та сприяє в результаті здійсненню звернень у 50% учасниць першої зустрічі. Враховуючи особливості ведення бойових дій на Сході України та частоту ротацій військовослужбовців, зустрічі з жінками за описаним форматом можна проводити як перед поверненням військовослужбовців на ротацію, так і під час перебування військового у зоні бойових дій, а також прямо у день урочистих провідів військовослужбовців. Важливо формувати такі групи з урахуванням соціально-психологічних особливостей їх учасників. Організацію групової роботи з жінками забезпечує військовий психолог частини за участю цивільного психолога:

розподілення ролей між фахівцями дає можливість більш ефективного надання подальшої психологічної допомоги.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні досвіду психосоціальної підтримки членів сімей військовослужбовців у країнах НАТО: організаційної структури та психосоціальних програм. Ґрунтовний аналіз досвіду інших країн у цій сфері дасть змогу більш чітко визначити, якою саме має бути системна робота з психологічної підтримки членів сімей військовослужбовців в Україні, враховуючи існуючі обставини та національні особливості.

Список використаних джерел:

1. Варлакова Є. О. Роль і місце родин в адаптації та реабілітації учасників АТО [Електронний ресурс] / Є. О. Варлакова // Психологічна допомога особам, які беруть участь в Антитерористичній операції. – 2016. – URL: <http://elar.naiu.kiev.ua/jspui/handle/123456789/6224>.

2. Відео з групової роботи з жінками. Практична частина // ГО «Жіноча сила України» [Електронний ресурс] – 2017. – URL: <https://www.youtube.com/watch?v=i7DpJ28GFdM>.

3. Дідик Н.Ф. Соціально-психологічні передумови використання медіапсихологічних засобів у груповій роботі з дружинами комбатантів / Н.Ф.Дідик // «Медіаторчість в сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі» [Електронний ресурс] / Матеріали Науково-практичного семінару (м. Київ, 19 червня 2018 р.) під редакцією Ю.С. Чаплінської // mediaosvita.org.ua.– 2018 – URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v...nnya-mediatravmi/>.

4. Дідик Н. Ф. Соціально-психологічна підтримка членів родин військовослужбовців як чинник впливу на морально-психологічний стан бійця під час виконання завдань у зоні АТО / Н. Ф. Дідик. // Український психологічний журнал: збірник наукових праць. – 2018. – №1(7) – С. 41–56.

5. Довіра громадян України до суспільних інститутів // Центр Разумкова. [Електронний ресурс]. – 2018. – URL: http://razumkov.org.ua/uploads/socio/2018_06_press_release_ua.pdf.

6. Журавльова Н. Ю. Особливості психологічної допомоги сім'ям демобілізованих військовослужбовців / Н. Ю. Журавльова. // Актуальні проблеми психології Т. III : Консультаційна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2015. – №11. – С. 95–117.

7. Журавльова Н. Ю. Специфіка психотерапевтичного стосунку у роботі психолога з дружинами ветеранів бойових дій / Н. Ю. Журавльова. // Актуальні проблеми психології Т. III : Консультаційна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2017. – №13. – С. 112–129.

8. Закон України «Про особливості державної політики із забезпечення державного суверенітету України на тимчасово окупованих територіях у Донецькій та Луганській областях» від 18 січня 2018 року № 2268-19. [Електронний ресурс] – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2268-19>.

9. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах / В. О. Лесков. – Хмельницький, 2008. – 22 с.

10. Малкина-Пых И. Г. Телесная терапия [Електронний ресурс] / И. Г. Малкина-Пых // Литрес. – 2007. – URL: <https://play.google.com/books/reader?id=YUqgAAAQBAJ&hl=uk&lr=&printsec=frontcover&pg=GBS.PT1>.

11. Маркова М. В. Порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців — учасників АТО: психопатологічний, психологічний, психосоціальний і сімейний виміри проблем / М. В. Маркова, Г. С. Росінський. // Український вісник психоневрології. – 2018. – №1(94). – С. 78–82.

12. Ми пережили: техніки відновлення для сімей, військових, цивільних та дітей: практичний посібник 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. — К.: Видавництво «ЛОГОС», 2016. — 202 с. — (укр. та рос. мовами).

13. Ормонт Л. Р. Групповая психотерапия: от теории к практике. Ч. 1, 2 / Л. Р. Ормонт. – СПб: РАН, 1998. – 248 с.
14. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.]. – К. : Наш формат, 2017. – 1068 с.
15. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / [З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.]. – К.: ТОВ “Видавництво “Логос”. – 207 с.
16. Психологічна робота з військовослужбовцями- учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник / [О. М. Коқун, Н. А. Агаєв, І. О. Пішко та ін.]. – К: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. – 282 с.
17. Рибик Л. А. Вторинний посттравматичний стресовий розлад у дружин учасників бойових дій / Л. А. Рибик. // Юридична психологія. – 2016. – №2(19). – С. 148–156.
18. Стасюк В. В. Психологія локальних війн та збройних конфліктів : підручник для слухачів та студентів вищих навчальних закладів / В. В. Стасюк. – К. : НАОУ, 2006. – 570 с.
19. Хоружий С. М. Психологічна робота з посттравматичними стресовими розладами у військовослужбовців Збройних Сил України. Частина 2: Групові форми психологічної допомоги військовослужбовцям у подоланні наслідків психологічної травматизації. Методичний посібник. / С. М. Хоружий, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. – К: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. – 84 с.
20. Чижевський С. О. Проект оновленої структури та завдань психологічної служби НГУ [Електронний ресурс] / С. О. Чижевський // Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : збірник наукових праць. – 2016. – URL: http://elar.naiu.kiev.ua/bitstream/123456789/6261/1/zbir_pcxolog1_p17-1-174.pdf.
21. Я повернувся: психологічний poradник / Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: Н.А. Агаєв, О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, О.В. Евєрт. – К. : НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 20 с.
22. Яблонська Т. М. Сім'я як ресурс психологічної реабілітації комбатантів / Т. М. Яблонська. // Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії: збірник

матеріалів, доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. – 2018. – С. 82–86.

23. 7 основних причин звільнення з ЗСУ – дослідження // Ukrainian Military Pages. [Електронний ресурс] – 2018. – URL: <https://www.ukrmilitary.com/2018/08/7-prychyn-zvilnennya.html>.

24. Calvert, C. Deployment Support – Strength through Partnership / Calvert, C., & Switzer, G // In Human Dimensions in Military Operations – Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support (pp. 20A-1 – 20A-10). Meeting Proceedings RTO-MP-HFM-134, Paper 20A. Neuilly-sur-Seine, France: RTO. [Електронний ресурс] – 2006. – URL: <http://www.rto.nato.int/abstracts.asp>.

25. Military Family Services A Family Guide To The Military Experience [Електронний ресурс] – 2016. URL: <https://www.cafconnection.ca/getmedia/5d8caf66-d97f-4f59-b444-e0aa98404501/A-Family-Guide-E.aspx>.

26. Moelker, R. Supporting Military Families – A Comparative Study in Social Support Arrangements for Military Families (Theoretical Dimensions & Empirical Comparison between Countries) [Електронний ресурс] / Moelker, R., Andres, M., Poot, G.J. // In Human Dimensions in Military Operations –Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support (pp. 18-1 – 18-14). Meeting Proceedings RTO-MP-HFM-134, Paper 18. Neuilly-sur-Seine, France: RTO. – 2006 URL: <http://www.rto.nato.int/abstracts.asp>.

27. Figley C.R. Traumatic stress the role of the family and social support system / Figley C.R. // Trauma and its wake. 2nd vol. NY. – 1986.

Spysok vykorystanykh dzherel:

1. Varlakova Je. O. Rolj i misce rodyn v adaptaciji ta reabilitaciji uchasykiv ATO [Elektronnyj resurs] / Je. O. Varlakova // Psykholohichna dopomogha osobam, jaki berutj uchastj v Antyterorystychnij operaciji. – 2016. – URL: <http://elar.naiua.kiev.ua/jspui/handle/123456789/6224>

2. Video z ghrupovoji roboty z zhinkamy. Praktychna chastyna // GhO «Zhinocha syla Ukrainy» [Elektronnyj resurs] – 2017. – URL: <https://www.youtube.com/watch?v=l7DpJ28GFdM>.

3. Didyk N.F. Socialjno-psykhologhichni peredumovy vykorystannja mediapsykhologhichnykh zasobiv u ghrupovij roboti z druzhynamy kombatantiv / N.F.Didyk //«Mediatvorchistij v suchasnykh ukrajinsjkykh realijakh: protystojannja mediatravmi» [Elektronnyj resurs] / Materialy Naukovo-praktychnogho seminaru (m. Kyjiv, 19 chervnja 2018 r.) pid redakcijeju Ju.S. Chaplinskoji // mediaosvita.org.ua.– 2018 – URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v...nnya-mediatravmi/>.

4. Didyk N. F. Socialjno-psykhologhichna pidtrymka chleniv rodyn vijskovosluzhbovciv jak chynnyk vplyvu na moraljno-psykhologhichnyj stan biccja pid chas vykonannja zavdanij u zoni ATO / N. F. Didyk. // Ukrajinsjkyj psykhologhichnyj zhurnal: zbirnyk naukovykh pracj. – 2018. – №1(7) – S. 41–56.

5. Dovira gromadjan Ukrainy do suspilnykh instytutiv // Centr Razumkova. [Elektronnyj resurs]. – 2018. – URL: http://razumkov.org.ua/uploads/socio/2018_06_press_release_ua.pdf.

6. Zhuravljova N. Ju. Osoblyvosti psykhologhichnoji dopomogy sim'jam demobilizovanykh vijskovosluzhbovciv / N. Ju. Zhuravljova. // Aktualni problemy psykhologhiji T. III: Konsul'tatyvna psykhologhija i psyhoterapija: Zbirnyk naukovykh pracj Instytutu psykhologhiji imeni Gh. S. Kostjuka NAPN Ukrainy. – 2015. – №11. – S. 95–117.

7. Zhuravljova N. Ju. Specyfika psyhoterapevtychnogho stosunku u roboti psykhologha z druzhynamy veteraniv bojovykh dij / N. Ju. Zhuravljova. // Aktualni problemy psykhologhiji T. III : Konsul'tatyvna psykhologhija i psyhoterapija: Zbirnyk naukovykh pracj Instytutu psykhologhiji imeni Gh. S. Kostjuka NAPN Ukrainy. – 2017. – №13. – S. 112–129.

8. Zakon Ukrainy «Pro osoblyvosti derzhavnoji polityky iz zabezpechennja derzhavnogho suverenitetu Ukrainy na tymchasovo okupovanykh terytorijakh u Doneckij ta Lughanskij oblastjakh» vid 18 sichnja 2018 roku № 2268-19. [Elektronnyj resurs] – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2268-19>.

9. Leskov V. O. Socialjno-psykhologhichna rehabilitacija vijskovosluzhbovciv iz rajoniv vijskovykh konfliktiv: avtoref. dys. ... kand. psyhol. n: 19.00.09 – psykhologhija dijalnosti v osoblyvykh umovakh / V. O. Leskov. – Khmeljnyckyj, 2008. – 22 s.

10. Malkina-Pykh I. G. Telesnaya terapiya [Elektronniy resurs] / I. G. Malkina-Pykh // Litres. – 2007. – URL: <https://play.google.com/books/reader?id=YUqgAAAAQBAJ&hl=uk&lr=&printsec=frontcover&pg=GBS.PT1>.

11. Markova M. V. Porushennja zdorov'ja sim'ji demobilizovanykh vijsjkovosluzhbovciv — uchasnykiv ATO: psykhopatologichnyj, psykhologichnyj, psykhosocialnyj i simejnyj vymiry problem / M. V. Markova, Gh. S. Rosinskyj. // Ukrajin'skyj visnyk psykhonevrologiji. – 2018. – № 1(94). – S. 78–82.

12. Mi perejili: tehniki vidnovlennja dlya simej, viyskovih, tsivilnih ta ditej : prakt. posib. dlya vnutrishno peremischenih osib, demobilizovanih ta ihnih simej / Psihologichna krizova sluzba GO «UAFPNPP», Posolstvo Spoluchenogo korolivstva Velikoї Britanii ta Pivnichnoї Irlandii v Ukraїni ; [avt.- uklad. G. TSiganenko, O. Masik, O. Grigor'eva ta in.] ; za nauk. red. G. V. TSiganenko. — K. : Vidavnitstvo «LOGOS», 2016. — 202 s. — (ukr. ta ros. movami).

13. Ormont L. R. Gruppovaya psihoterapiya: ot teorii k praktike. CH. 1, 2 / L. R. Ormont. – . Spb: RAN, 1998. – 248 s.

14. Okhorona psykhichnogho zdorov'ja v umovakh vijny / per. z anghl. Tetjana Semyghina, Iryna Pavlenko, Jevghenija Ovsjannikova [ta in.]. – K. : Nash format, 2017. – 1068 s.

15. Psykhologichna dopomogha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podij: metodychnyj posibnyk / [Z. Gh. Kisarchuk, Ja. M. Omeljchenko, Gh. P. Lazos ta in.]. – K.: TOV "Vydavnytstvo "Loghos". – 207 s.

16. Psykhologichna robota z vijsjkovosluzhbovcjamy- uchasnykamy ATO na etapi vidnovlennja: Metodychnyj posibnyk / [O. M. Kokun, N. A. Aghajev, I. O. Pishko ta in.]. – K: NDC GhP ZSU, 2017. – 282 s.

17. Rybyk L. A. Vtorynnyj posttravmatychnyj stresovyj rozlad u druzhyn uchasnykiv bojovykh dij / L. A. Rybyk. // Jurydychna psykhologhija. – 2016. – №2(19). – S. 148–156.

18. Stasjuk V. V. Psykhologhija lokalnykh vijn ta zbrojnykh konfliktiv : pidruchnyk dlja slukhachiv ta studentiv vyshhykh navchalnykh zakladiv / V. V. Stasjuk. – K.: NAOU, 2006. – 570 s

19. Khoruzhyj S. M. Psykhologichna robota z posttravmatychnymy stresovymy rozladamy u vijsjkovosluzhbovciv Zbrojnykh Syl Ukraїny. Chastyna 2: Ghrupovi formy psykhologichnoji dopomoghy

vijskovoslužbovcjam u podolanni naslidkiv psykhologhichnoji travmatyzaciji. *Metodychnyj posibnyk*. / S. M. Khoruzhij, I. O. Pishko, N. S. Lozinsjka. – K: NDC GhP ZSU, 2017. – 84 s.

20. Chyžhevskij S. O. Proekt onovlenoji struktury ta zavdani psykhologhichnoji sluzhby NGhU [Elektronnyj resurs] / S. O. Chyžhevskij // *Osobystistj u kryzovykh umovakh ta krytychnykh situacijakh zhyttja* : zbirnyk naukovykh pracj. – 2016. – URL: http://elar.naiu.kiev.ua/bitstream/123456789/6261/1/zbir_pcxolog1_p171-174.pdf.

21. Ja povernusja: psykhologhichnyj poradnyk / Ministerstvo oborony Ukrainy, Nauk.-doslid. centr ghumanitar. problem Zbrojnykh Syl Ukrainy: N.A. Aghajev, O.Gh. Skrypkin, A.B. Dejko, O.V. Evert. – K. : NDC GhP ZS Ukrainy, 2016. – 20 s.

22. Jablonsjka T. M. Sim'ja jak resurs psykhologhichnoji reabilitaciji kombatantiv / T. M. Jablonsjka. // *Psykhosocialjna pidtrymka osib z travmoju vijny: mizhnarodnyj dosvid ta ukrajinsjki realiji: zbirnyk materialiv, dopovidej Vseukrajinsjkoji naukovo-praktyčnoji konferenciji*. – 2018. – S. 82–86.

23. 7 osnovnykh prychny zvilnennja z ZSU – doslidzhennja // *Ukrainian Military Pages*. [Elektronnyj resurs] – 2018. – URL: <https://www.ukrmilitary.com/2018/08/7-prychyn-zvilnennja.html> .

24. Calvert, C. Deployment Support – Strength through Partnership / Calvert, C., & Switzer, G // *In Human Dimensions in Military Operations – Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support* (pp. 20A-1 – 20A-10). Meeting Proceedings RTO-MP-HFM-134, Paper 20A. Neuilly-sur-Seine, France: RTO. [Elektronnyj resurs] – 2006. – URL: <http://www.rto.nato.int/abstracts.asp>

25. *Military Family Services A Family Guide To The Military Experience* [Elektronnyj resurs] – 2016. URL:<https://www.cafconnection.ca/getmedia/5d8caf66-d97f-4f59-b444-e0aa98404501/A-Family-Guide-E.aspx> .

26. Moelker, R. Supporting Military Families – A Comparative Study in Social Support Arrangements for Military Families (Theoretical Dimensions & Empirical Comparison between Countries) [Elektronnyj resurs] / Moelker, R., Andres, M., Poot, G.J. // *In Human Dimensions in Military Operations –Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support* (pp. 18-1 – 18-14). Meeting Proceedings RTO-MP-

HFM-134, Paper 18. Neuilly-sur-Seine, .France: RTO. – 2006 URL: <http://www.rto.nato.int/abstracts.asp>.

27. Figley C.R. Traumatic stress the role of the family and social support system / Figley C.R. // Trauma and its wake. 2nd vol. NY. – 1986.

Didyk, N.F. Features of group psychological work organization for wives of servicemen: from social needs to an individual request. *Military events in Ukraine, which have been going on for five year, influence significantly the emotional states of servicemen's family members. Mass media and social network coverage of events form the active combat zone, information about unit losses or enemy actions contribute to additional emotional stress, anxiety for relatives who are in a battle. All these factors of emotional exhaustion together influence the servicemen's desire to continue their military service under the contract. That is why the urgent question arises to develop approaches providing timely psychological assistance to the servicemen's family members. The article analyses some developments that can serve as a basis for the further formation of a psychosocial support system for the servicemen's family members. The article conclusion emphasizes that the group work with the servicemen's wives helps to overcome barriers and to formulate personal psychological requests and helps to establish channels of communication between the family members and military units for timely psychological assistance.*

Key words: anti-terrorist operation, serviceman's family, social and psychological support, family relations, servicemen, psychological help, serviceman's wife.

Відомості про автора

Дідик Наталія Федорівна, науковий співробітник, лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, Київ

Didyk, Natalia F. researcher of the Laboratory of Psychology of Mass Communication and Media Studies, the Institute of Social and Political Psychology, the National Academy of Educational Sciences of Ukraine

E-mail: Nfdidyk@gmail.com