

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-11>

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ОГЛЯД НАУКОВО ОБҐРУНТОВАНИХ ПРАКТИК ТА ВТРУЧАНЬ

Лавренюк Ярослава Віленівна,

здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Хмельницького національного університету
ORCID ID: 0009-0008-5524-2521

Кулешова Олена Віталіївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницького національного університету
ORCID ID: 0000-0001-5428-2670

У статті розглядається важливість використання науково обґрунтованих практик у медико-психологічній реабілітації військовослужбовців. Вона підкреслює важливість психологічного консультування для успішної реінтеграції та відновлення солдатів після військової служби і наголошує на вирішальній ролі науково обґрунтованих втручань у цьому процесі. Відмінними рисами цієї моделі реабілітації є те, що це підхід до лікування, заснований на спеціальній методології, яка враховує взаємозв'язок між психологічною травмою і симптомами та індивідуальною дисфункцією, а також те, що процес лікування організовується медичним персоналом, який працює з командою психологів, які пройшли відповідну підготовку для роботи з психологічною травмою. Програми стаціонарної реабілітації є багатограними і використовують різні типи втручань. Це можна описати як «мета-терапію», яка виходить за межі травми і фокусується на людині в цілому.

Аналіз ситуації показує, що багато людей перебувають у серйозній психологічній кризі. Особливо серйозною складною є ситуація військовослужбовців. Військовослужбовці, які проходять або проходили службу на сході України, перебувають у стані внутрішнього стресу з потенційно небезпечними наслідками. На фоні чого можуть відбуватися складні зміни в емоційній сфері, здоров'я, діяльності та стосунках, виникати різні посттравматичні стресові реакції та розлади. Військовослужбовці намагаються знайти вихід, але розлад емоцій і мислення ускладнює планування дій для подолання негативної ситуації. Високий ступінь психологічної травматизації військовослужбовців строкової служби та демобілізованих актуалізує проблему надання їм психологічної підтримки та психологічної допомоги. Створення національної системи медико-психологічної підтримки та реабілітації тільки розпочалося. Психологи, психотерапевти та лікарі намагаються розібратися в їхньому досвіді.

Ключові слова: медико-психологічна реабілітація, інтеграція, програми, лікування, практики, травми.

Lavrenyuk Yaroslava, kuleshova Olena. A comprehensive approach to the medical and psychological rehabilitation of military personnel: a review of evidence-based practices and interventions

This article examines the importance of using scientifically based practices in the medical and psychological rehabilitation of military personnel. She emphasizes the importance of psychological counseling for the successful reintegration and recovery of soldiers after military service and emphasizes the critical role of evidence-based interventions in this process. The distinctive features of this rehabilitation model are that it is an approach to treatment based on a special methodology that takes into account the relationship between psychological trauma and symptoms and individual dysfunction, and that the treatment process is organized by medical personnel working with a team of psychologists, who have received appropriate training for working with psychological trauma. Inpatient rehabilitation programs are multifaceted and use different types of interventions. This can be described as "meta-therapy" that goes beyond the trauma and focuses on the person as a whole.

Analysis of the situation shows that many people are in a serious psychological crisis. The situation of military personnel is particularly serious and difficult. Military personnel who serve or have served in the east of Ukraine are in a state of internal stress with potentially dangerous consequences. Against the background of

which complex changes in the emotional sphere, health, activities and relationships may occur, various post-traumatic stress reactions and disorders may occur. Military personnel try to find a way out, but the disorder of emotions and thinking makes it difficult to plan actions to overcome a negative situation. The high degree of psychological traumatization of conscripts and demobilized servicemen actualizes the problem of providing them with psychological support and psychological assistance. The creation of a national system of medical and psychological support and rehabilitation has only just begun. Psychologists, psychotherapists and doctors are trying to understand their experience.

Key words: *medical and psychological rehabilitation, integration, programs, treatment, practices, injuries.*

Вступ

Актуальність дослідження. Нещодавня кризова ситуація в Україні, яку науковці часто називають екстремальною, викликала у людей відчуття безнадії, самотності та психічного розладу. Війна спричинила великі страждання і величезні втрати. Все це піднімає багато складних питань про участь, співвідповідальність, підзвітність і розподіл страждань. Унікальні перешкоди, з якими стикаються військовослужбовці, можуть мати довгострокові наслідки для їх фізичного та психічного благополуччя. Для забезпечення загального стану здоров'я та готовності до бойових дій вкрай важливо зосередитися на медичній та психологічній реабілітації цих військовослужбовців. Проводячи систематичний огляд доступних науково обґрунтованих практик і втручань для медичної та психологічної реабілітації військовослужбовців, це дослідження спрямоване на визначення ефективних стратегій, які можуть покращити результати та якість життя цих осіб. Отримання розуміння найкращих практик у цій сфері є життєво важливим для постачальників медичних послуг, політиків та інших зацікавлених сторін, залучених до підтримки здоров'я та благополуччя військового персоналу [5].

Завдяки свідомому та організованому застосуванню стратегій, що ґрунтуються на фактичних даних, психологічне консультування може відіграти вирішальну роль у сприянні успішної реінтеграції та відновленню військового персоналу після служби. У статті досліджується надзвичайне значення використання науково обґрунтованих практик у медико-психологічній реабілітації військовослужбовців. З акцентом на роль психологічного консультування у сприянні тріумфальній реінтеграції та відновленню військового персоналу після служби. Комплексний підхід дослідження до реабілітації проливає світло на необхідність цілісного розгляду психологічного аспекту відновлення. Такий підхід не тільки підкреслює необхідність індивідуального втручання, але й наголошує на важливості вирішення різних проблем і травм, яких зазнає військовослужбовець перебуваючи в зоні бойових дій [14].

Матеріали та метод

Ефективне втручання у сфері медико-психологічної реабілітації військовослужбовців потребує впровадження науково обґрунтованих практик. Дослідження Литвиненка привертають увагу до комплексного підходу до реабілітації, який пропонує новий погляд на вирішення психологічного аспекту відновлення. Цей підхід не тільки визнає важливість фізичної реабілітації, але й робить значний акцент на психологічному благополуччі. Ключовий компонент цього підходу передбачає навмисне та цілісне використання науково підтверджених методів для надання психологічної підтримки особам, які її потребують. Налаштовуючи втручання відповідно до унікальних потреб військовослужбовців, наприклад, координуючи зусилля з медичної та психологічної реабілітації в різних країнах, професіонали можуть створити більш цілеспрямовані та ефективні системи підтримки, які конкретно вирішують проблеми, з якими стикається ця група населення [2].

Метою статті є запропонувати вичерпний огляд науково обґрунтованих практик і заходів у сфері медико-психологічної реабілітації військовослужбовців.

Поєднуючи як медичне, так і психологічне втручання, у цій статті систематично розглядаються науково обґрунтовані практики, які виявилися ефективними в реабілітації військовослужбовців. Інтеграція цих двох аспектів має вирішальне значення для надання цілісної

допомоги та підтримки цій групі населення, враховуючи складний характер їхнього досвіду та травм.

Психологічна підтримка військовослужбовців – це спеціалізована форма допомоги воїнам і ветеранам, які переживають гострі або хронічні розлади адаптації. Процес медико-психологічної реабілітації охоплює комплексний підхід, який поєднує медичні, психологічні, психолого-педагогічні та соціально-психологічні заходи. Його основна мета – відновити або компенсувати будь-які порушені психічні функції, стани, особисте самопочуття та соціальний статус, що виникли внаслідок психологічної травми. Для ефективного вирішення основних проблем медичної та психологічної реабілітації вкрай важливо враховувати індивідуальні фактори та гарантувати, що механізми адаптації не перевантажуються. Крім того, реабілітаційна програма повинна відповідати наступним основним принципам:

- психотерапевтична, психологічна робота з військовослужбовцями, ветеранами, які знаходяться на реабілітації в умовах стаціонару повинна проводитися не одним, а групою психологів, які доповнюють один одного;

- склад групи психологів повинен бути гетерогенним, що сприяє створенню можливостей для кращого їх розкриття;

- виникла необхідність спеціальної підготовки психологів для проведення психореабілітаційної роботи (в індивідуальній і в груповій формі психотерапії). Лікування травми в умовах стаціонару можна розглядати швидше як «мета-терапію», що задає контекст безпеки і створює атмосферу, яка допомагає повернути пацієнтові почуття соціальної доцільності й спільності з іншими людьми [1–13].

Результати

Відбувся помітний прогрес у сфері військової охорони здоров'я, зокрема в постійному вдосконаленні та інноваціях технологій, спрямованих на лікування та реабілітацію постраждалих у бойових діях. Крім того, проводяться постійні дослідження з метою вдосконалення та оцінки програм психологічної реабілітації, спеціально розроблених для військовослужбовців. Ці програми мають величезне значення не лише для тих, хто безпосередньо постраждав від війни, а й для їхніх близьких, підкреслюючи важливість психофізіологічної реабілітації для загального благополуччя всіх постраждалих осіб. Військова медицина досягла значних успіхів у використанні сучасних технологій для ефективної організації надання медичної допомоги, надання первинної медичної допомоги та впровадження передових наукових досягнень для забезпечення високоякісної допомоги під час госпіталізації. Цей комплексний підхід охоплює такі методи, як реконструктивна хірургія, відновлювальне лікування та програми реабілітації, розроблені спеціально для військовослужбовців, гарантуючи, що вони отримують найкращий догляд і підтримку протягом усього процесу відновлення. Крім того, відданість системи охорони здоров'я інтеграції наукових досягнень у практичні заклади охорони здоров'я та просуванню інноваційних продуктів і технологій підкреслює відданість безперервному підвищенню рівня медичної допомоги, що надається військовослужбовцям [6].

Основною метою програм медичної реабілітації для військовослужбовців є лікування та усунення фізичних травм і захворювань, які могли бути отримані під час служби. Наслідки мінно-вибухових поранень можуть бути важкими – призвести до втрати працездатності, втрати пам'яті, втрати слуху та труднощів у адаптації до життєвих ситуацій цивільного населення. Щоб задовольнити ці потреби, які є багатовимірними, програма відновлення повинна мати звичайну структуру, щоб вона всебічно допомагала військовослужбовцям, зосереджуючись на заміні плюс відновленні втраченої або пошкодженої функції разом із створенням і компенсацією. Подібним чином, там, де це необхідно (особливо у віддалених районах), висококваліфіковані фахівці повинні бути направлені для надання допомоги та піклування про тих, хто такої допомоги потребує.

Ці програми, як правило, проводяться в спеціалізованих центрах або санаторіях і включають групу експертів, включаючи лікуючих лікарів, фізіотерапевтів та інших медичних працівників [11]. Кінцевою метою медичної реабілітації є повне відновлення фізичного здоров'я та функціональних можливостей військовослужбовців, що дозволить їм повернутися до повсякденної діяльності та виконання обов'язків. Залежно від конкретних потреб кожної людини, програми медичної реабілітації можуть включати низку методів лікування, таких як фізіотерапія, медикаменти та хірургічні втручання. Щоб досягти оптимальних результатів, вкрай важливо прийняти інтегрований підхід, який поєднує як медичну, так і психологічну реабілітацію, як зазначено в комплексному огляді науково обґрунтованих практик і втручань. Такий підхід підкреслює життєву важливість співпраці між медичними та психологічними професіоналами [8; 9]. У країнах-членах НАТО та їхніх партнерах організація реабілітаційних послуг зосереджена навколо багатопрофільної команди, яка пропонує різноманітну медичну та психологічну підтримку військовослужбовцям. Ці спільні зусилля гарантують, що люди отримують цілісну допомогу, яка враховує не лише їх фізичне здоров'я, але й їхнє психічне благополуччя, таким чином сприяючи повному одужанню та успішній реінтеграції в цивільне життя [3–5]. Рухаючись вперед, вкрай важливо продовжувати досліджувати шляхи покращення цього інтегрованого підходу, визначати будь-які існуючі обмеження чи прогалини в поточній практиці та виступати за подальші дослідження та розробки в цій важливій сфері. Визнаючи потенційні слабкі сторони чи упередження та пропонуючи майбутні напрямки досліджень, ми можемо сприяти постійному розвитку знань у сфері реабілітації військовослужбовців і, зрештою, покращити якість догляду, що надається тим, хто служив у наших країнах [4–12].

Висновки

У військовій охороні здоров'я зростає поширеність інтегрованих програм реабілітації, які поєднують медичне та психологічне лікування. Ці програми мають на меті надання всебічної допомоги для задоволення фізичних, емоційних і соціальних потреб осіб, які постраждали від травми. Основною метою цих програм є збереження та відновлення як фізичного, так і психологічного благополуччя, зменшення виникнення та інтенсивності психічних травм, а також сприяння реінтеграції людей у суспільство та їхні професії. Пропонуючи поєднання медичної та психологічної допомоги, ці комплексні програми можуть підвищити загальні результати та покращити якість життя військовослужбовців. Існують не тільки спеціалізовані програми для сприяння відновленню військовослужбовців, але також існує широкий спектр додаткових ресурсів, доступних для підтримки їх психологічної та фізичної реабілітації. Ці ресурси охоплюють програми, які пропонують неурядові організації та фонди, а також ресурси, що надаються державними установами [14–15]. Ці програми можуть пропонувати низку послуг, включаючи консультування та навчання, а також соціальну підтримку. Ефективна координація між зусиллями з психологічної реабілітації та ширшими програмами реінтеграції підвищує стійкість і адаптивність військовослужбовців під час переходу до цивільного життя [7].

Література:

1. Бриндіков Ю. Л. Теоретичні та практичні основи організації реабілітаційної діяльності з комбатантами: навч.метод. посіб. Хмельницький, 2018. 165 с.
2. Л. І. Литвиненко Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців та демобілізованих. *Актуальні проблеми психології. Т. III : Консультативна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України; К. : Логос, 2015. Вип. 11. С. 34–51.*
3. Деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їх сімей та деяким іншим категоріям осіб від 29 листопада 2022 р. № 1338. URL: zakon.rada.gov.ua/go/1338-2022-%D0%BF.

4. Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців та демобілізованих. URL: <https://dzherelo-zhyttia.org/articles/352-mediko-psihologichna-peabilitatsiya-viysykovosluzhbovtsiv-ta-demobilizovanih.html>.
5. Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців та демобілізованих Релаксаційні вправи для дорослих та дітей, які можна робити під час карантину. URL: dzherelo-zhyttia.org.
6. Медична реабілітація – Кафедра реабілітаційної та спортивної медицини Методичні вказівки підготували: д.мед.н., професор В.М. Сокрут – завідувач медичної реабілітації ДонНМУ; к.мед.н., доцент Алексеєва Л.А. – доцент кафедри медичної реабілітації ДонНМУ. URL: http://kaf-fis-reab.dsmu.edu.ua/?page_id=445.
7. Модель психологічної реабілітації при ПТСР. URL: www.dkpp.com.ua.
8. Міноборони України; Наказ, Інструкція від 04.11.2016 № 591 «Про затвердження Інструкції про організацію санаторно-курортного лікування, медичної та медико–психологічної реабілітації у Збройних Силах України». URL: zakon.rada.gov.ua/go/z1538-16.
9. Особливості організації медико-психологічної допомоги (PDF). URL: www.researchgate.net.
10. Програма реабілітації та адаптації осіб з інвалідизуючими захворюваннями URL: vseosvita.ua/library/embed/01001npz-d47e.docx.html.
11. Програми психологічної підтримки та медичної реабілітації. URL: poda.gov.ua/news/119429.
12. Психологічна допомога дітям та реабілітація під час війни. URL: biloruska.foundation/mentalnezdorovia.
13. Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 82 с.
14. Стратегія НАМН України. URL: amnu.gov.ua/strategiya.
15. Теоретичні та практичні основи організації реабілітаційної діяльності з комбатантами: навч. метод. посіб. Ю. Л. Бриндіков. Хмельницький, 2018. 165 с.