

заходів, спрямованих на покращення життя цих осіб. З цією метою розглянуто соціально-психологічний супровід осіб з інвалідністю, як умову їхньої успішної соціальної інтеграції, та побудовано сучасну парадигму соціальної інтеграції осіб з інвалідністю. Визначено та охарактеризовано основні групи бар'єрів, які перешкоджають особам з інвалідністю мати повноцінне соціальне життя, та запропоновано методи їхнього подолання.

Авторкою зазначено, що дослідження умов соціально-психологічного супроводу осіб з інвалідністю вимагає, перш за все, осмислення сутності і природи соціально-психологічної адаптації. При цьому слід звернути увагу на той факт, що проблеми адаптації інвалідів мають не тільки об'єктивний, а й суб'єктивний характер. Пошук методів розв'язання проблеми соціальної інтеграції осіб з інвалідністю потрібно починати з глибокого аналізу бар'єрів, які стоять на шляху в таких осіб. Важливим є комплексний підхід і використання різних методів одночасно для досягнення більш швидкого і ефективного результату. У статті запропоновано сучасну парадигму соціальної інтеграції осіб з інвалідністю. Проведене дослідження дало змогу дійти висновку, що соціально-психологічний супровід осіб з інвалідністю відіграє одну з провідних ролей у їхній соціальній інтеграції та стає можливим лише при розвитку і збагаченні макросоціальних, психологічних і соціальних умов середовища. Соціально-психологічний супровід – це спеціально організований процес, що передбачає створення оптимально доступного середовища, в якому можливий розвиток загальнокультурних, професійних компетенцій і розвиток психологічно здорової особистості.

Ключові слова: особи з інвалідністю, соціально-психологічний супровід, соціальна інтеграція, групи бар'єрів, повноцінне життя, адаптація, соціальне середовище, умови середовища.

Відомості про автора

Оверчук Вікторія Анатоліївна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса, м. Вінниця, Україна.

Overchuk, Viktoriya Anatoliivna, PhD (Psychology), docent, Associate Professor at the Department of Psychology of Vasyl` Stus Donetsk National University, Vinnytsia, Ukraine.

E-mail: vik.over030506@gmail.com

УДК 159.0-027.533-044.332-058.65

Орловська О. А.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СІМЕЙНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Орловська О. А. Психологічні чинники сімейної адаптації учасників бойових дій. У статті проаналізовано психологічні чинники сімейної адаптації учасників бойових дій. Автором підкреслено, що переживання адаптації в учасників бойових дій проявляється індивідуально. Виокремлено реакції учасників бойових дій на психотравмуючі ситуації. Визначено, що адаптація може проходити із ускладненнями, що може стати ознакою дезадаптивності. Виокремлено клінічні варіанти розладів адаптації, які можуть впливати на психологічний клімат у сім'ї. Автором підкреслено, що в період адаптації потужним ресурсом є підтримка та розуміння сім'ї. Зазначено про психологічну допомогу учасникам бойових дій та їхнім сім'ям, визначено її цілі та завдання. Розроблено рекомендації для членів сім'ї учасника бойових дій для переживання періоду адаптації.

Ключові слова: адаптація, психологічні чинники, учасники бойових дій, сім'я, психологічна допомога, цивільне життя.

Орловская О. А. Психологические факторы семейной адаптации участников боевых действий. В статье проанализированы факторы семейной адаптации участников боевых действий. Автором подчеркнута, что адаптация у участников боевых действий проявляется индивидуально. Выделены реакции участников боевых действий на психотравмирующие ситуации. Определено, что адаптация может проходить с осложнениями, что может стать признаком дезадаптивности. Выделены клинические варианты расстройств адаптации, которые могут влиять на психологический климат в семье. Автором подчеркнута, что в период адаптации мощным ресурсом является поддержка семьи, определены ее цели и задачи. Упомянуто о психологической помощи участникам боевых действий и их семьям. Разработаны рекомендации для членов семьи участника боевых действий для переживания периода адаптации.

Ключевые слова: адаптация, психологические факторы, участники боевых действий, семья, психологическая помощь, гражданская жизнь.

Постановка проблеми. Проблематика психологічних чинників адаптації особистості до нових умов займає чільне місце у психологічних дослідженнях. У зв'язку із актуальними подіями в нашій країні підвищується увага до чинників сімейної адаптації учасників бойових дій після повернення до умов цивільного життя. Поза межами нашої держави аспект психологічної адаптації викликає не менший інтерес у зв'язку із наявністю в тій чи іншій країні воєнних дій. Зважаючи на непростий характер діяльності та перебування в стресових умовах, період адаптації учасника бойових дій може стати черговим стресом. В цьому випадку сім'я може стати потужним ресурсом підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика адаптації учасників бойових дій розкрита рядом авторів. Загальнотеоретичні підходи розкрито у дослідженнях Р. Абдурахманова, Л. Вакуленка, Т. Добровольської, М. Зеленової, О. Карояні, Л. Китаєва-Смика, П. Корчемного, В. Маслюка, Є. Миска, В. Попова, Є. Снедкова, С. Седіна, І. Соловйова, Н. Тарабріной, С. Харченка, А. Єна, Л. Яковлевої. Серед вітчизняних науковців різноманітні аспекти даної теми вивчено В. Алешенком, Ю. Бриндіковим, О. Караман, В. Лесковим, М. Масловою, Н. Олексюком, Н. Пономаренком, О. Савченко, В. Турбан, О. Хмільяром. В межах закордонного досвіду слід відмітити внесок С. Вільямса, Дж. Вілсона, Л. Калхуна, В. Холла, Д. Кишбога, Р. Лауфер, Р. Скурфілда та інших. Проблема соціально-психологічної адаптації досліджена науковцями Г. Андрєєвою, Ю. Бохонковою, А. Вейном, І. Дроговозом, Н. Завацькою, О. Зотовою, С. Зражевським, Т. Кабаченко, Н. Киселів, В. Кислим, Ю. Клейбергом, І. Коном, І. Кряжевою, І. Милославою, А. Налчаджаном, Б. Паригіною, А. Петровським, Ж. Піаже, О. Самохваловою, О. Сафіном, О. Ткачишиною, О. Урбановіч, М. Ярошевським.

Психологічний аспект впливу перебування у зоні бойових дій розкрито у працях О. Блінова, О. Бойка, О. Бондаренко, А. Бородія, О. Буковської, В. Крайнюка, Є. Литвиновського, О. Макаревича, М. Мушкевич, А. Романишина. Дослідженням питання реадaptaції учасників АТО, яке нині надзвичайно актуально у науковому осередку, присвятили свої роботи С. Басараб, О. Буковська, О. Буряк, С. Васильєв, В. Гічун, О. Друзь, Л. Жаліло, А. Караян, В. Князевич, М. Кравченко, Л. Кудрик, А. Кучер, М. Локтев, І. Лубківський, І. Мульована, М. Мушкевич, О. Напреенко, І. Сиромятніков, О. Сироп'ятов, В. Синишина, Ю. Смелов, Ю. Сурмяк, О. Тополь, Р. Торговицький, О. Філатова, А. Чаплигін та інші учені.

Складнощі психологічного характеру, з якими стикаються учасники бойових дій після повернення до умов мирного цивільного життя, можуть призводити до формування специфічних взаємовідносин у сім'ї, викликати ускладнення і бар'єри. З огляду на зростаючу кількість українських сімей, в яких є колишні учасники бойових дій, проблема адаптації членів сім'ї потребує детального теоретичного осмислення. Оскільки від того, як не тільки військовослужбовець, а й члени сім'ї переживають період адаптації, залежать їх майбутні взаємовідносини.

Мета статті – виявлення психологічних чинників адаптації учасників бойових дій та членів їхніх сімей.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. В загальному розумінні, соціальна адаптація – це формування найбільш адекватних стереотипів поведінки в умовах змінюваного мікросоціального середовища [2, с. 60]. Під адаптацією учасників бойових дій ми розуміємо процес пристосування особистості до нових умов соціального середовища через оволодіння нормами поведінки, пристосування до вимог суспільства: маємо на увазі узгодження розбіжностей між вимогами і очікуваннями соціуму стосовно людини та її реальною поведінкою, і між можливостями людини та реаліями соціального середовища, в якому вона перебуває. В процесі адаптації до нових умов життя учасники бойових дій можуть переживати психологічні труднощі, які обумовлені кардинальними змінами діяльності, що викликає стрес. Поява складнощів в адаптації учасників бойових дій до умов цивільного життя призводить до формування специфічних відносин у всій сім'ї, оскільки близьке оточення відіграє особливу роль: підтримка, розуміння, емпатія близьких є потужним фактором для адаптації людини до нових умов життя, що дозволяє особистості укріпити власний психологічний стан. Дослідник адаптації військовослужбовців Ю. Бриндіков влучно зауважує, що «успішна адаптація залежить не тільки від зовнішнього середовища, соціального оточення і фізіологічних процесів, але й від особистісних структур, властивостей, характеристик, однією з яких є емоційна стійкість, що забезпечує безпеку особистості, а отже, і психологічну адаптацію» [3, с. 74].

Перебування в зоні бойових дій супроводжується сильним психотравмуючим впливом через екстремальні ситуації, в які потрапляє учасник бойових дій, що неминуче впливає на психологічний стан, в тому числі й після повернення до цивільного життя. Військовослужбовці-учасники бойових дій переживають морально-психологічні, фізичні навантаження, що руйнують звичне сприйняття, змінюють поведінку. В ряді досліджень автори дійшли висновку, що приблизно 25–30% військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, переживають хронічні посттравматичні стани, що викликані впливом стресових факторів [6]. Реакціями організму на психотравмуючу ситуацію можуть стати:

- фізичні реакції (безсоння, постійна втома; проблеми зі шлунком та вживанням їжі; головний біль та пітливість при думці про війну; швидке серцебиття і дихання; загострення наявних захворювань);
- емоційні реакції (погані сни, кошмари; часті негативні спогади про війну; злість, ненависть; відчуття безпорадності, страху, нервування; відчуття суму, самотності, непотрібності; відчуття збудження, схвильованості; відчуття шоку, оніміння, неможливості відчувати позитивні

емоції; легко погіршуваний настрій; почуття провини, сорому, самосуду; почуття безнадії щодо майбутнього) [1, с. 9–10].

Якщо адаптація до умов цивільного життя проходить із більшими ускладненнями, за певних ознак можна стверджувати про дезадаптивність. Дослідник проблеми психологічної адаптації військовослужбовців В. Чайка виділив ознаки дезадаптованості: переживання тривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів без знаходження психічних механізмів і форм поведінки, необхідних для їхнього вирішення; нервово-психічні захворювання, депресії, виснаження нервової системи, серцево-судинні захворювання [9, с. 142]. Переживання адаптації в учасників бойових дій проявляється індивідуальними ознаками. В разі складного психологічного стану, проявів клінічних симптомів, довготривалого стресового стану, людині необхідна спеціалізована допомога. Але навіть якщо симптоматика не виражена яскраво, або не виражена зовсім, вплив від пережитих травмуючих подій може проявитися згодом, адже «посттравматичний синдром – це бомба уповільненої дії, він може проявитися через півроку, а може і через десять років» [5, с. 178].

Виокремлюють два основні клінічні варіанти розладів адаптації. Вони різняться особливостями домінуючої симптоматики:

1) афективний варіант. Містить підваріанти: депресивний (депресивна оцінка себе, середовища та перспектив, відчуття пригніченості, смутку, підвищена плаксивість, фіксація на негативних подіях свого життя; можуть виникати відчуття безвихідного становища, самотності, безпорадності, залежності від оточуючих людей і обставин; невпевненість щодо свого професіоналізму, адекватності своїх потреб і вимог, зменшення мотивації до трудової діяльності); тривожний (переважно відбувається порушення інших емоцій: відчуття психічного і фізичного дискомфорту, немотивована напруженість, нав'язливі уявлення, загальна стурбованість та нервозність, неможливість розслабитись, відчуття внутрішнього тремтіння або «дискомфорт» і «тиск» у грудях, неспокійного очікування будь-якого лиха або неприємностей); змішаний (поєднання симптомів психічної і соматичної тривоги);

2) поведінковий варіант проявляється у дезадаптивній або дизсоціальній поведінці: надмірна збудливість та дратівливість, короткочасні реакції образи, гніву, агресивності, які супроводжуються непродуктивною метушливістю і конфліктною поведінкою. Також спостерігається нетерпимість до всього, що відбувається навколо, тенденція до обвинувачення оточуючих [8, с. 12–13].

З огляду на складний характер процесу адаптації, військовослужбовці потребують підтримки – в такому разі сім'я є вагомим ресурсом в психологічній адаптації. Зокрема, члени родини можуть продемонструвати свою готовність вислухати, дізнатися якомога більше про симптоми посттравматичного стресового розладу, сходити разом до психолога, взяти участь у допомозі, надати певний простір, але заохочувати до спільних занять, цікавої діяльності, до отримання радісних відчуттів. Механізми уникнення можуть примушувати людину сумніватися щодо потреби бути поряд з іншими людьми, однак членам родини необхідно намагатися підтримувати соціальну активність, оскільки підтримка є дуже важливою [7, с. 29].

Окремим напрямком роботи є робота із сім'ями учасників бойових дій перед їх поверненням. Рекомендації та роз'яснення для сім'ї допоможуть сприяти більш комфортним умовам в цей період:

1. Необхідно уважно вислуховувати розповіді свого партнера про те, що йому довелося пережити – дуже важливо дати йому висловитися в комфортній обстановці моральної підтримки близької і коханої людини.

2. Потрібно намагатися допомогти своїй близькій людині психологічно повернутися в нормальне звичне життя.

3. Проявляти увагу і терпіння до проблем близької людини, які неминуче виникають після бойового стресу, до його психологічного дискомфорту, до підвищеної дратівливості, можливого тривалого депресивного стану тощо – сім'ї слід усвідомити, що це тимчасове явище, з яким треба допомогти впоратися.

4. Необхідно враховувати, що за час розлуки усі члени сім'ї дещо змінилися, необхідний якийсь час, щоб знову звикнути один до одного.

5. Особливу увагу треба приділити дітям. Важливо, щоб при відновленні відносин з чоловіком вони не опинилися без належної уваги і турботи.

6. Створювати сприятливу інтимну обстановку, давати зрозуміти партнеру, що в ньому мають потребу і підтримують його в подальшому житті.

7. Не заохочувати вживання алкоголю – при можливості, ввести мораторій на алкоголь у сім'ї. Активно розпитувати, доброзичливо та уважно вислуховувати про найбільш неприємні та важкі переживання – при цьому зменшується афективна напруга, структуруються переживання, активізується цілеспрямована діяльність постраждалих [4, с. 140].

Надання комплексної допомоги військовослужбовцю, який опинився в складному психологічному стані після повернення із зони бойових дій, надається в рамках психологічної реабілітації. Метою психологічної реабілітації є надання учасникам бойових дій допомоги для відновлення психічного стану здоров'я до оптимального, необхідного для проведення діяльності, підтримки оптимальних відносин з членами сім'ї. В разі якщо військовослужбовець звертається до центру соціально-психологічної реабілітації учасників бойових дій, то він може отримати різносторонню фахову допомогу: медичну реабілітацію; заходи для соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій та членів їх сімей у системі ринкових відносин (індивідуальна психологічна та психотерапевтична допомога, групові та індивідуальні форми реабілітації); соціально-психологічну підтримку для нього та для членів його сім'ї; профконсультування, первинну або додаткову професійну освіту; сприяння в працевлаштуванні; соціально-правовий захист [10, с. 60].

Для психологічної допомоги сім'ям колишнім учасників бойових дій американські дослідники виділяють такі завдання [11]:

1) подолання у ветерана ідентифікації з образом «пацієнта» в сім'ї, стану депресії, емоційної і соціальної відчуженості, неадекватних реакцій (прояв відстороненості) на хворобу і горе інших членів сім'ї;

2) подолання випадків насильства в сім'ї, зловживання алкоголем і наркотиками, прагнення до тривалої відсутності в сім'ї;

3) подолання небажання учасника бойових дій розповідати про свій військовий досвід, зменшення психологічної дистанції між ветераном і дітьми, поліпшення відносин між подружжям;

4) психологічна допомога жінкам ветеранів, надання взаємопідтримки в сім'ї.

Дослідник Ю. Бриндіков визначає цілі психологічної терапії із сім'ями учасників бойових дій: діагностика психоемоційного стану кожного члена сім'ї, який бере участь у сімейній психотерапії; покращення психоемоційного стану всіх членів сім'ї, особливо комбатанта; формування умінь чітко розподіляти ролі з відповідними правами й обов'язками; в разі потреби – зміна або обмін ролями; вдосконалення комунікаційного стилю взаємодії у сім'ї (адекватна реакція на критику); створення сприятливих морально і фізично здорових взаємовідносин у сім'ї; програвання найбільш проблемних ситуацій, пошук можливих варіантів їхнього розв'язання; розвиток умінь спільно розв'язувати проблеми, переходячи з індивідуального контексту на системний сімейний; формування вмінь будувати гармонійні стосунки у сім'ї; вироблення та прийняття чітких правил поведінки у сім'ї; визначення індивідуальних і сімейних системних цілей [3, с. 227].

Проаналізувавши тему, ми розробили список рекомендацій, які направлені на психологічну адаптацію та покращення стосунків в сім'ях учасників бойових дій, які можна сформулювати наступним чином:

1. Прийняти та усвідомити зміни, які відбулися або відбудуться у людини, яка повернулася із зони бойових дій.

2. Члени сім'ї мають зрозуміти зміну системи цінностей людини після її перебування в зоні бойових дій.

3. Члени сім'ї мають усвідомити нові «правила життя», які сформувались у військовослужбовця.

4. Критерієм для психологічної роботи в сім'ї з учасником бойових дій є його власна готовність до неї.

5. Членам сім'ї рекомендується не намагатися прискорити події, а дати час, який для нього буде достатнім для адаптації.

6. Створити умови та сприяти тому, щоб учасник бойових дій знайшов свій власний спосіб адаптації до мирного життя, і в разі необхідності, залучити відповідних фахівців.

7. Створити атмосферу довіри в сім'ї.

8. Члени сім'ї мають розуміти, що довіра військовослужбовця до них і до побратимів відрізняються за смисловим значенням.

9. Членам сім'ї необхідно з повагою ставитися до особистих меж колишнього військовослужбовця та окреслювати свої.

10. Члени сім'ї мають проявляти терпіння, повагу та зберігати спокій.

Зазначені рекомендації висвітлюють адаптацію як процес, що відбувається як в учасника бойових дій, так і в членів його сім'ї, що в нього залучені, оскільки усі члени сім'ї пристосовуються до нових умов існування і зміненого характеру взаємовідносин. Ми впевнені, що виконання даних рекомендацій може суттєво вплинути на взаємовідносини в сім'ї в період адаптації.

Висновки. Таким чином, процес адаптації учасників бойових дій та їх сімей до цивільного життя є складним процесом пристосування до нових умов існування. Психологічні чинники в цьому процесі посідають ключове місце, оскільки ці аспекти адаптації учасника бойових дій можуть

вплинути на психологічний клімат сім'ї, характер їх взаємовідносин. Для учасника бойових дій сім'я є потужним ресурсом підтримки, а розроблені рекомендації для членів сім'ї можуть позитивно вплинути на перебіг процесу адаптації.

Перспективи подальших досліджень. У контексті адаптації учасників бойових дій все ще недостатньо вивченими та розкритими є техніки та практики для роботи із українськими учасниками бойових дій для усунення посттравматичного стресового розладу, до чого ми звернемося у своїх наступних дослідженнях.

Список використаних джерел

1. Акименко Ю. Ф. Як допомогти родині учасника бойових дій : [методичний посібник для соціальних працівників і психологів] / Ю. Ф. Акименко, Т. І. Сила. – Чернігів : Десна Поліграф, 2017. – 144 с.
2. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях : [навч. посіб.] / О. В. Безпалько. – К. : Логос, 2003. – 134 с.
3. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.05 / Бриндіков Юрій Леонідович. – Тернопіль, 2019. – 559 с.
4. Буряк О. О. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом / О. О. Буряк, М. І. Гіневський, Г. Л. Катеруша // Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. – Х., 2015. – Вип. 3. – С. 137–141.
5. Буряк О. О. Військовий синдром «АТО»: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні / О. О. Буряк, М. І. Гіневський, Г. Л. Катеруша // Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. – Х., 2015. – Вип. 2. – С. 176–181.
6. Кучеренко С. М. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя / С. М. Кучеренко, Н. М. Хоменко // Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. – 2017. – Вип. 21. – С. 66–74.
7. Пам'ятка для сімей військовослужбовців, які повернулися з зони АТО / за ред. Майстренко Т. М., пер. з англ. Масик О. Л. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psyservice.org/wp-content/uploads/2015/03/Повернення-із-зони-бойових-дій.pdf>.
8. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : колективна монографія / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. І. Мушкевич – Луцьк : Вежа-Друк, 2016. – 260 с.
9. Чайка В. Г. Факторы успешной социально-психологической адаптации офицеров, уволенных в запас, к трудовой деятельности : учебно-методическое пособие / В. Г. Чайка. – М. : Сфера, 2008. – 288 с.
10. Чапляк А. П. Основні напрямки реабілітації учасників бойових дій / А. П. Чапляк, О. П. Романів, Б. А. Надь // Україна. Здоров'я нації. – 2018. – №3/1 (51). – С. 59–61.
11. Williams, S. M. Family Therapy of Vietnam Veterans. The Trauma of War // S. M. Williams, T. Williams // ed. S. Sonnenberg, A. Blank, J. Tallbot. In the trauma of war: stress and recovery in the Viet Nam veterans. – Washington : American Psychiatric Press, 1985. – P. 193–209.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Akymenko Yu. F. Yak dopomohty rodyni uchasnyk boiovykh dii : [metodychnyi posibnyk dlia sotsialnykh pratsivnykyv i psykhoholohiv] / Yu. F. Akymenko, T. I. Syl. – Chernihiv : Desna Polihraf, 2017. – 144 s.
2. Bezpalko O. V. Sotsialna pedahohika v skhemakh i tablytsiakh : [navch. posib.] / O. V. Bezpalko. – K. : Lohos, 2003. – 134 s.
3. Bryndikov Yu. L. Teoriia ta praktyka reabilitatsii viiskovosluzhbovtziv-uchasnykiv boiovykh dii v systemi sotsialnykh sluzhb : dys. ... doktora ped. nauk : 13.00.05 / Bryndikov Yurii Leonidovych. – Ternopil, 2019. – 559 s.
4. Buriak O. O. Shliakhy ta metody reabilitatsii osib z «viiskovym syndromom» ta posttravmatychnym stresovym rozladom / O. O. Buriak, M. I. Hinevskiyi, H. L. Katerusha // Zbirnyk naukovykh prats Kharkivskoho universytetu Povitrianykh Syl. – Kh., 2015. – Vyp. 3. – S. 137–141.
5. Buriak O. O. Viiskoviy syndrom «ATO»: aktualnist ta shliakhy vyrishennia na derzhavnomu rivni / O. O. Buriak, M. I. Hinevskiyi, H. L. Katerusha // Zbirnyk naukovykh prats Kharkivskoho universytetu Povitrianykh Syl. – Kh., 2015. – Vyp. 2. – S. 176–181.
6. Kucherenko S. M. Orhanizatsiini osoblyvosti sotsialno-psykhoholohichnoi adaptatsii viiskovosluzhbovtziv, yaki braly uchast u boiovykh diiakh, do umov myrnoho zhyttia / S. M. Kucherenko, N. M. Khomenko // Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykhoholohii. Zbirnyk naukovykh prats. – 2017. – Vyp. 21. – S. 66–74.
7. Pamiatka dlia simei viiskovosluzhbovtziv, yaki povernulysia z zony ATO / za red. Maistrenko T. M., per. z anhl. Masyk O. L. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu : <http://psyservice.org/wp-content/uploads/2015/03/Povernennia-iz-zony-boiovykh-dii.pdf>.
8. Psykhoholohichna dopomoha uchasnykam ATO ta yikh simiam : kolektyvna monohrafiia / M. I. Mushkevych, R. P. Fedorenko, A. P. Melnyk [ta in.] ; za zah. red. M. I. Mushkevych – Lutsk : Vezha-Druk, 2016. – 260 s.
9. Chajka V. G. Faktory uspeshnoy social'no-psyhologicheskoy adaptatsii oficerov, uvolennykh v zapas, k trudovoj dejatel'nosti : uchebno-metodicheskoe posobie / V. G. Chajka. – M. : Sfera, 2008. – 288 s.
10. Chapliak A. P. Osnovni napriamky reabilitatsii uchasnykiv boiovykh dii / A. P. Chapliak, O. P. Romaniv, B. A. Nad // Ukraina. Zdorovia natsii. – 2018. – №3/1 (51). – S. 59–61.
11. Williams, S. M. Family Therapy of Vietnam Veterans. The Trauma of War // S. M. Williams, T. Williams // ed. S. Sonnenberg, A. Blank, J. Tallbot. In the trauma of war: stress and recovery in the Viet Nam veterans. – Washington : American Psychiatric Press, 1985. – P. 193–209.

Orlovska, O. A. Combatants' family adaptation psychological factors. The article analyzes the ex-combatants' family adaptation factors. Ex-combatants' adaptation is defined as the process of their adaptation to new social environment through their adoption of the behavioral norms to meet social requirements. A combat zone can make a heavy traumatic impact on an individual, which inevitably affects their psychological state including post-war civilian life. The author emphasizes that ex-combatants' social re-adaptation manifests itself individually.

The author analyzes combatants' reactions to traumatic situations and stresses out that re-adaptation to a civilian life may have serious complications including social maladaptation. The author describes some clinical types of adaptation disorder that may affect war veterans' family wellbeing and discusses the goals and methods of psychological assistance given to ex-combatants and their families.

The author emphasizes a significant role of family support and understanding in effective ex-combatants' re-adaptation. The recommendations proposed by the author to ease war veterans' social re-adaptation include the family members' acceptance and understanding of war veterans' personal and behavioral changes, changed value systems and new life rules. Besides, family members should be patient and understand that re-adaptation is a long process guided by the war veterans' desire and interests, they should respect war veterans' personal boundaries, as well as create a friendly and trustful family atmosphere.

Keywords: adaptation, psychological factors, combatants, family, psychological assistance, civilian life/

Відомості про автора

Орловська Ольга Анатоліївна, аспірант кафедри психології та соціальної роботи Інституту підготовки кадрів Державної служби зайнятості України Міністерства соціальної політики України, м. Київ, Україна.

Orlovska, Olha Anatoliivna, post-graduate student of the Department of Psychology and Social Work in Institute of training of the State Employment Service of Ukraine of Ministry of Social Policy of Ukraine, Kyiv, Ukraine.

E-mail: ppechkin@ukr.net