

Віталій Шановал,*аспірант кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля,
вул. Січеславська Набережна, 18, м. Дніпро, Україна,
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-1602-9649>*

ДОСВІД ПРОФЕСІЙНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ ВІЙНИ У В'ЄТНАМІ ДЛЯ УКРАЇНИ

У статті розглянуто досвід професійної реабілітації учасників війни у В'єтнамі для України для захисників та учасників бойових дій ЗСУ. Відповідно до Закону України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні», професійна реабілітація – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення здатності особи з інвалідністю до трудової діяльності, набуття нею нових знань, умінь та навичок, необхідних для виконання професійної діяльності або сприяння працевлаштуванню. Цей досвід є цінним для України, оскільки дозволяє побачити, які підходи до реабілітації є ефективними та які проблеми можуть виникнути в процесі лікування та повернення до звичайного, мирного життя в суспільстві.

Ключові слова: реабілітація, учасники бойових дій, військова служба, в'єтнамський синдром, посттравматичний стресовий розлад, методи діагностики, лікувальні етапи, комплекс дій.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Військова служба є одним із найскладніших видів діяльності людини, яка може призвести до виникнення різноманітних проблем психологічного та соціального характеру. Учасники бойових дій, які зазнали травми внаслідок бойових дій, особливо потребують професійної реабілітації, яка допоможе їм адаптуватися до мирного життя та відновити втрачені можливості.

Війна – це трагедія, яка завдає непоправної шкоди людству. Вона не лише забирає життя, а й залишає глибокий слід у душах тих, хто її пережив. Учасники бойових дій часто стикаються з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), який може негативно позначитися на їхньому житті та професійній діяльності.

Участь у війнах у В'єтнамі, Іраку, Афганістані та, на жаль, в Україні, призвели до появи у суспільстві проблеми професійної реабілітації учасників бойових дій. Ця проблема є складною та багатогранною, оскільки вимагає комплексного підходу, що враховує фізичні, психологічні та соціальні аспекти реабілітації.

Мета та завдання. Концепція реабілітації є системою заходів, спрямованих на швидке і максимально повне відновлення фізичного, психологічного та соціального статусу пацієнта з метою активної інтеграції пацієнта в суспільство з досягненням для нього можливої соціальної та економічної незалежності. Одним з першочергових завдань є впровадження комплексних, інтегрованих, ефективних систем охорони психічного здоров'я, в яких обов'язковими повинні бути такі елементи, як зміцнення здоров'я, профілактика, лікування та реабілітація, догляд і відновлення здоров'я.

У статті розглянуто досвід професійної реабілітації учасників війни у В'єтнамі. Цей досвід є цінним для України, оскільки в ньому відображені як успіхи, так і помилки, які були допущені в минулому.

Методи дослідження. В'єтнамська війна тривала з 1955 по 1975 рік та була однією з найкривавіших війн

у XX столітті. У ній брали участь понад 2,5 мільйона американських військовослужбовців, з яких близько 300 тисяч отримали поранення та травми.

Після закінчення війни у багатьох ветеранів війни виникли проблеми психологічного та соціального характеру. Вони відчували тривогу, депресію, порушення сну та пам'яті, а також були схильні до агресивної поведінки. Ці проблеми стали відомі як *в'єтнамський синдром*.

В'єтнамський синдром став одним з перших психоневрологічних розладів, які були широко вивчені та описані. На його основі були розроблені ефективні програми професійної реабілітації учасників бойових дій.

Розглянемо більш детально основні завдання та етапи (мету, методи, тривалість та ефективність діагностики) професійної реабілітації учасників *в'єтнамського синдрому*.

Серед завдань реабілітації можна виділити:

- усунення симптомів розладу;
 - відновлення фізичного та психічного здоров'я;
 - повернення до повноцінного життя у суспільстві.
- Реабілітація проводиться у кілька етапів:

1 етап – діагностичний.

Діагностичний етап є першим і найважливішим етапом у лікуванні посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у учасників бойових дій. На цьому етапі проводиться оцінка стану пацієнта, виявляються симптоми розладу, визначаються його особливості та тяжкість.

Мета діагностичного етапу:

- виявити наявність ПТСР у пацієнта;
- оцінити тяжкість розладу та його вплив на життя пацієнта;
- визначити необхідність та обсяг подальшого лікування.

Методи діагностики ПТСР у учасників бойових дій:

Інтерв'ю. Лікар-психотерапевт проводить з пацієнтом бесіду, в ході якої збирає інформацію про його

особисті дані, історію життя, військовий досвід, симптоми, що турбують пацієнта.

Спеціальні опитувальники та тести. Існує ряд спеціально розроблених інструментів, які дозволяють оцінити наявність і тяжкість ПТСР. До таких інструментів належать, наприклад, шкала оцінки посттравматичного стресового розладу (PTSD-Checklist), шкала оцінки ПТСР для військовослужбовців (PCL-M), шкала оцінки ПТСР для цивільних осіб (PCL-C).

Психофізіологічні дослідження. Дослідження електроенцефалографії (ЕЕГ), електрокардіографії (ЕКГ), артеріального тиску, дихання можуть допомогти виявити особливості функціонування нервової системи, пов'язані з ПТСР.

Симптоми ПТСР, які можуть бути виявлені на діагностичному етапі:

Реінкарбування травматичної події. Це можуть бути нав'язливі думки про травматичну подію, кошмари, флешбеки.

Уникнення ситуацій, пов'язаних з травматичною подією. Це може бути уникнення місць, людей, подій, які нагадують про травму.

Зміни настрою та поведінки. Це можуть бути тривога, депресія, відчуття провини, гніву, апатія, проблеми зі сном, концентрацією уваги, працездатністю.

На підставі результатів діагностики лікар визначає, чи відповідає стан пацієнта критеріям ПТСР, встановленим Міжнародною класифікацією хвороб (МКХ-11). Якщо діагностовано ПТСР, лікар визначає тяжкість розладу та необхідність та обсяг подальшого лікування.

2 етап – лікувальний.

Лікувальний етап психотерапії є найважливішим, оскільки на ньому відбувається пряма робота з проблемою клієнта. Мета цього етапу – усунути або зменшити симптоми, які викликають у клієнта страждання, і допомогти йому змінити своє ставлення до себе та світу.

На лікувальному етапі можуть застосовуватися різні методи психотерапії. Найбільш поширеними є:

– Медикаментозна терапія. Медикаменти можуть бути ефективними для лікування деяких психічних розладів, таких як депресія, тривога та шизофренія.

– Психотерапія. Психотерапевтичні методи спрямовані на допомогу клієнту усвідомити свої проблеми, змінити свої непродуктивні думки та поведінку та розвинути здорові coping-механізми.

– Інші методи. У деяких випадках можуть застосовуватися інші методи, такі як арт-терапія, групова терапія, когнітивно-поведінкова терапія та т.д.

Медикаментозна терапія

Медикаменти можуть бути ефективними для лікування деяких психічних розладів, таких як депресія, тривога та шизофренія. Вони можуть допомогти покращити симптоми, такі як депресія, тривога, галюцинації та марення.

Медикаменти зазвичай призначаються лікарем-психіатром. При виборі препаратів враховуються такі

фактори, як тип розладу, тяжкість симптомів, вік клієнта та його загальний стан здоров'я.

Психотерапія

Психотерапія є одним з найефективніших методів лікування психічних розладів. Вона спрямована на допомогу клієнту усвідомити свої проблеми, змінити свої непродуктивні думки та поведінку та розвинути здорові coping-механізми.

Існує багато різних видів психотерапії, кожна з яких має свої особливості. Найпоширенішими методами є когнітивно-поведінкова терапія, психодинамічна терапія та системна терапія.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) спрямована на зміну непродуктивних думок і поведінки, які сприяють виникненню і підтримці психічних розладів.

Психодинамічна терапія спрямована на розуміння та вирішення несвідомих конфліктів, які можуть призводити до психічних розладів.

Системна терапія розглядає психічні розлади в контексті сім'ї або інших соціальних груп.

У деяких випадках можуть застосовуватися інші методи, такі як арт-терапія, групова терапія та т.д.

Арт-терапія – це форма психотерапії, яка використовує творчі види діяльності, такі як малювання, музика, танці та т.д., для допомоги клієнтам у самовираженні та вирішенні проблем.

Групова терапія – це форма психотерапії, в якій кілька клієнтів зустрічаються разом з терапевтом для спільної роботи над вирішенням проблем.

Тривалість лікувального етапу

Тривалість лікувального етапу залежить від типу розладу, тяжкості симптомів та індивідуальних особливостей клієнта. Зазвичай він триває від декількох місяців до року і більше.

Оцінка ефективності лікування

Ефективність лікування оцінюється на основі таких критеріїв, як зниження симптомів психічного розладу, покращення якості життя клієнта, збереження результатів лікування після закінчення терапії.

Лікувальний етап психотерапії є важливим етапом, який може допомогти клієнтам впоратися з психічними розладами і покращити якість свого життя.

3 етап – реабілітаційний.

Реабілітаційний етап є завершальним етапом процесу реабілітації учасників бойових дій. На цьому етапі здійснюється підготовка учасника бойових дій до повернення до повноцінного життя у суспільстві.

Мета реабілітаційного етапу – допомогти учаснику бойових дій адаптуватися до мирного життя, подолати наслідки психотравми, відновити фізичне та психічне здоров'я, знайти роботу, відновити соціальні зв'язки та сімейні стосунки.

Завдання реабілітаційного етапу:

Відновлення фізичного здоров'я. На цьому етапі учасник бойових дій проходить реабілітацію у медичних установах, отримує необхідне лікування та медичну допомогу.

Психологічна реабілітація. На цьому етапі учасник бойових дій отримує психологічну допомогу від фахівців, зокрема від психотерапевтів, психологів, соціальних працівників. Мета психологічної реабілітації – допомогти учаснику бойових дій подолати наслідки психотравми, відновити психічне здоров'я та адаптуватися до мирного життя.

Соціальна реабілітація. На цьому етапі учасник бойових дій отримує допомогу у відновленні соціальних зв'язків та сімейних стосунків. Він може отримати допомогу у працевлаштуванні, навчанні, вирішенні соціальних проблем.

Реабілітаційний етап може проходити у різних формах:

- індивідуальна реабілітація. У цьому випадку учасник бойових дій отримує допомогу від фахівців індивідуально;

- групова реабілітація. Учасник бойових дій отримує допомогу від фахівців разом з іншими учасниками бойових дій;

- комплексна реабілітація. Учасник бойових дій отримує допомогу від фахівців у різних сферах, зокрема у медичній, психологічній та соціальній.

Результати. Тривалість реабілітаційного етапу залежить від індивідуальних потреб учасника бойових дій. Він може тривати від декількох місяців до декількох років.

Успіх реабілітаційного етапу залежить від багатьох факторів, зокрема від індивідуальних особливостей учасника бойових дій, від якості допомоги, яку він отримує, а також від підтримки з боку сім'ї та близьких людей.

На цьому етапі учасник бойових дій повинен бути готовим до того, що реабілітація – це тривалий процес, який вимагає від нього зусиль та наполегливості.

Акцентуємо увагу на деяких професійних порадах, які допоможуть учаснику бойових дій успішно пройти реабілітаційний етап:

«Будьте відкриті до допомоги. Не соромтеся звертатися за допомогою до фахівців».

«Будьте готові до того, що реабілітація – це тривалий процес. Не чекайте, що все стане добре за один день».

«Не порівнюйте себе з іншими. Кожен учасник бойових дій проходить реабілітацію у своєму власному темпі».

«Не забувайте про підтримку з боку сім'ї та близьких людей. Їхня підтримка дуже важлива для вас».

Реабілітація учасників бойових дій – це важливий процес, який допомагає їм повернутися до повноцінного життя у суспільстві.

Для допомоги ветеранам війни у В'єтнамі було розроблено спеціальні програми професійної реабілітації. Ці програми включали в себе психотерапію, медикаментозне лікування, соціальну реадаптацію.

Психотерапія спрямована на допомогу ветеранам війни впоратися з травматичним досвідом, який вони отримали на війні.

Медикаментозне лікування застосовується для полегшення симптомів посттравматичного стресового розладу, таких як тривога, депресія та порушення сну.

Соціальна реабілітація допомагає ветеранам війни адаптуватися до мирного життя та знайти роботу.

В'єтнамський синдром є прикладом того, як посттравматичний стресовий розлад може негативно впливати на професійну діяльність учасників бойових дій. У період війни у В'єтнамі понад 200 тисяч американських військовослужбовців отримали ПТСР. Ця проблема призвела до значних соціальних та економічних витрат для США.

Обговорення. Даваймо проаналізуємо, що собою являє посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)?

ПТСР є психічним розладом, який розвивається в результаті впливу травматичної події. Основними симптомами ПТСР є:

- Повторювані спогади про травматичну подію.

- Уникнення думок або ситуацій, пов'язаних з травматичною подією.

- Негативні зміни настрою та поведінки.

ПТСР може негативно впливати на професійну діяльність учасників бойових дій. Зокрема, він може призводити до:

- Зниження продуктивності праці.

- Труднощів у концентрації уваги.

- Проблем у стосунках з колегами та керівництвом.

- Підвищеного ризику нещасних випадків.

В'єтнамський синдром у ветеранів війни проявлявся у таких формах:

- Відсутність інтересу до роботи.

- Проблеми з концентрацією уваги.

- Труднощі в спілкуванні з колегами та керівництвом.

- Підвищений ризик нещасних випадків.

У деяких випадках посттравматичний стресовий розлад призвів до звільнення з роботи або навіть до самогубства.

В першоджерелах надаються ось такі цікаві дані, на що охоче звернути увагу:

Частота *в'єтнамського синдрому*. За оцінками, від 15% до 30% ветеранів В'єтнамської війни страждають на посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Вплив *в'єтнамського синдрому* на життя ветеранів. ПТСР може призвести до таких проблем, як проблеми з психічним здоров'ям (наприклад, тривога, депресія та фобії), проблеми з фізичним здоров'ям (наприклад, серцево-судинні захворювання та проблеми зі сном), проблеми з міжособистісними стосунками, проблеми з адаптацією до мирного життя.

Учасники бойових дій ЗСУ, які зазнали травми внаслідок бойових дій, також потребують якісної, своєчасної та головної, професійної реабілітації. Професійна реабілітація учасників бойових дій є комплексним процесом, який має на меті допомогти їм адаптуватися до мирного життя та відновити професійну діяльність. На сьогодні в Україні існує ряд програм професійної реабілітації учасників бойових дій. Ці програми реалізуються за участю державних органів, громадських та міжнародних організацій.

Висновки. Професійна реабілітація учасників бойових дій є важливим завданням для забезпечення їхнього

соціального та психологічного благополуччя. Вона повинна бути спрямована на відновлення їхніх професійних навичок та здатності до продуктивної праці, а також на подолання психотравмуючих наслідків бойових дій.

На прикладі в'єтнамського синдрому можна побачити, що професійна реабілітація учасників бойових дій є складним і тривалим процесом. Вона вимагає комплексного підходу, який включає в себе психологічну, медичну та соціальну допомогу.

Основні завдання професійної реабілітації учасників бойових дій:

- відновлення професійних навичок та здатності до продуктивної праці;
- подолання психотравмуючих наслідків бойових дій;
- соціальна адаптація учасників бойових дій.

Для досягнення цих завдань необхідно забезпечити такі умови:

- раннє виявлення та своєчасна допомога учасникам бойових дій, які потребують реабілітації;
- комплексний підхід до реабілітації, який включає в себе психологічну, медичну та соціальну допомогу;
- індивідуальний підхід до реабілітації з урахуванням індивідуальних потреб та можливостей учасників бойових дій.

Успішна професійна реабілітація учасників бойових дій сприяє їхньому соціальному та психологічному благополуччю, а також підвищує їхній внесок у розвиток суспільства.

Акцентуємо увагу на заходах щодо вдосконалення професійної реабілітації учасників бойових дій ЗСУ:

- розробка та впровадження єдиної системи професійної реабілітації учасників бойових дій;
- створення мережі спеціалізованих закладів та установ, які надають послуги з професійної реабілітації учасників бойових дій;
- підготовка та підвищення кваліфікації фахівців, які працюють у сфері професійної реабілітації учасників бойових дій;
- інформування суспільства про важливість професійної реабілітації учасників бойових дій.

Ось деякі конкретні заходи, які сьогодні вживаються для реалізації професійної реабілітації учасників бойових дій в Україні:

- Створення центрів професійної реабілітації, де учасники бойових дій могли б отримати необхідну допомогу від медичних та психологічних фахівців.
- Розробка індивідуальних програм реабілітації для кожного учасника бойових дій.
- Забезпечення фінансової підтримки учасникам бойових дій, які проходять реабілітацію.

Важливо, щоб професійна реабілітація учасників бойових дій була доступною та ефективною. Це допоможе зберегти здоров'я та соціальну адаптацію цих людей, а також сприятиме їхній соціальній інтеграції.

Ось деякі додаткові думки щодо професійної реабілітації учасників бойових дій:

- Реабілітація має бути спрямована не тільки на лікування посттравматичного стресового розладу та

інших психічних проблем, але також на розвиток професійних навичок та соціальних компетенцій.

– Реабілітація має бути тривалою та комплексною. Вона має включати в себе як медичні, так і психологічні, соціальні та професійні заходи.

– Реабілітація має бути адаптованою до індивідуальних потреб кожного учасника бойових дій.

Аналізуючі наслідки в'єтнамського синдрому, можна зробити висновок, що професійна реабілітація учасників бойових дій ЗСУ є важливим завданням, яке має бути вирішено в Україні.

Ми впевнені, що спільними зусиллями ми зможемо допомогти учасникам бойових дій повернутися до нормального, гідного та, головне, мирного життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бриндіков А. В. Соціально-психологічні аспекти професійної реабілітації учасників бойових дій. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 3(43). С. 12–18.
2. Романів О.П., Надь Б.Я. Основні напрямки реабілітації учасників бойових дій. *Вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 3(59). С. 59–61.
3. Бриндіков А. В. Соціально-психологічна реабілітація учасників бойових дій: теорія та практика. Київ : «Академвидав», 2022.
4. Романів О. П., Надь Б. Я. Психологічна реабілітація учасників бойових дій. Ужгород : «УжНУ», 2022.
5. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017.
6. Adler A. *The Vietnam War: A Study of Human Behavior in a Totalitarian Society*. New York : Harper & Row, 1964.
7. Lifton R. J. *Home from the War: Vietnam Veterans, Neither Victims Nor Executioners*. New York : Simon & Schuster, 1973.
8. DeAngelis T. *Living with PTSD: A Survivor's Guide*. New York : HarperCollins, 2018.
9. Jones L. *The Vietnam War: A Concise History*. Oxford : Oxford University Press, 2019.

REFERENCES

1. Brindikov, A. V. (2022). Sotsialno-psykholohichni aspekty profesiinoi reabilitatsii uchasnykiv boiovykh dii [Socio-psychological aspects of professional rehabilitation of combatants]. *Scientific Bulletin of the International Humanitarian University. Series 'Psychology'*, 3(43), 12–18 [in Ukrainian]
2. Romaniv, O. P., Nagy, B. Ya. (2022). Osnovni napriamky reabilitatsii uchasnykiv boiovykh dii [Main directions of rehabilitation of combatants]. *Visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriiia «Psykhologhiia»*, 3(59), 59–61 [in Ukrainian]
3. Brindikov, A. V. (2022). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiia uchasnykiv boiovykh dii: teoriia ta praktyka

[Socio-psychological rehabilitation of combatants: theory and practice]. Kyiv : 'Akademvydav' [in Ukrainian]

4. Romanov, O. P., Nagy, B. Ya. (2022). Psykholohichna reabilitatsiia uchasnykiv boiovykh dii [Psychological rehabilitation of combatants]. Uzhgorod: 'UzhNU' [in Ukrainian].

5. Kokun, O. M., Agaev, N. A., Pishko, I. O., Lozinska, N. S., & Ostapchuk, V. V. (2017). Psykholohichna robota z viiskovoslužbovtsiamy -uchasnykamy ATO na etapi vidnovlennia: Metodychnyi posibnyk [Psychological work with servicemen-participants of the anti-terrorist operation at the stage of recovery: Methodical guide].

K. : NDC of the State Department of the Armed Forces of Ukraine [in Ukrainian].

6. Adler, A. (1964). The Vietnam War: A Study of Human Behavior in a Totalitarian Society. New York : Harper & Row.

7. Lifton, R. J. (1973). Home from the War: Vietnam Veterans, Neither Victims Nor Executioners. New York : Simon & Schuster.

8. DeAngelis, T. (2018). Living with PTSD: A Survivor's Guide. New York : HarperCollins.

9. Jones, L. (2019). The Vietnam War: A Concise History. Oxford : Oxford University Press.

Vitaliy Shapoval,

*Postgraduate Student at the Department of Pedagogy and Psychology,
University of Alfred Nobel,
18, Sicheslavska Naberezhna str., Dnipro, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0004-1602-9649>*

EXPERIENCE IN VOCATIONAL REHABILITATION OF PARTICIPANTS OF THE VIETNAM WAR FOR UKRAINE

The article considers the experience of professional rehabilitation of war participants in Vietnam for Ukraine, for defenders and combatants of the Armed Forces of Ukraine. In accordance to the Law of Ukraine 'On Rehabilitation of Persons with Disabilities in Ukraine', professional rehabilitation is a set of measures aimed at restoring the ability of a person with disability to work, acquisition of new knowledge, abilities and skills, necessary for the performance of professional activities or assistance employment. This experience is valuable for Ukraine, as it allows you to see which rehabilitation approaches are effective and which problems may arise in the process of treatment and return to normal, peaceful life in society.

Key words: *rehabilitation, combatants, military service, Vietnam syndrome, symptoms of the syndrome, methods of diagnosis, treatment stages, set of actions.*

Подано до редакції 20.11.2023