

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ УЧАСНИКІВ ЗБРОЙНИХ КОНФЛІКТІВ ТА ФАХІВЦІВ РИЗИКОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРОФЕСІЙ: СВІТОВИЙ ДОСВІД

THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT AND REHABILITATION OF SPECIALIZED PERSONNEL IN RISKY AND DANGEROUS PROFESSIONS: A GLOBAL EXPERIENCE

У статті здійснено аналіз підходів до організації та програм проведення психологічної допомоги та реабілітації військовослужбовців США, Ізраїлю, Грузії, Канади, країн Балтії тощо. Установлено, що кожна країна має свої особливості в підході до відновлення та реабілітації військових та фахівців ризиконебезпечних професій.

Визначено, що система психологічного забезпечення військовослужбовців у США вважається однією з найбільш комплексних, адже має багаторівневу структуру, яка забезпечує необхідною допомогою не лише військових, а й їхні родини. Також кожний військовий підрозділ повинен професійно володіти методами контролю бойового стресу. Установлено, що програми психологічної підготовки приділяється значна увага.

Зазначено, що в психологічній роботі Грузії значну увагу приділяють роботі не лише з військовими, а й з усім населенням. У полі уваги психологів знаходяться побічні наслідки гібридної війни (результати активного впливу російських ЗМІ та проросійської агітації).

Досвід Ізраїлю вважається одним із найкращих у світі. Визначено, що ізраїльська система психологічної підтримки складається з п'яти великих підрозділів: підрозділу діагностики, профілізації та профорієнтації; служби психологічної підтримки військовослужбовців; підрозділу з реабілітації та роботи з демобілізованими; служби підтримки цивільного населення за кризових ситуацій; служби роботи із сім'ями постраждалих. Цікавим фактом є те, що військових психологів в Ізраїлі визначають як «офіцерів зі здоров'я душі», що значно знижує можливість спекуляції щодо психічної повноцінності військовослужбовців.

Зазначено, що у збройних силах Канади психологічним забезпеченням займаються психологи, які за своїм статусом є державними службовцями (цивільні), але виконують свої обов'язки у військових частинах і підрозділах. На відміну від психологів лікарі-психіатри є військовослужбовцями.

Окреслено, що психологічне забезпечення в країнах Балтії значну увагу приділяє саме психологічній підготовці військовослужбовців. Вони вважають, що гарна підготовка значно знижує вірогідність отримання психологічних наслідків участі у бойових завданнях.

Ключові слова: психологічне здоров'я, психологічна допомога, психологічна реа-

білітація, військовослужбовець, бойовий стрес, ПТСР.

This article examines the methods for assisting and rehabilitating servicemen in the USA, Israel, Georgia, Canada, and the Baltic countries. It was established that each country has its own peculiarities in the approach to the recovery and rehabilitation of military personnel and specialists in risky professions.

It was determined that the system of psychological support of military personnel in the USA is considered one of the most complex because it has a multi-level structure that provides the necessary help not only to military personnel but also to their families. Also, each military unit must be professionally proficient in combat stress control methods. It has been established that considerable attention is paid to the psychological training program.

It is noted that in the psychological work of Georgia, considerable attention is paid to work not only with the military but also with the entire population as a whole. In the field of attention of psychologists are side effects of hybrid war (results of active influence of Russian mass media and pro-Russian agitation).

Israel's experience is considered one of the best in the world. It was determined that the Israeli system of psychological support consists of five major divisions: the division of diagnostics, profiling, and vocational guidance; psychological support service for servicemen; unit for rehabilitation and work with demobilized persons; civil population support service in crisis situations; service for working with families of victims. An interesting fact is that military psychologists in Israel are defined as "mental health officers", which significantly reduces the possibility of speculation about the mental health of military personnel.

The article states that in the Canadian armed forces, psychological support is provided by psychologists, who by their status are civil servants (civilian), but perform their duties in military units. Unlike psychologists, psychiatrists are military personnel.

It is outlined that psychological support in the Baltic countries pays significant attention to the psychological training of military personnel. They believe that good training significantly reduces the likelihood of receiving psychological consequences of participation in combat tasks.

Key words: psychological health, psychological help, psychological rehabilitation, military servicemen, combat stress, PTSD.

УДК 159.9

DOI [https://doi.org/](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.23)

10.32782/2663-5208.2023.45.23

Лебедева С.Ю.

к. психол. н., с. н. с.,
провідний науковий співробітник
навчально-наукової лабораторії
екстремальної та кризової психології
науково-дослідного центру
Національний університет цивільного
захисту України

Овсяннікова Я.О.

к. психол. н., с. н. с.,
старший науковий співробітник
навчально-наукової лабораторії
екстремальної та кризової психології
науково-дослідного центру
Національний університет цивільного
захисту України

Похілько Д.С.

к. психол. н., с. н. с.,
старший науковий співробітник
навчально-наукової лабораторії
екстремальної та кризової психології
науково-дослідного центру
Національний університет цивільного
захисту України

Питання збереження психологічного здоров'я військовослужбовців піднімалося ще за часів Першої світової війни. Саме тоді вперше почали говорити про так званий «синдром війни», про психологічні наслідки пережитого військового досвіду, про «синдром

вижившого» тощо. І можна сказати, що відтоді розпочався пошук методів допомоги та реабілітації для учасників війни, яка б допомогла відновити повноцінне життя в мирному соціумі.

Незважаючи на таку значну історію вивчення питання реабілітації учасників

збройних конфліктів, досі існує багато суперечливих питань щодо алгоритму допомоги, його ефективних методів та підходів.

Нині в Україні йде війна, і мільйони українців переживають страшні та травматичні ситуації. Створення в нашій країні гарної системи психологічної реабілітації є актуальним питанням.

Сьогодні кожна країна має свої особливості в підході до відновлення та реабілітації військових та фахівців ризиконебезпечних професій, діяльність яких проходить у стресогенних та небезпечних умовах. Кожна з них має свої сильні та слабкі боки. Пропонуємо розглянути їх більш детально.

Психологічна допомога та реабілітація військовослужбовців, ветеранів та членів їхніх сімей у США. Система психологічного забезпечення військовослужбовців у США вважається однією з найбільш комплексних, адже має багаторівневу структуру, яка забезпечує необхідною допомогою не лише військових, а й їхні родини (батьків, дружин, чоловіків, дітей).

За вимогами Міністерства оборони кожний військовий повинен професійно володіти методами контролю бойового стресу, тож програмі психологічної підготовки приділяється значна увага. У ході підготовки кожен військовослужбовець оволодіває навичками та методами первинної, вторинної та третинної профілактики стресу.

Окрім центрального апарату психологічної служби на рівні дивізій та бригад, створено відділи охорони психічного здоров'я, які очолюють психіатри. У складі таких відділів є офіцери з охорони психічного здоров'я, які мають відповідний рівень підготовки (магістерський ступінь із психології чи соціальної роботи), ліцензію на діяльність та щонайменше рік практичної роботи в медичних закладах. До повноважень відділів охорони психічного здоров'я належить не лише надання лікувальних послуг, а й планування послуг з охорони психічного здоров'я у військовій частині та нагляд за якістю надання цих послуг; консультування командирів та лікарів дивізії; співпраця з капеланами та медичним персоналом, що супроводжує військових за кордоном; наставництво; забезпечення навчання медичного персоналу практик діагностики та лікування психологічних і психічних розладів тощо.

Для більш якісного забезпечення психологічного супроводу у військових частинах додатково створено підрозділи з контролю бойового стресу. Ці підрозділи складаються з психіатрів, психологів, соціальних працівників, спеціалістів з психічного здоров'я, а також трудотерапевтів тощо. Ці підроз-

діли розташовані на території так званого «військового карантину» – військових баз, віддалених від місць проведення бойових операцій. Метою діяльності підрозділів із контролю бойового стресу є:

- виявляти військовослужбовців з ознаками ПТСР або із супутніми розладами;
- перенаправляти їх до певних фахівців для подальшої діагностики симптомів;
- організовувати профілактичні заходи та заходи з відновлення.

Окремою автономною структурою в системі психологічного забезпечення військовослужбовців у США виступає Департамент у справах ветеранів. Департамент має багато баз для збереження психічного здоров'я ветеранів, і це не лише медичні центри та амбулаторні клініки, які підтримуються місцевими громадами, а й спеціалізовані центри ветеранів, де відкрито цілодобову кризову телефонну лінію. Представництва Департаменту у справах ветеранів є і в університетських кампусах та інших інформаційно-просвітницьких структурах. Тож можна сказати, що Департамент надає свої послуги в різних соціальних структурах та надає можливість відкритого доступу до отримання необхідної психологічної допомоги ветеранам.

В останні роки Департамент значно розширив програми із забезпечення виявлення депресії, ПТСР, проблем з алкоголем, військових сексуальних травм тощо. Він також збільшив кількість програм із відновлення психічного здоров'я у закладах первинної медичної допомоги та в інших медичних і реабілітаційних закладах.

Департамент підтримує близько 250 стаціонарних реабілітаційних програм у 106 закладах охорони здоров'я (із них 8 спеціалізованих, для жінок). Ці стаціонарні програми спрямовані, зокрема, на психологічну реабілітацію тих, хто страждає від ПТСР [6]. У реабілітаційних центрах працюють мультидисциплінарні команди, які забезпечують різносторонню комплексну допомогу військовим та військовим ветеранам.

Саме за допомогою Департаменту у справах ветеранів були розроблені спеціалізовані протоколи надання психотерапевтичної та фармакологічної допомоги [12].

Етапи надання допомоги військовослужбовцям на різних етапах травматичної події:

1. Запобігання стресовим розладам, формування психологічної стійкості. На цій стадії у військовослужбовців вони рекомендують формувати психологічну витривалість, стійкість до негативних стресових симптомів, які можуть виникати після травматичної події [12], здатність витримувати тяжкі обставини, що допомагають людині пережити стресові розлади [4; 9].

У підготовці вони використовують принцип поступового підвищення складності бойових завдань. При цьому значний акцент роблять на аналізі помилок, які висвітлюються як етап отримання професійного досвіду, а не особистої поразки [13].

2. Перша психологічна допомога, від 1 до 4 діб після травматичної події (у разі гострої стресової реакції). На цьому етапі головною метою в наданні психологічної допомоги є: задоволення негайних потреб (перша медична допомога, забезпечення базових потреб у безпеці, їжі, питті, укритті, одязі, сні тощо); стимуляція у відновленні комунікації з рідними та друзями; проведення психологічної підтримки і психоедукації, яка спрямована на подолання дезорієнтації, усвідомлення постраждалим проявів стресових реакцій і надання методів нормалізації та стабілізації психофізичного стану; оцінка потреб людини в духовній допомозі [12; 15–17].

Саме фахівці зі США виділили протипоказання та неефективні підходи до надання психологічної допомоги на цьому етапі допомоги: перша психологічна допомога людям, у яких немає симптомів психологічної травми, може бути непродуктивною і навіть шкідливою [11]; під час військових конфліктів не проводять класичних психологічних дебрифінгів, у цих ситуаціях вони неефективні [12].

3. Рання психологічна допомога, від 4 до 30 діб після травматичної події (у разі гострого стресового розладу). Після стабілізації психологічного стану постраждалого внаслідок травматичної події необхідно встановити симптоми та провести діагностику гострого стресового розладу (зазвичай вони використовують короткі скринінг-тести).

У разі встановлення гострого стресового розладу постраждалому надається рання психологічна допомога. На цьому етапі рекомендують проводити 4–5 базових когнітивних терапевтичних сесій, використовуючи елементи експозиційної терапії [12; 8].

4. Діагностування та лікування ПТСР (включно зі спостереженням після активної фази лікування), а також комплексна допомога у разі ускладненого перебігу розладу.

5. Допомога в разі постстресових симптомів чи супутніх розладів (наприклад, розлади сну, вияви агресії чи соматичні болі).

Надаючи допомогу при ПТСР, фахівці зі США рекомендують звертати особливу увагу на можливість самогубства та насильства стосовно інших, особливо щодо членів родини ветеранів. Також особливу увагу на цьому етапі надання допомоги необхідно приділити питанню роботи з почуттям провини, вживанням алкоголь-

них та наркотичних речовин, розладами сексуальної функції тощо.

За статистикою у Сполучених Штатах після війни у В'єтнамі більше ветеранів померло від суїциду, ніж загинуло під час бойових дій [10]. Дослідження показують, що існує зв'язок між почуттям провини та самогубством [5], тому необхідно виявляти почуття провини і допомагати військовослужбовцеві пропрацювати це відчуття. Також фахівці США наголошують, що більший ризик самогубства є у військовослужбовців та ветеранів, які травмовані фізично [14].

Психологічна допомога військовослужбовцям у Грузії. Усю специфіку програми психологічної допомоги в Грузії можна побачити у переліку основних завдань, вирішення яких стоїть перед фахівцями. Розглянемо основні з них:

- визначення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання службових завдань за призначенням;

- вивчення характеру психотравм, отриманих військовослужбовцями в бойових діях, прогнозування можливості виникнення постстресових розладів;

- відновлення психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань;

- консультування військовослужбовців та їхніх родин із метою полегшення протікання процесу адаптації до цивільного життя в мирних умовах;

- організація спеціалізованих фахових центрів психологічної допомоги та реабілітації військовослужбовців після виконання завдань за призначенням у точках проведення бойових дій;

- виявлення осіб, що потребують спеціалізованих медичних послуг;

- надання адресної психологічної та медичної допомоги близьким військовослужбовців;

- проведення психологічної реабілітації засобами освітньої діяльності [19].

У своїй роботі психологи Грузії значну увагу приділяють вирішенню питання побічних наслідків гібридної війни. Працюють і з населенням, яке знаходиться у зоні активного впливу російських засобів масової інформації, борються з навіяними про російськими поглядами.

У грузинській військовій системі фахівці, які надають первинну психологічну допомогу, представлені такими категоріями:

- посадові особи без спеціальної освіти (ці фахівці володіють методами спостереження, інтерв'ювання тощо);

- фахівці зі спеціальною психологічною підготовкою (ці фахівці є військовос-

лужбовцями, володіють чітко визначеними Міністерством методиками дослідження особистості, а також беруть участь у бойових завданнях);

- сержанти та командири військових частин, які виявляють осіб із групи ризику (людей, які можуть мати певні розлади та травматичні реакції);

- працівники, які забезпечують профілактику зловживання алкоголем військовослужбовцями, учинення самогубств тощо;

- категорія професіоналів (фахівці, які володіють різними психотерапевтичними методами).

Працюючи з учасниками бойових дій, фахівці використовують індивідуальну та групову форми роботи. За необхідності та наявності можливості в гарнізоні надається телефонна екстрена психологічна допомога військовослужбовцям. Тут для них створюються психологічні консультативні центри та центри екстреної психологічної допомоги у разі серйозної кризи.

На регулярній основі грузинські колеги-психологи проводять спеціалізоване навчання командирів усіх рівнів та ланок, які особисто працюють із підлеглими, що брали участь у бойових діях. Особлива увага під час навчання командирів приділяється умінню формувати та підтримувати позитивний настрій усередині підрозділу мобілізаційними методами.

Досвід грузинських психологів може бути корисним і для українських фахівців. Адже українські ветерани, повернувшись із зони бойових дій, також стикаються з неприйняттям та фактами насильства з боку населення, які перебувають під маніпуляційним інформаційним впливом держави-агресора.

Психологічна допомога в Ізраїлі. Досвід Ізраїлю особливо цікавий для України, адже ця країна воює не одне десятиліття. Уважається, що саме в Ізраїлі одна з найкращих у світі організація психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх родин.

Ізраїль налічує понад 2500 фахових військових психологів. Але під час активізації активних військових дій на службу призиваються резервісти. Тоді відповідність фахових спеціалістів із психологічного забезпечення стає приблизно такою: один фахівець на 70–90 військовослужбовців [20]. Особливу увагу привернув той факт, що в Ізраїлі військових психологів називають «офіцерами зі здоров'я душі». Така назва одразу унеможлиблює спекуляції щодо психічної повноцінності військовослужбовців і виключає можливість виникнення додаткового

напруження та відсторонення від військового психолога.

Ізраїльська система психологічної підтримки складається з п'яти великих підрозділів:

1. Підрозділ діагностики, профілізації та профорієнтації. За своїми розмірами та кількістю фахівців вважається найбільшим. Представники цього відділу відповідають за комплексне медичне обстеження молодих людей, починаючи з 15 років, формуючи медичну карту військового (його особистісний профіль), та супроводжують його протягом життя. Цікавим фактом є те, що будь-які зміни до карти можна внести лише протягом наступних трьох років, після проходження первинного тестування.

Первинна психологічна оцінка визначає: інтелектуальний рівень розвитку особистості, психологічний і соціальний статус, мотиваційні характеристики та лідерські якості. Усі показники заносяться до особової картки, і саме на їх основі проводиться профорієнтація потенційного військовослужбовця у відповідний рід військ. При цьому хочемо зауважити, що до служби в армії Ізраїлю допускаються призовники з інвалідністю, у тому числі і з психіатричним діагнозом (наприклад, з аутизмом, легкою формою дебільності, шизофренією в тривалій ремісії, синдромом Дауна, афективними розладами тощо) [20]. Для таких військовослужбовців розроблено спеціальні методики реабілітації та соціалізації в армійському середовищі.

Ізраїльські військові психологи також займаються і посткризовим тестуванням. Також до компетенції цього відділу входить діагностика бойової психічної травми, шоку бойових дій та посттравматичного стресового розладу. За їх системою психологічного супроводу подібного роду тестування проходять усі учасники бойових дій без винятку.

2. Підрозділ психологічної підтримки військовослужбовців займається поточною психологічною допомогою, яка спрямована і на розвиток стресостійкості особового складу, на формування його психологічної готовності до виконання службових та бойових завдань, і на надання психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їхніх сімей, що зазнали впливу екстремальних чинників службово-бойової діяльності.

Значну роль в ізраїльській армії надають підготовці командирів, оскільки саме бойові командири щодня безпосередньо перебувають поруч зі своїми підлеглими і, по суті, на них покладена роль первинної діагностики та за потреби спрямування бійця до потрібного фахівця.

3. Підрозділ із реабілітації та роботи з демобілізованими ветеранами війни. На особливу увагу заслуговує ізраїльська реабілітаційна програма військовослужбовців після демобілізації, яка спрямована на те, щоб жоден борець не залишився наодинці, навіть із незначною проблемою. Ця програма передбачає також і підготовку близьких та рідних демобілізованого до його повернення додому.

4. Служба підтримки цивільного населення за кризових ситуацій. Ізраїль має і специфічну систему допомоги цивільному населенню в умовах ведення бойових дій. У кожному мікрорайоні населених пунктів країни під час кризових ситуацій працюють добровільні штаби кризових ситуацій, пункти оповіщення населення, пункти термінової допомоги.

5. Служба роботи із сім'ями постраждалих.

Таким чином видно, що психологічна служба в Ізраїлі має багаторівневу структуру та забезпечує надання психологічної допомоги не лише військовослужбовцям, а й їхнім рідним та цивільному населенню у цілому.

Психологічне забезпечення цивільного та військового персоналу міжнародних миротворчих місій переважно організовується на основі досвіду провідних держав зі складу НАТО. Особливістю психологічного забезпечення міжнародних миротворчих місій є: наявність відповідних фахівців із психологічного здоров'я практично в усіх підрозділах збройних сил; структурована та логічно організована підпорядкованість різних служб та органів; наявність гарного матеріально-фінансового забезпечення підрозділів психологічного забезпечення; наявність висококваліфікованого персоналу; комплексний підхід до завдань, що вирішуються; широка взаємодія та обмін досвідом між структурами.

Професійна діяльність військового з персоналу міжнародних миротворчих місій характеризується складними умовами, що впливають на психічний стан особистості і відображаються у проявах перенапруження, тривожності, у різного роду страхах, стресах тощо [2].

Так, Т. Баннер зазначає, що негативні впливи на психіку військовослужбовців виявляються в загальній дезорганізації поведінки, у гальмуванні раніше напрацьованих навичок, у труднощах розподілу уваги, його обсягу та пам'яті, імпульсивних діях, у суттєвих вегетативних змінах. За умови тривалого впливу чинників, що зумовлюють ці стани, порушення механізмів біологічного пристосування та компенсації набувають незворотного характеру і в майбутньому

стають передумовою виникнення нервово-психічних розладів і порушень.

Система психологічного забезпечення військового персоналу міжнародних миротворчих місій спрямована на підвищення якісних показників діяльності військовослужбовців через формування у них психічної стійкості та психологічної готовності до дій у бою, у складних і небезпечних умовах, в обстановці, що різко змінюється, під час тривалого нервово-психологічного напруження; формування стійкості до бойового стресу тощо [3].

Психологічне забезпечення у збройних силах Канади. У збройних силах Канади психологічним забезпеченням займаються психологи, які за своїм статусом є цивільними, але при цьому виконують обов'язки у військових частинах і підрозділах. Головна увага в побудові служби психологічного забезпечення військових у Канаді приділяється психіатрії, і саме тому лікарі-психіатри є військовослужбовцями [18].

Також у містах Петавава, Оттава, Едмонтон і Валкартьєр працюють багатопрофільні групи із забезпечення психічного та психологічного здоров'я військовослужбовців, у складі яких працюють лікарі-психіатри, психологи, соціальні працівники, капелани та інші необхідні фахівці.

Також у Канаді окремою ланкою психологічного забезпечення військових створено мережу пунктів роботи із сім'ями військовиків.

Психологічне забезпечення в країнах Балтії здійснюють фахівці психологічних служб. Незважаючи на те що для країн Балтії відділ психологічного забезпечення є молодіжною структурною одиницею, значну увагу вони вирішили приділяти психологічній підготовці військовослужбовців. На їхню думку гарна підготовка знижує вірогідність отримання психологічних наслідків після виконання завдань за призначенням у небезпечних для особистості умовах.

У межах програми підготовки до миротворчих місій із військовим персоналом проводять спеціальні психологічні тренінги, спрямовані на розвиток низки якостей [1]. До основних з них належать:

– ментальні здібності (військовослужбовцям демонструють взаємозв'язок між думками, емоціями, психологічними станами і досягненням високих результатів та значних показників розумової й фізичної продуктивності й ефективності);

– упевненість (військовослужбовцям показують зв'язок між високою адаптивністю, гнучкістю психіки, оптимальними рішеннями та успіхами в екстремальних ситуаціях);

– постановка і досягнення цілей (навчання процесу цілеутворення розпочинається з визначення основних цінностей, що дають напрям життя загалом і допомагають військовослужбовцям установлювати професійно значущі цілі й визначати реальні кроки для їх досягнення);

– управління увагою (військовослужбовці вчаться керувати увагою, розвивають уміння зосереджуватися на необхідному об'єкті тощо);

– саморегуляція (спеціальні методики релаксації дають змогу військовослужбовцям навчитися швидко відновлювати сили, регулювати сон, ефективно зберігати, відновлювати і використовувати особисту енергію);

– креативна спрямована увага (передбачається, що образне психічне відображення навичок, дій або подій зумовлює ті самі нейрофізіологічні процеси, що й реальні процеси) [1; 7; 18].

Отже, країни, які ми розглянули, у питаннях психологічного забезпечення багато в чому використовують досвід провідних держав – членів НАТО. Їхній досвід побудови системи психологічної допомоги та реабілітації військовослужбовців може бути покладений в основу створення подібної системи в Україні. Багаторівнева структура побудови психологічної служби Ізраїлю забезпечує можливість отримання необхідної допомоги не лише військовим, а й їхнім родинам і населенню у цілому.

Досвід грузинських психологів може бути корисним для українських фахівців, оскільки вони підіймають питання відторгнення, неприйняття та навіть насильства щодо ветеранів і військових тією частиною населення, що перебуває під маніпуляційним інформаційним впливом держави-агресора.

Психологічне забезпечення військового персоналу міжнародних миротворчих місій можна визначити як цілісний неперервний процес вивчення, аналізу, формування, розвитку і корекції військовослужбовців та військових колективів, впливу на різні елементи військово-професійної діяльності для забезпечення їх оптимального стану і найвищої ефективності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Albright D., Thyer B., Becker B., Rubin A. Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) for Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) in Combat Veterans. *Campbell Systematic Reviews: The Campbell Collaboration*, 2011. November. URL: <https://utah.instructure.com> (дата звернення: 02.10.2022).

2. Banner T.F. An Examination of the Lived Experiences of United States Military Veterans who

have been Diagnosed with Psychological Injuries of War who have Utilized Equine Assisted Therapy. *LSU Doctoral Dissertations*. URL: http://digitalcommons.lsu.edu/gradschool_dissertations/1186 (дата звернення: 17.09.2022).

3. Combat and Operational Stress Control. Field Manual Headquarters № 4–02.51 (8–51). Washington, DC : Department of the Army, 2006. July 6. 401 p.

4. Escolas S. M., Bartone P. T., Pitts B. L., & Safer M. A. The protective value of hardiness on military posttraumatic stress symptoms. *Military Psychology (American Psychological Association)*. 2013. № 25 (2). P. 116–123. DOI: 10.1037/h0094953 (дата звернення: 27.11.2022).

5. Hendin H., & Haas A. P. Suicide and guilt as manifestations of PTSD in Vietnam combat veterans. *American Journal of Psychiatry*. 1991. № 148 (5). P. 86–91.

6. Real Warriors Campaign. *Health.mil*. URL: <http://www.realwarriors.net> (дата звернення: 29.11.2022).

7. Human performance enhancement in high-risk environments: insights, developments, and future directions from military research / P. E. O'Connor and Joseph V. Cohn. Editors. 2010. 346 p.

8. Treatment for posttraumatic stress disorder in military and veteran populations: Final assessment. URL: <https://nap.nationalacademies.org/read/18724/chapter/1> (дата звернення: 20.01.2023).

9. King L. A., King D. W., Fairbank J. A., Keane T. M., & Adams G. A. Resilience-recovery factors in post-traumatic stress disorder among female and male Vietnam veterans: hardiness, postwar social support, and additional stressful life events. *Journal of Personal Psychology*. 1998. № 74 (2). P. 420–434.

10. McCarl L. I. "To have no yesterday": The rise of suicide rates in the military and among veterans. *Creighton Law Review*. 2013. № 46 (3). P. 393–432.

11. Roberts N. P., Kitchiner N. J., Kenardy J., Bisson J. I. Systematic review and meta-analysis of multiple-session early interventions following traumatic events. *American Journal of Psychiatry*. 2009. № 166. P. 293–301.

12. Clinical practice guideline for management of post-traumatic stress. URL: https://lms.homebase.org/content/clinical-practice-guidelines-and-resources-ptsd-treatment?gclid=Cj0KCQiAw8OeBhCeARIsAGxWtUyBhAVP087IcEeEvgZwc9tJ-KbzawPz7Et_s6DwEW3PjosTQIU-DxgaAsjCEALw_wcB (дата звернення: 22.11.2022).

13. Zach S., Raviv S., Inbar R. The benefits of a graduated training program for security officers on physical performance in stressful situations. *International Journal of Stress Management*. 2007. № 14 (4). P. 350–369.

14. Zivin K., Kim H. M., McCarthy J. F. et al. Suicide mortality among individuals receiving treatment for depression in the Veterans Affairs health system: associations with patient and treatment setting characteristics. *American Journal of Public Health*. 2007. № 97 (12). P. 2193–2198.

15. Первая психологическая помощь: руководство для работников на местах. URL: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/45/9789244548202_rus.pdf (дата звернення: 18.10.2022).

16. Комісія УГКЦ у справах душепастирства охорони здоров'я. Перша психологічна допомога. URL: <http://patriotdefence.org> (дата звернення: 16.09.2022).

17. Медсанбат: бойовий стрес. URL: <http://www.medsanbat.info/medsanbat-boyoviy-stres> (дата звернення: 16.09.2022).

18. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Київ, 2018. Т. 1. 208 с.

19. The Center for Nonviolent Communication. Help people who can make an impact attend an intensive

training. URL: <http://www.cnvc.org/ru> (дата звернення: 12.11.2022).

20. Фельдман А. Інтерв'ю. *НейроNews: психоневралгія и нейропсихіатрія*. URL: <http://neuronews.com.ua/page/albert-feldman-E280A6ochen-vazhno-sozdat-takuyusistemu-pri-kotoroj-voennosluzhacshij-smogC2A0byC2A0poluchit-psihologicheskuyuromossh-navseh-etapah-neseniyaC2A0sluzhby-iC2A0posleC2A0demobilizacii> (дата звернення: 14.10.2022).