

професійної підтримки та організаційної допомоги, може суттєво знизити рівень стресу і створити належні умови щодо запобігання професійного вигорання.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Корольчук М. С., Корольчук В. М., Березовська Л. І. Професійне вигорання працівників освіти : монографія. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. 304 с.
2. Крупник З. І. Соціальна та психологічна компетентності як умова професійного становлення працівника соціальної сфери. *Інноваційна педагогіка: науковий журнал Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. Випуск 46. Видавничий дім «Гельветика» 2022. С.194-198.
3. Олійник І. В. Причини виникнення та профілактика синдрому професійного вигорання у педагогів. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Педагогічні науки. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2017. № 1 (13). С. 118-125.
4. Тавровецька Н. Взаємозв'язок професійного вигорання педагогів з особливостями ціннісно-сміслової сфери і життєвої позиції. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць*. 2020. № 49. С. 296-321.

**Тетяна Надвинична**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології та соціальної роботи,  
Західноукраїнський національний університет*

**Оксана Шандрук**

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти зі спеціальності,  
053 Психологія, Західноукраїнський національний університет*

### **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ІНВАЛІДІВ БОЙОВИХ ДІЙ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ**

Статистичні дані, оприлюднені Держстатом станом на перше січня 2021 року в Україні налічувалося 3,2 мільйона осіб з інвалідністю. На той момент близько пів тисячі з них мали статус учасника бойових дій. Зрозуміло, що за півтора роки ведення повномасштабної війни з Росією ця кількість щодня зростає як серед військових, так і серед цивільних. За неофіційними даними ця цифра вже давно перевищила 50 тисяч і значна частка серед них – військові, які отримали травми різного ступеня тяжкості. Всі вони тією чи іншою мірою потребують не лише спеціалізованої медичної, а й довготривалої та системної соціально-психологічної допомоги.

Тривалість ведення бойових дій на території нашої держави значно змінила більшість аспектів, пов'язаних з інвалідністю: суспільство стало набагато чутливіше та толерантніше ставитися до людей з особливими потребами, зріс рівень надання їм різного роду послуг – медичних, психологічних, соціальних тощо, державні, громадські та волонтерські організації спрямували свої зусилля на пошук резервів та можливостей максимально швидкого та ефективного механізму повернення таких людей до нормального життя. Але все ж глобальність проблеми та кількість осіб, які потребують відновлення настільки значна, що все ще вимагає прискіпливої уваги та пошуку цілісної, науково обґрунтованої системи соціально-психологічної реабілітації інвалідів.

Наукова актуальність проблеми соціально-психологічної реабілітації інвалідів бойових дій пов'язана з низкою обставин, що надають їй важливого теоретичного звучання.

По-перше, стає очевидним міждисциплінарний характер проблеми інвалідності та гостра необхідність в осмисленні факторів, тенденцій, ефектів психологічних наслідків бойової травматизації військовослужбовців із цього погляду. Евристичні наукові напрацювання, наявні у правових, медичних, соціологічних, педагогічних дослідженнях інвалідності сприяють комплексному, «об'ємному» баченню найважливіших соціально-психологічних аспектів досліджуваного явища.

По-друге, очевидним недоліком існуючих спроб наукового обґрунтування шляхів та методів психологічної реабілітації інвалідів бойових дій є їхня штучна розчленованість за науковими інтересами (медико-психологічні, індивідуально-психологічні, соціально-психологічні (насправді – соціальні) тощо), що не дозволяє вийти на системне осмислення розглянутої проблеми та комплексне вирішення завдань реабілітації інвалідів. У зв'язку з цим гостроактуальним завданням є формування єдиної міждисциплінарної теоретико-методологічної основи комплексного процесу реабілітації інвалідів, в якій було б відображено не тільки тонкий взаємозв'язок фізіологічного та психологічного, а й визначено роль і значення соціально-психологічних властивостей особистості та соціуму в інтеграції. соціум.

По-третє, домінуючий у вітчизняній психореабілітаційній практиці медико-психологічний підхід, що аналізує феномен інвалідності у просторі відносин «психопатологія-лікування», за всієї його корисності та евристичності виявив свою обмеженість. Аналіз показує, що в структурі посттравматичних проблем інвалідів бойових дій більш ніж удвічі переважають проблеми соціально-психологічні (ставлення з найближчим, ближнім і далеким соціумом), а не симптоми посттравматичного стресового розладу, що яскраво виявляються (87% і 42% відповідно).

По-четверте, актуальність соціально-психологічного підходу до реабілітації інвалідів бойових дій пов'язана з необхідністю цілеспрямованого пізнання та врахування суттєвих особливостей сприйняття інвалідами бойових дій причинності та «соціальної ціни» власної травматизації. Виконуючи свій військовий обов'язок, захищаючи державні інтереси своєї країни, травмовані військовослужбовці мають право сподіватися на особливе ставлення до них держави. Тобто держава, військова служба спочатку щільно вплетені в обставини їхньої травматизації. Більшість військовослужбовців, стаючи інвалідами, втрачають не лише свою професію, соціальний статус, а й сферу соціальної життєдіяльності, «місце у житті», змушені не просто змінювати, а вибудовувати нові плани життя.

Ґрунтовний аналіз різноманітних теоретичних підходів та практики соціально-психологічної реабілітації інвалідів бойових дій як у нашій країні так і за кордоном дали змогу сформуванню цілу низку пропозицій, які б суттєво підвищили ефективність даного процесу. Отож, насамперед, соціально-психологічна реабілітація як самостійний напрямок цілісного реабілітаційного комплексу має націлюватися на координацію діяльності з дестигматизації

соціальної свідомості та становлення нестигматизованої соціальної ідентичності у інвалідів, формування у них та їх соціального оточення ресурсних стилів взаємодії.

Важливою умовою ефективності психологічної допомоги учасникам бойових дій є виконання вимоги, щоб основна частина систематичного супроводу була надана інваліду саме на госпітальному етапі у формі масованої та енергійної психологічної підтримки, націленої на відреагування та осмислення травматичного досвіду, попередження несприятливого розвитку психологічної кризи та формування ПТСР. Така допомога має розглядатися як самостійний вид допомоги постраждалим і надаватися фахівцями-психологами.

Не менш важливою умовою ефективності психологічної реабілітації інвалідів бойових дій є невідкладна та дієва підтримка з боку соціального оточення (членів сім'ї, командирів, товаришів по службі, психологів військової частини місця постійної служби військовослужбовця).

У процесі соціально-психологічної реабілітації інвалідів бойових дій доцільно використовувати спеціально розроблені, відібрані та оцінені психотехнології, що містять вбудовані механізми коригування, що відповідають критеріям простоти, короткостроковості, екологічності (відповідність особливостям аудиторії, виключення несприятливих наслідків).

Технології соціально-психологічної реабілітації – сукупність форм, методів, технік, ігор, вправ, прийомів, схем, що застосовуються на основі єдиного методичного задуму в інтересах психологічного допомоги інвалідам бойових дій і соціально-психологічної інтеграції їх у суспільство. Поряд із загальним життєстверджуючим духом психореабілітаційної роботи та організаційною основою, що становить реадaptaційне середовище, вони становлять найважливіші елементи соціально-психологічної реабілітації інвалідів бойових дій.

Відтак, технології, що використовуються в психореабілітаційній практиці, повинні відповідати ряду вимог. Вони мають відрізнятися простотою, компактністю, відсутністю побічних явищ. Виділяються технології корекції психічних процесів та станів, усунення симптомів ПТСР, розвитку копінг-стратегій та гармонізації Я-концепції інвалідів бойових дій, а також технології корекції соціальних стереотипів. Вони також повинні містити вбудовані механізми самопізнання, розвитку та гармонізації Я-концепції особистості, розширення її адаптивних можливостей, дестигматизації соціальних уявлень про інвалідів. Саме таке поєднання гарантує результативність проведених психореабілітаційних заходів та допомагає їх учасникам повернутися до максимально повноцінної життєдіяльності у мирному житті.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Базарний С. В. Соціальна реабілітація військовослужбовців. *Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету*: збірник. Вип. 32. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2020. С. 152–157.
2. Вороненко В. В., Якимець Гарантована психологічна допомога та реабілітація військовослужбовців – складова національної безпеки. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2022. № 3 (93). С. 41–50.

3. Марченко В. В. Психологічна реабілітація військовослужбовців як передумова відновлення боєздатності Збройних Сил України. Особистість, суспільство, війна: тези доповідей учасників міжнародного психологічного форуму (7 квіт. 2023 р., м. Харків, Україна) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків. 2023. С. 179-181.

4. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців в Україні. URL: <http://scholar.googleusercontent.com/scholar>

**Роман Гах**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
докторант кафедри психології та соціальної роботи  
соціально-гуманітарного факультету,  
Західноукраїнський національний університет*

### **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ РЕГУЛЯТОРНО-ОСОБИСТІСНИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА РІВНЕМ ГУБРИСТИЧНОЇ МОТИВАЦІЇ В КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ**

Актуальність дослідження визначається тим, що саморегуляція та губристична мотивація відіграють ключову роль у командних видах спорту. Метою дослідження є визначення рекомендацій для взаємодії між саморегуляцією та рівнем губристичної мотивації в гравців у командних видах спорту. Для дослідження використано наукові методи аналізу, синтезу, узагальнення. Визначено, що саморегуляція допомагає спортсменам контролювати свої емоції, поведінку та думки, ефективно досягати цілей, що включає також моніторинг прогресу і коригування стратегій. Мотивація зарозумілості, або мотивація, заснована на задоволенні та виклику, спонукає гравців прагнути до індивідуальних та командних досягнень, підвищуючи їх залученість і задоволення в процесі гри. У дослідженні визначено сукупність факторів, що сприяють підвищенню командної динаміки, продуктивності та спортивних успіхів.

**Ключові слова:** спортивна діяльність, губристична мотивація, саморегуляція, взаємозв'язок поведінки і діяльності, саморегуляція спортивної діяльності.

Спорт завжди був і буде важливою соціокультурною діяльністю, що відіграє важливу роль у життєдіяльності та майбутньому покоління, що зростає. Фізична, функціональна і техніко-тактична підготовленість спортсмена не є запорукою великих успіхів у спорті. Успішне вирішення змагальних і тренувальних завдань залежить насамперед від психічної підготовки спортсменів. Мотивація дуже важлива в будь-якій людській діяльності, особливо в спорті, де потрібні найкращі результати за короткий проміжок часу в інтенсивній конкуренції з іншими спортсменами та спортивними командами. Сучасний спорт немислимий без змагальної боротьби.

Змагання вимагають від спортсменів мобілізації великої кількості сил, у тому числі тіла і духу, оскільки участь у них завжди є важким особистим завданням і водночас має високу суспільну значимість. Важливими є