

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

**Разработка инструментов психологической помощи членам семей
военнослужащих-участников Специальной военной операции**

Научный руководитель – Жмурин Игорь Евгеньевич

Романова Татьяна Зауровна

Студент (магистр)

Международный инновационный университет, Сочи, Россия

E-mail: tanilika.romanova@gmail.com

Актуальность темы диктуется участием Российской Федерации в СВО и концентрированным вниманием к военнослужащим и их семьям Президента РФ: Указ Президента Российской Федерации от 16.01.2025 № 28 "О проведении в Российской Федерации Года защитника Отечества".

В настоящее время, семьи военнослужащих-участников специальной военной операции (СВО), а также семьи добровольцев и мобилизованных опять более включены в решение государственных задач и их жизнь наполнена напряжениями, переживаниями, потерями [1].

Безусловно, что оказание психологической помощи самим военнослужащим и членам их семей выступает одной из основных задач современной отечественной психологической практики по различным направлениям ее реализации, так как специфика и длительность участия военнослужащих в СВО оказывает значительное влияние на психологическое состояние не только самих военнослужащих, но и членов их семей.

Необходимость в разработке и внедрении эффективных инструментов психологической помощи семьям военнослужащих обусловлена необходимостью снижения негативных психологических последствий и укрепления семейных связей.

Недостаточная разработанность универсальных и адаптированных инструментов, учитывающих уникальные потребности данной категории населения, а также невозможность, в силу нехватки ресурса, индивидуальной консультационной психологической поддержки каждого, также определяет актуальность данного исследования.

Цель исследования:

Разработка и апробация комплекса инструментов для дистанционной психологической помощи членам семей военнослужащих-участников СВО, направленного на оптимизацию их психологического состояния и повышение адаптивности.

Задачи исследования:

1. Анализ теоретических подходов, к оказанию психологической помощи семьям, находящимся в кризисной ситуации, связанной с участием военнослужащих в боевых действиях.

2. Изучение переживаний членов семей военнослужащих, связанных с участием представителей семьи в специальной военной операции. Эта задача предусматривает определение уникальности переживаний и их детализации для выделения мишеней оказания психологической помощи.

2. Обоснование программы оказания психологической помощи на основе применения библиотерапии, наиболее доступного и «мягкого» метода психологической помощи для семей военнослужащих с учетом проблем доверия к специалистам и доступности помощи) [1].

3. Подготовка материалов в рамках библиотерапии по направлениям, определенным проблемами, описанными военнослужащими-участниками СВО и членами их семей.

При решении указанной задачи, связанной с определением направлений психотерапевтической интервенции были учтены такие аспекты как:

- жизненные события в истории семьи, опрошенных членов семьи военнослужащего – участника СВО;
- потенциал внутренних ресурсов личности членов семьи и другие факторы, которые предшествовали обозначенным переживаниям участников исследования, а также длительность текущего состояния и его влияние на семью, родных и близких;
- способность членов семьи к выражению определенных чувств и способность к разговору о них для осознания глубины переживаний;
- желания возникающие у членов семьи и их концентрация на реальности, в которую они погружены, а также определение ценностей и личностных смыслов, подверженных существенным изменениям (возможны внутренние противоречия, связанные с собственной линией жизни).

По результатам первого этапа исследования [1], ориентированного на изучение уникальных переживаний членов семей военнослужащих (как правило, это были жены, матери, сестры), были определены три базовые группы переживаний:

- (а) группа переживания жен, матерей, членов семей военнослужащих-участников СВО за их состояние и здоровье.
- б) группа переживаний, связанная с гибелью мужа, сына в ходе боевых действий.
- в) группа переживаний, связанных с гибелью члена семьи, родственника, которые погибли более года назад (в начале СВО).

Полученные результаты исследования переживаний в семьях военнослужащих позволили обратить внимание на: (а) проявление переживания и распространения информации о нем в пределах семьи, ее структуры при конкретных типах переживаний и (б) выделить ключевых членов семьи – регуляторов этой информации. Это позволило структурировать пространство распределения переживаний и определить концентрацию («мишени») психологического воздействия для оказания психологической помощи членам семей военнослужащих

Опросник был доработан авторами для более качественного и эффективного подбора помогающих материалов, добавлены диагностические вопросы [2] для оценки текущего психо-эмоционального состояния (17 вопросов с использованием шкалы Лайкерта, оценивающих уровень проявления переживаний (оценка собственных переживаний: от «1» - не актуально сейчас и до «5» - очень важно и актуально), 1 вопрос – открытого типа, позволяющий описать конкретную ситуацию переживания или описать само переживание и его проявления в жизни семьи, 4 вопроса с выбором ответа для диагностики образа жизни опрашиваемых, 4 вопроса с выбором ответа для определения предпочитаемого контента.

Таким образом, разработка программы оказания психологической помощи, основанной на библиотерапии, семьям военнослужащих-участников СВО показала сложные вопросы дифференциации переживаний и их связи с опытом включения в деятельность вооруженных сил. Значительную роль в дифференциацию переживаний в семье играет качество отношений членов семьи и ее структура, которая выступает условием распространения или купирования информации о состоянии члена семьи, находящегося в зоне боевых действий или информации о ходе боев. Эти результаты исследования позволили сформировать предварительное пространство оказания психологической помощи и детализировать направления последующих мероприятий библиотерапии.

В настоящее время осуществляется подбор, структуризация и удобное в использовании размещение помогающего материала в рамках библиотерапии.

Источники и литература

- 1) 1. Жмурин И.Е., Романова Т.З. Разработка инструментов психологической помощи членам семей военнослужащих // В сборнике: Актуальные проблемы психологии и педагогики. Сборник научных трудов II Международной научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2024. С. 74-78.
- 2) 2. Операционализированная психодинамическая диагностика (ОПД-2). Руководство по диагностике и планированию терапии. 4-е изд. М.: Академический проект, 2019. 454 с.