

**Tetiana Dehtiarenko,**  
Doctor of Pedagogical Sciences,  
professor of the Department of Biology and Health Care,  
**Nadiia Orlyk,**  
PhD (Candidate of Biological Sciences),  
lecturer of the Department of Biology and Health Care,  
**Oksana Kostiuk,**  
PhD student of the Department of Biology and Health Care,  
State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",  
26, Staroportofrankivska Str., Odesa, Ukraine

### PSYCHOPHYSIOLOGY OF INDIVIDUAL DIFFERENCES. HISTORICAL CONCEPTS

The development of such a scientific field as the psychophysiology of individual differences is relevant nowadays, because it implements an interdisciplinary methodological approach. The above-mentioned direction is used in various fields of natural sciences, clinical psychology, pathophysiology, special psychology and pedagogy, is used to develop applied problems of sports medicine, physical education and physical rehabilitation. The aim of the work is to highlight in the historical aspect the importance of methodological approaches to the study of higher human nervous activity in the context of differential psychophysiology. The theoretical methods were used to perform the tasks set in the work: analysis of special scientific and methodological literature, its systematization and generalization. The concepts of such talented neurophysiologists as I. M. Sechenov and I. P. Pavlov who were successfully implemented by the outstanding psychologist B. M. Teplov and his followers in the direction of creating perspective scientific vectors of differential psychophysiology and psychology are currently not only recognized as a theoretical and methodological foundation of modern systemic psychophysiology and psychophysiology of individuality, but also have practical implementation in conducting psychophysiological examination in various fields of professional human activity, in clinical psychophysiology and psychology, as well as in special psychology and pedagogy. The awareness of the representatives of classical science of the necessity and expediency of using the achievements and latest achievements of neurophysiology, genetic psychophysiology and integrative anthropology in their scientific and methodological works will help to realize the progressive and productive development of differential psychophysiology and psychology in vitae-cultural, social and educational space of modernity.

**Keywords:** individuality, psychophysiological examination, personality traits, types of temperament, differential psychophysiology.

Подано до редакції 18.08.2020

УДК: 364-057.36

DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2020-3-10>

**Юлія Гонкало,**  
молодий науковий співробітник  
лабораторії прикладної психології освіти,  
Український науково-методичний центр  
практичної психології і соціальної роботи,  
провулок Віто-Литовський, 98-А, м. Київ, Україна

### УЗАГАЛЬНЕННЯ ГРУПОВИХ ФОРМ РОБОТИ З ПСИХОТРАВМОЮ В ОСІБ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ

У статті представлено теоретичний аналіз групових форм роботи з психотравмою. Проблематика психічної травматизації і дезадаптації особистості в результаті екстремальних ситуацій специфічна і різноманітна. Джерелом травми є не лише об'єктивно травмуюча подія, а також імагінативна активність психіки, що формується на основі пережитої раніше тяжкої події, не стабільної політичної, соціальної картини світу, відсутність впевненості в майбутньому, стабільності і безпеці. Спроба побудувати психологічну допомогу лише за принципом зняття симптомів, анестезії душевного болю і реадaptaції до соціального оточення навряд чи досягне успіху, оскільки такий підхід, що передбачає погляд ззовні, без занурення в глибини індивідуального досвіду травми, не враховує один з найпотужніших чинників травматизації – травматогенний ефект неусвідомлюваних фантазій. У статті розглянуто й обґрунтовано теоретичні та методичні основи організації групових форм роботи

*Science and Education, 2020, Issue 3* \_\_\_\_\_ **73** \_\_\_\_\_

з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій, на основі впровадження арт-терапії, ігрових технологій, тренінгів психологічного дебрифінгу. Унаслідок наукового пошуку визначено, що реабілітація осіб з психотравмою, що постраждали внаслідок військових дій є цілісним комплексом медичних, фізичних, психологічних, соціальних, педагогічних заходів, спрямованих на відновлення їхнього здоров'я, психоемоційного стану і працездатності. В основі групової роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій, є такі психотерапевтичні методи і відповідні техніки: психологічне консультування, суггестотерапія, гетеро- і ауторелаксаційні техніки, когнітивна психотерапія, психологічний дебрифінг, транзактний аналіз, психодрама, музична психокорекція, логотерапія тощо. Вибір методів роботи і технік визначається індивідуально-психологічними особливостями кожної особи, яка постраждала внаслідок військових дій і принципом відповідності методу.

**Ключові слова:** особи, які постраждали внаслідок військових дій, психотравма, групові форми психологічної роботи, методи, психотехніки.

### Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми

Сучасний стан українського суспільства пов'язаний з комплексом різноманітних чинників економічного, політичного, демографічного і духовного характеру, що негативно впливають на людей. Серед надзвичайних ситуацій особливе місце займають соціальні катастрофи, до яких належать військові конфлікти, які супроводжуються веденням активних військових дій. Військові дії на сході України – показовий приклад надзвичайної ситуації військового характеру, перебування в якій суттєво впливає на психіку людини і викликає зміни в життєдіяльності й поведінці особистості. Травматичний досвід, отриманий під час військових дій, негативно впливає на стан здоров'я осіб, які від них постраждали. Зокрема, після повернення до мирного життя вони переживають нові стреси, пов'язані з соціальною адаптацією, нерозумінням близьких, труднощами в спілкуванні, професійному самовизначенні, самореалізації, створенням сім'ї тощо. Первинний стрес, отриманий під час військових дій, підсилюється вторинним, що виникає після закінчення війни.

Як показує аналіз наукових джерел, травматичний досвід екстремальних ситуацій інтерпретується переважно в світлі двох традицій:

1) у світлі біхевіорального підходу, у межах якого виокремлюються специфічні симптомокомплекси, поведінкові дисфункції, реакції уникнення тощо, тобто доступні зовнішньому спостереженню вияви травми;

2) у світлі психодинамічного підходу («глибинна психологія травми»), де головний акцент робиться на дисоціативних інтрапсихічних феноменах, травматогенних фантазіях і травматичних захистах, тобто проблематика травматизації розглядається в її внутрішньоособистостному аспекті.

У першому випадку, коли заходить мова про психотравми і травматичний досвід, як правило, перераховуються найпоширеніші симптоми, які є своєрідним відгуком пораненої душі на травмуючі події (Оніщенко, 2015). Ці симптоми спостерігаються та розпізнаються за конкретними ознаками дисфункції поведінки і реагування на навколишній світ. Одночасно зі становленням поведінкової психології травми інтенсивно розвивається психодинамічний підхід до вивчення травматичних порушень психіки. На думку прихильників цього підходу, важливо досліджувати не лише зовнішні вияви травматизації, наприклад,

різні форми дезадаптивної поведінки, порушення спілкування, психосоматичні розлади, а й «внутрішній світ травми» (Тімченко, 2000). Це сфера травматичної фантазії, сфера дії травматичних захистів, які знаходять відображення в образах, сновидіннях, численні способи символізації хворобливого досвіду, в специфічних патернах переживань і відносин до світу. Лише доступ до цього багатого афективного й символічного матеріалу, прихованого за поверхневою мозаїкою симптомів, може забезпечити глибинне опрацювання травми і реінтеграцію травмованої психіки (Тарабіна, 2008).

Цілком очевидно, що психологічна робота з особами, що постраждали внаслідок військових дій – це складний комплекс діяльності різних фахівців, що включає різні техніки і технології роботи з людьми, що опинилися в обставинах, які не піддаються розумінню і контролю. Пошук форм реабілітації може відбуватися крізь різні сфери життя людей і різні сфери їхньої свідомості і діяльності. У кожному конкретному випадку необхідно правильно виокремити цю сферу, визначити життєві цінності, які дозволять побудувати шлях адекватної та ефективної психологічної допомоги постраждалим особам внаслідок військових дій.

Здійснений М. Хоровітз (M. Horowitz) аналіз причин і умов формування посттравматичних розладів дозволяє стверджувати, що розвиток незворотних особистісних деформацій і затяжних стресових розладів в осіб, які постраждали внаслідок військових дій значною мірою пов'язано з недоліками в організації психологічної допомоги (Horowitz, 2006). Тому проблема використання різноманітних форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій є надзвичайно актуальною.

Розв'язання проблеми психологічної допомоги особам з психотравмами, які постраждали внаслідок військових дій вкрай необхідно, адже теорія і практика розробки цієї проблеми не відповідає зростаючій нагальній потребі. Очевидною є потреба у науково-прикладному осмисленні особливостей використання різноманітних форм роботи у реабілітації постраждалих внаслідок збройних конфліктів. Проблемою бойової психічної травми та негативних психічних станів, спричинених нею, займалися С. Миронець, О. Тімченко, В. Осьодло, С. Яковенко та ін. Різні аспекти реабілітаційної роботи з особами, які постраждали внаслідок військових дій розглянуто у наукових пошуках Г. Акімова, В. Березовець, В. Гічун,

Р. Грінкер, В. Ковтун, О. Коржиков, В. Стасюк та ін. Однак, шляхи подолання посттравматичних стресових розладів, пов'язаних із бойовою травмою, що спричинена бойовими діями, зокрема за допомогою різних групових форм роботи, наразі вивчені недостатньо і перебувають на етапі активного дослідження. Це свідчить про те, що проблеми використання різноманітних форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій ще не набули цілісного вивчення у сучасних наукових дослідженнях.

#### Мета та завдання

Метою психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок військових дій, є експрес-корекція гострої симптоматики, що перешкоджає нормальному функціонуванню особи в напрямку відновлення та впорядкування оптимального рівня загальної активності, подолання гострих фобій, депресивних станів, гострої тривоги, флешбек-ефектів, корекції грубих порушень спілкування (Сафін, 2016). Зокрема, у межах різноманітних форм роботи з особами, які постраждали внаслідок військових дій, вирішуються такі **завдання**:

- 1) трансформація насильницьких агресивних форм поведінки стосовно оточуючого світу, інших людей, самого себе;
- 2) опрацювання травмуючих ситуацій, зміна сенсу переживань;
- 3) занурення в атмосферу поваги, довіри, прийняття;
- 4) відновлення позитивного ставлення до навколишньої дійсності;
- 5) розвиток позитивної перспективи майбутнього;
- 6) створення системи підтримки і проєкція на майбутнє.

Тому вибір конкретних методик і технік повинен визначатися глибиною і змістом стресових порушень осіб, які постраждали внаслідок військових дій, динамікою їхнього розвитку, а також професійним досвідом і рівнем компетентності психолога (Кісарчук, 2015). У роботі з особами, які постраждали внаслідок військових дій, на думку В. Санишиної, доцільним є використання сукупності таких психокорекційних **методів** посттравматичних станів (Санишина, 2015):

1) *метод раціональної психокорекції* – в основі якого є логічне, доступне розумінню людини трактування характеру і причин виникнення травматичного стресу. Основними застосовуваними методами тут є роз'яснення, логічна аргументація, навчання, емоційний вплив авторитетом. Мета психокорекційної роботи полягає в роз'ясненні характеру, причин, механізмів постстресових станів з метою переконання особи з психотравмою, що такі стани є нормальною, природною реакцією людини на ненормальні обставини;

2) *дебрифінг стресу критичних ситуацій* (так званий психологічний дебрифінг) є, на думку В. Агеєва, екстремальною роботою з посттравматичними стресовими розладами (Агеєв, 2012). Дебрифінг проводиться з групами, учасниками яких є максимум 15 осіб, які спільно пережили психотравмуючі

події. Завданнями дебрифінгу є:

- надання можливості кожному учаснику висловити власні переживання, реакції й оцінити їхній характер в групі;
- організація психологічної підтримки кожного учасника групою;
- мобілізація особистісних ресурсів, спрямованих на подолання стресу, створення умов для самовираження і набуття впевненості в собі.

Основний механізм дебрифінгу – «закриття минулого». «Закрити» минуле означає, зокрема, необхідність з'ясування за допомогою групи особливостей власної особистості, своїх міжособистісних відносин і поведінки, можливість їхньої оцінки в різних ситуаціях, корекція самооцінки в групі на основі зворотного зв'язку в атмосфері емоційної відкритості і довіри. «Закрити» минуле – значить позбавити ореолу винятковості психотравми особи, яка постраждала внаслідок військових дій, отримавши одночасно емоційну підтримку від інших учасників групи, які мають спільні проблеми.

Як доцільно зазначають О. Кокун, Н. Агаєв та ін., дебрифінг допомагає краще зрозуміти природу травматичного стресу, його симптоми, оволодіти способами ефективного їхнього подолання, попередити можливість виникнення відстрочених негативних наслідків пережитого стресу (Кокун, Агаєв, Пішко, Лозінська, 2017);

3) *методи психічної саморегуляції*. Особливо потрібні на ранніх етапах розвитку травматичного стресу такі методи саморегуляції, як нервово-м'язова релаксація, гіпноуггестивна терапія з елементами саморегуляції, аутогенне тренування. Методи саморегуляції ефективні, коли спостерігаються симптоми порушення балансу вегетативної нервової системи (порушення сну, загальна м'язова скутість, тремор кінцівок, головні болі тощо) (Тарабрина, 2008);

4) *групова арт-терапія* як одна з найрезультативніших форм психологічної допомоги в кризових ситуаціях. Незважаючи на те, що цей напрям психотерапії виник порівняно недавно, нині арт-терапія застосовується практично у всіх формах психічних порушень. Цей метод побудований на використанні мистецтва як символічної діяльності і заснований на стимулюванні творчих процесів. Мистецтво дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травматичну ситуацію, допомагає відреагувати почуття, пов'язані з перенесеною травмою (Онщенко, 2015). Загалом групова арт-терапія може проходити у формі групового арт-терапевтичного тренінгу в інтерактивно закритій або напіввідкритій тематичній групі або відкритій студії.

Однією з переваг методів творчого самовираження і арт-терапії в роботі з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій є те, що ці методи засновані на невербальному вираженні почуттів. Невербальні засоби часто є єдиною можливістю для вираження і прояснення травмуючого емоційного стану. Як правило, цей процес не контролюється свідомістю і може бути використаний як спосіб винести травмуючі переживання зовні, звільнитися від надлишку емоцій і почуттів. Цінним у цьому контексті

ті є те, що арт-терапія стимулює розкриття творчого потенціалу особистості і активізує захисно-приспосувальні механізми.

5) *опрацювання патогенного травматичного матеріалу методами поведінкової, імагінативної і суггестивної психокорекції, психосинтеза, гештальт і арт-терапії, за постійної підтримки позитивного («ресурсного») стану.* Основні завдання: максимальна вербалізація невиражених і відстрочених переживань, їхнє опрацювання, катарсис. У межах такої роботи ефективними є методи систематичної десенсибілізації, візуально-кінестетичної дисоціації.

#### **Обговорення**

Водночас, всі психотерапевтичні підходи, на думку Р. Попелюшко, зорієнтовані, передусім, на:

- усвідомлення і осмислення тих подій, які послужили причиною актуального психічного стану;
- реакцію переживань, пов'язаних зі спогадами про психотравмуючі події внаслідок військових дій;
- прийняття того, що сталося як невід'ємної частини життєвого досвіду;
- актуалізацію адаптивної поведінки, необхідної для подолання негативних наслідків стресу внаслідок військових дій і адаптації до змінних внутрішніх та зовнішніх умов життєдіяльності (Попелюшко, 2015).

Основними цілями групових форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій, на думку О. Тімченко, є:

- емоційна стимуляція, соціальна активація і налагодження комунікацій;
- вироблення адекватних стереотипів поведінки, тренування спілкування і підвищення соціальної впевненості в собі;
- досягнення правильного уявлення щодо захворювання і порушень поведінки, корекція установок і відносин, оптимізація спілкування;
- розкриття змістовної сторони психологічного конфлікту, перебудова системи відносин і вироблення адекватних форм психологічної компенсації (Тімченко, 2000).

Водночас О. Тохтамиш виокремлює такі показники для проведення групових форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій (Тохтамиш, 2004): виражена потреба в психологічній підтримці і практичній допомозі, у встановленні значущих відносин замість втрачених; необхідність створення оптимістичної життєвої перспективи, розробки і випробування нових способів адаптації; готовність обговорювати власні проблеми в групі, розглядати і сприймати думки учасників групи з метою терапевтичної перебудови, необхідної для вирішення стресової ситуації і профілактики її рецидиву в майбутньому.

Основне значення у групових форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій надається таким чинникам: згуртованість, емоційна підтримка, універсальність, ідентифікація, самоврядування та емоційне реагування в групі. Звичай групи є відкритими, тобто на місце осіб, які закінчили реабілітацію надходять нові. Відкритість групи допомагає створенню у клієнтів оптимістичної тимчасової перспективи, навчає конструктивним спо-

собам адаптації, пізнання себе та інших, дає знання причин хворобливих розладів, забезпечує формування ефективніших когнітивних схем. У традиційних групових формах роботи забороняється обговорювати за межами групи те, що відбувається на заняттях в групі, в групах осіб, які постраждали внаслідок військових дій, навпаки, заохочується спілкування учасників групи за межами занять, їхня подальша соціалізація.

Основним методом групових форм роботи з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій є, на думку О. Буряк, М. Гіневського та Г. Катеруші, проблемна дискусія біографічної і тематичної спрямованості (Буряк, Гіневський, Катеруша, 2015). У подальшій груповій психотерапії значну роль відіграють тренінгові методики рольового тренінгу з використанням поведінкових процедур, психодрама з розігруванням рольових ситуацій.

У роботі з психотравмою в осіб, які постраждали внаслідок військових дій, доцільно використовувати одночасно методи групової та індивідуальної психотерапії. Припускаємо, що найефективнішою є така програма.

1. Встановлення психотерапевтичних відносин. Подальша психореабілітаційна робота повинна будуватися на базі встановлення теплих, дружніх терапевтичних відносин.

2. Робота з болем. Зняття больових відчуттів. Основними методами цієї роботи є: техніки НЛП, тілесно-орієнтована психотерапія, медитація, релаксаційні техніки.

3. Робота зі страхами:

- робота з притаманними всім страхами: за своє життя загалом та в майбутньому; зі страхом майбутнього нового болю; зі страхом проблем зі здоров'ям та неможливості подальшого повноцінного існування;
- з індивідуальними страхами: зі страхом бути вбитим під час сну, зі страхом заснути через повторюваність кошмарних снів, зі страхом переслідування. Основними методами роботи тут є техніка НЛП і тілесно-орієнтована психотерапія.

4. Відновлення сенсу життя – для тих, у кого немає бажання жити, фрустрованих, депресивних постраждалих осіб. Можливі методи: духовна практика і логотерапія.

5. Набуття нового сенсу життя. Методи: логотерапія, казкотерапія, бібліо- та кінотерапія, зустрічі з учасниками війни.

#### **Висновки**

Нині сучасна психологічна наука може запропонувати великий вибір технік і методик психотерапевтичної і психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок військових дій. До них можна віднести методи корекції посттравматичних станів: метод раціональної психокорекції, психологічний дебрифінг, методи психічної саморегуляції, методи особистісно-орієнтованої психокорекції. Групова психотерапія також може розглядатися як один з основних методів надання психологічної допомоги особам, які перенесли психотравмуючий стрес внаслідок військових дій.

Таким чином, з метою психологічної адаптації осіб, які постраждали внаслідок військових дій, необхідним є використання широкого арсеналу психологі-

чних технологій та групових форм роботи. Ці технології повинні містити вбудовані коригуючі механізми, бути простими, компактними, без побічних ефектів і в своїй сукупності охоплювати кожне психореабілітаційне завдання. Це, передусім, психотехнології усунення больових відчуттів і симптомів психотравми, гармонізації Я-концепцій осіб, які постраждали внаслідок військових дій, розвитку копінг-стратегій і дестигматизації соціальних стереотипів щодо осіб, які постраждали внаслідок військових дій. Окреслені у статті психотехнології і групові форми роботи можуть реалізувати наявний у них корекційний потенціал

### Література

1. Ageev V. S. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 2012. 450 с.

2. Александров Д. А., Охрименко І. М., Сербин Р. А. Психологічні чинники схильності дітей учасників бойових дій до постстресових психотравматичних переживань. *Наука і освіта*. 2017. №8. С. 16–25.

3. Буряк О. О., Гіневський М. І., Катеруша Г. Л. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил*. 2015. Вип. 3(44). С. 137–141.

4. Горбунова В. В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особливості при посттравматичних станах та розладах. *Наука і освіта*. 2016. №5. С. 40–45.

5. Климчук В. О. Посттравматичне зростання та як можна йому сприяти у психотерапії. *Наука і освіта*. 2016. №5. С. 46–52.

6. Коkun О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозинська Н. С. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

7. Оніщенко Н. В. Основні етапи переживання психічної травми. *Вісник Національного університету оборони України*. 2015. Вип. 3 (46). С. 225–231.

8. Попелюшко Р. П. Особливості психологічної реабілітації учасників військових дій засобами природничої рекреації. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Вип. 13. С. 198–207.

9. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.

10. Сафін О. Д. Основні підходи до функціонування системи психологічної реабілітації та реадaptaції учасників антитерористичної операції. *Наука і оборона*. 2016. Вип. 1. С. 66–75.

11. Синишина В. М. Реабілітація учасників АТО методами психологічної допомоги. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Вип. 13. С. 237–246.

12. Тарабрина Н. В. Психология посттравматического стресса: интегративный подход: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04. Санкт-Петербург, 2008. 362 с.

13. Тімченко О. В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, *Science and Education*, 2020, Issue 3

лише в тому випадку, коли в межах реабілітаційного процесу буде сформований дух співпраці і допомоги і будуть суворо дотримуватися принципи психологічної допомоги.

З огляду на це, стає все актуальнішою проблема реабілітації та загалом психологічної роботи з особами, які постраждали внаслідок військових дій, що вибудовується не лише на медичних, а й на соціально-психологічних дослідженнях, коло яких з питань комплексної реабілітації осіб, які постраждали внаслідок військових дій наразі сильно обмежений.

корекція та прогнозування: монографія. Харків: Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. 268 с.

14. Тохтамиш О. М. Реабілітаційна психологія: Навчально-методичний посібник. Вінниця: ТОВ Віндрук, 2004. 102 с.

15. Horowitz M. J. Stress-response syndromes: A review of posttraumatic and adjustment disorders. *Hospital and Community Psychiatry*. 2006. Vol. 37. No 3. P. 241–249.

### References

1. Ageev, V. S. (2012) *Mezhgruppovoe vzaimodeystvie: sotsialno-psihologicheskie problemy [Inter-group interaction: socio-psychological problems]*. Moscow: Publishing house of Moscow University [in Russian].

2. Aleksandrov, D. A., Okhrimenko, I. M., Serbyn, R. A. (2017). *Psikhologichni chynnyky skhylnosti ditei uchashnykh boiovykh dii do poststresovykh psykhotravmatychnykh perezhyvan [Psychological factors of predisposition of children of combatants to post-stress psychotraumatic experiences]*. *Nauka i osvita – Science and Education*, 8, 16–25 [in Ukrainian].

3. Buriak, O. O., Hinevskyi, M. I., Katerusha, H. L. (2015). *Shliakhy ta metody reabilitatsii osib z «viiskovym syndromom» ta posttravmatychnym stresovym rozladom [Ways and methods of rehabilitation of people with ‘military syndrome’ and post-traumatic stress disorder]*. *Zbirnyk naukovykh prats Kharkivskoho natsionalnoho universytetu Povitrianykh Syl – Collection of scientific works of Kharkiv National University of the Air Force*, 3(44), 137–141 [in Ukrainian].

4. Horbunova, V. V. (2016). *Spryanniia sotsialnoho otoczenia vidnovlenniu ta zrostanniu osoblyvosti pry posttravmatychnykh stanakh ta rozladakh. [Promoting the social environment to the recovery and growth of features in post-traumatic conditions and disorders]*. *Nauka i osvita – Science and Education*, 5, 40–45 [in Ukrainian].

5. Klymchuk, V. O. (2016). *Posttravmatychnе zrostannia ta yak mozna yomu spryiaty u psykhoterapii [Post-traumatic growth and how it can be promoted in psychotherapy]*. *Nauka i osvita – Science and Education*, 5, 46–52 [in Ukrainian].

6. Kokun, O. M., Ahaiev, N. A., Pishko, I. O., Lozinska, N. S. (2017). *Psikhologichna robota z viiskovoslužbovtsiamy – uchashnykamy ATO na etapi vidnovlennia: metodychnyi posibnyk [Psychological work with troops – ATO participants at the stage of recovery: a methodological manual]*. Kyiv: Research Center for Hu-

manitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine [in Ukrainian].

7. Onishchenko, N. V. (2015). Osnovni etapy perezhivannia psykhičnoj travmy [The main stages of experiencing mental trauma]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National University of Defense of Ukraine*, 3 (46). 225–231 [in Ukrainian].

8. Popeliushko, R. P. (2015). Osoblyvosti psykholohichnoi reabilitatsii uchashnykiv viiskovykh dii zasobamy pryrodnychoi rekreatsii [Features of psychological rehabilitation of participants in hostilities by means of natural recreation]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, 13, 198–207 [in Ukrainian].

9. Kisarchuk, Z. H. (Eds.). *Psykholohichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podii [Psychological assistance to victims of crisis traumatic events]*. Logos Publishing House LLC [in Ukrainian].

10. Cafin, O. D. (2016). Osnovni pidkhody do funktsionuvannia systemy psykholohichnoi reabilitatsii ta readaptatsii uchashnykiv antyterrorystychnoi operatsii [Basic approaches to the functioning of the system of psychological rehabilitation and re-adaptation of students

of anti-terrorist operation]. *Nauka i oborona – Science and defense*, 1, 66–75 [in Ukrainian].

11. Synyshyna, V. M. (2015). Reabilitatsiia uchashnykiv ATO metodamy psykholohichnoi dopomohy [Rehabilitation of anti-terrorist operation participants by methods of psychological assistance]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, 13, 237–246 [in Ukrainian].

12. Tarabryna, N. V. (2008). Psikhologiya post-travmatychnoho stressa: integrativny podhod [Psychology of post-traumatic stress: an integrative approach]. *Doctor's thesis*. Saint-Petersburg [in Russian].

13. Timchenko, O. V. (2000). *Syndrom post-travmatychnykh stresovykh porushen: kontseptualizatsiia, diahnozyka, korektsiia ta prohnozuvannia. [Syndrome of post-traumatic stress disorder: conceptualization, diagnosis, correction and prediction]*. Kharkiv: University of Internal Affairs Publishing [in Ukrainian].

14. Tokhtamysh, O. M. (2004). *Reabilitatsiina psykholohiia. [Rehabilitation psychology]*. Vinnytsia: Vindruk LLC [in Ukrainian].

15. Horowitz, M. J. (2006). Stress-response syndromes: A review of posttraumatic and adjustment disorders. *Hospital and Community Psychiatry*, 3(37), 241–249 [in English].

**Yuliia Hopkalo,**

*junior research scientist,*

*Laboratory of Applied Psychology of Education,*

*Ukrainian Scientific and Methodological Center for Applied Psychology and Social Work,*

*98-A, Vito-Litovsk Lane, Kiev, Ukraine*

#### **GROUP WORK ACTIVITIES WITH TRAUMATIZED PEOPLE WHO WERE AFFECTED BY MILITARY ACTIONS**

The problematic of mental traumatization and maladjustment of the personality as a result of extreme situations is very specific and diverse. The source of trauma is not only an objectively traumatic event, but also the imaginative activity of the psyche, which is formed on the basis of a previously experienced difficult event, unstable political, social picture of the world, lack of confidence in the future, stability and security. An attempt to build psychological aid based solely on the principle of symptom relief, anesthesia of mental pain and readaptation to the social environment is unlikely to be successful, since such an approach, which provides a detached view, without in-depth immersion in the individual experience of trauma and does not take into account the traumatogenic effect of unconscious fantasies which is one of the most powerful factors of trauma. The article refers to discussion and substantiation of the theoretical and methodological foundations of group work activities with traumatized people who were affected by military actions based on art therapy, game technologies, psychological debriefing trainings. As a result of author's scientific researches it has been determined that the rehabilitation of persons with psychological trauma who have suffered as a result of military actions is an integral complex of medical, physical, psychological, social, pedagogical activities aimed at recovery of health, psychoemotional state and working capacity. The basis of group work activities with people who suffered as a result of military actions is psychotherapeutic methods and appropriate techniques: psychological counseling, suggestion therapy, hetero- and autorelaxation techniques, cognitive psychotherapy, psychological debriefing, transactional analysis, psychodrama, musical psychocorrection, speech therapy and etc. The choice of working methods and techniques is determined by the individual psychological characteristics of each person who suffered as a result of military actions and the compatibility principle to method.

**Keywords:** person who suffered as a result of military actions, psychotrauma, group forms of psychological activities, methods, psychotechnics.

*Подано до редакції 02.10.2020*