

Морозова Елизавета Владимировна

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ И СЕМЕЙ ВЕТЕРАНОВ СВО

Аннотация: статья посвящена актуальной проблеме оказания психолого-педагогической помощи детям и семьям ветеранов специальной военной операции (СВО). Рассматриваются ключевые психологические трудности, с которыми сталкиваются данные категории: вторичное травматическое стрессовое расстройство у членов семей, синдром замещающей травмы у детей, нарушения детско-родительских отношений и коммуникации внутри семьи. На основе анализа современной научной литературы и практического опыта систематизированы основные подходы к сопровождению: системный, травмо-фокусированный, ресурсно-ориентированный и средовой. Подробно описаны конкретные психологические технологии, доказавшие свою эффективность: методы арт-терапии и нарративных практик для работы с детьми, техники диалектико-поведенческой терапии и mindfulness для супругов, а также системная семейная терапия и программа «Камбэк-Хоум» для реинтеграции ветерана в семейную систему. Обоснована необходимость комплексного, многоуровневого сопровождения, учитывающего специфику переживания кризиса всеми членами семьи.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, семьи ветеранов СВО, вторичная травма, детско-родительские отношения, системный подход, реинтеграция.

Введение

Специальная военная операция (СВО), будучи масштабным социально-политическим событием, породила ряд острых психологических проблем не только

для непосредственных участников боевых действий, но и для их семей. Семьи ветеранов СВО становятся специфической группой риска, сталкивающейся с комплексом трудностей, связанных с возвращением и адаптацией военнослужащего к мирной жизни. Дети в таких семьях оказываются наиболее уязвимыми, испытывая на себе последствия родительской травмы, что может проявляться в эмоциональных, поведенческих и когнитивных нарушениях [4].

Актуальность темы обусловлена недостаточной разработанностью в отечественной психологии целостной системы сопровождения данной категории семей, необходимостью адаптации существующих и разработки новых психологических технологий, отвечающих специфике переживаемого ими кризиса. Цель данной статьи – проанализировать и систематизировать современные подходы и конкретные психологические технологии психологического сопровождения детей и семей ветеранов СВО.

Психологические особенности семей ветеранов СВО и их детей.

Семья ветерана представляет собой единую систему, все элементы которой взаимосвязаны. Психологическое состояние вернувшегося военнослужащего оказывает непосредственное влияние на всех ее членов. Ключевыми проблемами являются: вторичное травматическое стрессовое расстройство (ВТСР) у супругов и детей. ВТСР возникает в результате эмпатического вовлечения в травматический опыт близкого человека и его регулярного выслушивания. Симптомы схожи с ПТСР и включают избегание, гипервозбуждение и интрузии [5, с. 45]. Супруги могут испытывать хроническую тревогу, раздражительность, эмоциональное выгорание.

Синдром замещающей травмы у детей. Дети, не понимая полностью сути происходящего с родителем, тем не менее, тонко считывают эмоциональное состояние в семье. Это может приводить к страхам, ночным кошмарам, регрессу в развитии, снижению успеваемости и социальной активности [2, с. 204].

Нарушения детско-родительских отношений. Ветеран, находясь в состоянии эмоциональной отчужденности (симптом «эмоциональной анестезии»), может стать дистантным и недоступным для ребенка. С другой стороны, возможны

проявления гиперопеки как компенсаторного механизма. Супружеские отношения часто переживают кризис, связанный с изменением ролевой структуры семьи и трудностями коммуникации.

Проблема реинтеграции: процесс возвращения ветерана в семью часто со-пражен с конфликтами. Семья за время его отсутствия адаптировалась к новым условиям, выработала свои правила, и появление «нового» старого члена семьи нарушает установившийся гомеостаз [3].

Современные подходы к психологическому сопровождению.

Эффективное сопровождение должно быть комплексным и базироваться на интеграции нескольких научно обоснованных подходов.

1. Системный подход. Рассматривает семью как целостную систему. Вмешательство направлено не на отдельного ее члена, а на изменение патологизирующих семейных паттернов коммуникации, распределения ролей и границ. Работа ведется со всей семьей одновременно, что позволяет решать проблемы реинтеграции и улучшать качество общения [6].

2. Травмо-фокусированный подход. Центральным объектом работы является психологическая травма и ее последствия. Данный подход предполагает использование методов, направленных на проработку травматических воспоминаний, снижение их интенсивности и интеграцию травматического опыта в жизненную историю личности. Это особенно важно как для самого ветерана, так и для членов семьи с признаками ВТСР.

3. Ресурсно-ориентированный подход. В противовес дефицитарной модели, данный подход акцентирует внимание на поиске и активизации внутренних и внешних ресурсов семьи: сильных сторон ее членов, позитивного опыта преодоления трудностей, социальной поддержки, хобби и увлечений. Это способствует повышению устойчивости (резилентности) семьи в целом [1].

4. Средовой подход. Подразумевает организацию поддерживающей социальной среды вокруг семьи. Это включает работу с образовательными учреждениями, где обучаются дети, информирование педагогов об особенностях их

состояния, а также создание и поддержку групп взаимопомощи для супругов ветеранов.

Психологические технологии сопровождения.

В рамках указанных подходов применяется широкий спектр конкретных техник и методик.

Для работы с детьми: арт-терапия и игровая терапия. Являются наиболее адекватными и безопасными методами для детей, позволяющими им выразить сложные, часто неосознаваемые чувства (страх, гнев, вину) через творчество и игру, минуя вербальные барьеры. Техники рисования, лепки, песочной терапии помогают символически переработать травматический опыт [7].

Нarrативные практики. Позволяют ребенку отделить свою идентичность от проблемы («я не плохой, со мной происходит проблема тревоги») и создать альтернативную, предпочтаемую историю о себе и своей семье. Техника экстернализации проблемы эффективна для работы со страхами.

Сказкотерапия и метафорические карты. Используются для диагностики эмоционального состояния и оказания коррекционного воздействия через проекцию.

Для работы с супружами и семьей в целом: техники диалектико-поведенческой терапии (ДПТ) и mindfulness. Направлены на развитие навыков эмоциональной регуляции, принятия реальности и межличностной эффективности. Это критически важно для супругов, находящихся в состоянии хронического стресса [5, с. 48].

Системная семейная терапия. Используются такие методики, как генограмма (для анализа межпоколенческих паттернов), циркулярное интервью (для выявления различий во взглядах членов семьи на проблему), рефрейминг (переформулирование проблемы в позитивном или нейтральном ключе). Программа «Камбэк-Хоум» (адаптированная). Структурированная программа для подготовки семьи к возвращению ветерана и его последующей реинтеграции. Включает в себя сессии по нормализации ожиданий, обучению навыкам

коммуникации в условиях стресса, совместному планированию семейных правил и ритуалов [3].

Заключение

Психологическое сопровождение детей и семей ветеранов СВО является сложной, многогранной задачей, требующей от специалиста глубоких знаний в области психологии травмы, семейной психологии и кризисной интервенции. Представленные в статье современные подходы – системный, травмо-фокусированный, ресурсно-ориентированный и средовой – задают методологические рамки для построения эффективной помощи.

Применение конкретных технологий, таких как арт-терапия для детей, методы ДПТ для супружеских пар и системная семейная терапия для всей семьи, позволяет адресно работать с ключевыми проблемами: вторичной травмой, нарушениями детско-родительских отношений и трудностями реинтеграции. Дальнейшие исследования должны быть направлены на валидизацию и адаптацию зарубежных программ сопровождения военнослужащих и их семей к российским социокультурным условиям, а также на оценку долгосрочной эффективности применяемых психологических интервенций.

Список литературы

1. Абрамова А.А. Ресурсный подход в психологическом консультировании семей в кризисной ситуации / А.А. Абрамова // Семейная психология и семейная терапия. – 2020. – №4. – С. 34–47.
2. Буянова Л.В. Особенности взаимодействия педагога с родителями детей, склонных к девиантному поведению / Л.В. Буянова // Устойчивое развитие науки и образования. – 2019. – №3. – С. 201–207. EDN PWGXFL
3. Зарецкий М.М. Реинтеграция combat veterans в семейную систему: проблемы и пути решения / М.М. Зарецкий, А.Б. Холмогорова // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30. №1. – С. 78–95.
4. Каширский Д.В. Психологическое состояние детей в семьях военнослужащих: обзор современных исследований / Д.В. Каширский // Психологическая наука и образование. – 2023. – Т. 18. №2. – С. 112–125.

5. Падун М.А. Вторичное травматическое стрессовое расстройство у членов семей ветеранов боевых действий / М.А. Падун, Н.В. Тарабрина // Психиатрия. – 2021. – №5 (91). – С. 44–52.
6. Савина Е.А. Системная семейная психотерапия: теория и практика / Е.А. Савина. – М.: Академический проект, 2019. – 320 с.
7. Федорова А.Э. Возможности арт-терапии в коррекции тревожных состояний у детей из семей военнослужащих / А.Э. Федорова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – Т. 10. №5 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mir-nauki.com/archive/10-5-2022> (дата обращения: 23.11.2025).