

5.3 ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9:316.6:392.3

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.3.43>

Шинкарьова Любов Володимирівна,

аспірантка Київського університету імені Бориса Грінченка

ORCID ID: 0000-0001-7327-756X

ДОСВІД СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДРУЖИНАМ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ У США ТА В УКРАЇНІ

EXPERIENCE OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO THE WIVES OF COMBATANTS IN THE UNITED STATES AND UKRAINE

У роботі досліджується тема соціально-психологічної допомоги сім'ям військовослужбовців та їх дружинам в Україні та в Сполучених Штатах Америки. Описана система та напрями підтримки членів родини в цих країнах. Дослідження проводилося за допомогою аналізу наукових праць, сайтів, соціальних мереж організацій, що надають підтримку родинам військовослужбовців.

Сім'я є динамічною структурою, що відображає зміни в суспільстві та сприяє створенню безпечного простору для життєдіяльності, який підтримується тісними родинними зв'язками. Тому соціально-психологічна допомога сім'ям військовослужбовців є важливою, оскільки передбачає безпеку та захищеність близьких бійців.

США має тривалий та ґрунтовний досвід розробки програм для підтримки рідних військовослужбовців. Для українського суспільства ця тема ще залишається новою та потребує більш широкого вивчення досвіду інших країн та особливостей адаптації отриманих знань у реаліях сьогодення.

У статті проаналізований досвід США із соціально-психологічної підтримки рідних військових. Загалом у країні діють центри для самоосвіти, отримання юридичної, психологічної, економічної підтримки. Проводиться робота з допомогою в працевлаштуванні, догляді за дітьми, рідними з інклюзією та запобіганні проявів домашнього насильства. Сім'ї військовослужбовців проходять навчання та дізнаються про особливості реакції особи, що отримала досвід воєнних дій.

В Україні тема соціально-психологічної підтримки рідних учасників бойових дій активно вивчається, масштабується та впроваджується в практику. Великий внесок у її розвиток роблять ветерани Антитерористичної операції\Операції об'єднаних сил та члени їх сімей, які на власному прикладі зустрілися з труднощами і змогли їх вирішити. У країні функціонують гарячі лінії підтримки, де можна отримати як психологічну, так і інформаційну допомогу, емоційну підтримку та кризове консультування. Також розвивається система груп взаємопідтримки «Рівний-рівному», функціонують центри юридичної, психологічної допомоги, пошуку зниклих військових та тих хто перебуває в полоні. Проте великою проблемою лишається, що не всі рідні бійців знають про існування та послуги центрів підтримки, а відповідно відчують себе самотніми та залишеними зі своїми проблемами.

Ключові слова: дружини учасників бойових дій, соціально-психологічна допомога, досвід підтримки США сімей військовослужбовців.

The topic of social and psychological assistance to the families of servicemen and their wives is explored in the article. The experience compares psychological assistance to the military in Ukraine and the United States. The support system for family members is described in these countries. The study was conducted through the analysis of scientific papers, websites, and social networks of organizations that provide support to the families of servicemen.

The family is a dynamic structure. It reflects changes in society and contributes to the creation of a safe space for life, which is supported by close family ties. Social and psychological assistance to the families of servicemen is important because it ensures the safety and security of close soldiers.

The United States has a long and solid experience in developing programs to support native servicemen. This topic is still new and requires a broader study of the experience of other countries in Ukrainian society.

The US experience in socio-psychological support of the military is analyzed in the article. Centers for self-education, and legal, psychological, and economic support operate in the country. The work is carried out with the help of employment, care for children, and relatives with inclusion and prevention of domestic violence. Families of servicemen are trained and learn about the peculiarities of the reactions of a person who has gained experience in hostilities.

The topic of social and psychological support of native participants of hostilities is actively studied, scaled, and implemented in practice in Ukraine. Veterans of the Anti-Terrorist Operation\Joint Forces Operation and their families make a major

contribution to its development. By their example, they encountered difficulties and were able to solve them. Support hotlines operate in Ukraine. A person can receive both psychological and informational help, emotional support, and crisis counseling. The system of peer-to-peer mutual support groups is also actively developing, and legal and psychological assistance centers operate in Ukraine. Institutions work to search for missing servicemen and prisoners. However, the big problem remains that not all relatives of the fighters know about the existence and services of support centers, and accordingly feel lonely and left with their problems.

Key words: *wives of combatants, social and psychological assistance, the experience of US support for military families.*

Постановка проблеми. З весни 2014 року в Україні відбуваються бойові дії. За цей час зміцнилася система підготовки військовослужбовців та розширилось коло послуг, які надають для адаптації бійця до мирного життя. Проте з лютого 2022 року розпочалося повномасштабне вторгнення Росії, відповідно розширилась географія бойових дій та кількість бійців. Зокрема, Ю. Лапутіна міністр у справах ветеранів відзначила, що до 24 лютого 2022 року в Україні було близько 500 тисяч людей, що є безпосередньо учасниками АТО/ООС. Міністр прогнозує, що кількість учасників бойових дій буде зростати [19].

Збільшення кількості осіб із військовим досвідом ставить відкритим питання комплексної адаптації бійців до мирного життя. За вісім років розвивалися сфери психологічної, юридичної допомоги, профадаптації та послуги санаторно-курортного лікування для військових. Проте на низькому рівні розвитку залишилася соціально-психологічна допомога сім'ям учасників бойових дій. Зі свого боку сім'я відіграє важливу роль у суспільстві та в ефективності бійця зокрема. Саме в сім'ї будується система цінностей, поглядів: економічних, правових, політичних, духовно-ідеологічних, психологічних, моральних та естетичних [9, с. 22]. Сім'я має ряд функцій, важливих для забезпечення дієздатності кожного з її членів так і суспільства зокрема. Загалом саме в сім'ї забезпечується потреба в любові, прийнятті, безпеці, визнанні через виконання виховних, емоційних, сексуально-еротичних функцій, встановлення духовного спілкування та первинного соціального контролю [18, с. 83]. Отже, історично родина має важливе значення в житті, оскільки забезпечує ряд функцій важливих для кожної особи. У ситуації повномасштабного вторгнення особливу увагу варто звернути на допомогу дружинам бійців, оскільки саме вони залишаються відповідальними за безпеку дітей, прийняття рішення про внутрішнє переселення або виїзд за кордон, пошук необхідних речей для чоловіків на фронті. Відповідно, як фізичні так і психологічні їх ресурси виснажуються та потребують відновлення і професійної підтримки.

Світова історія має досвід не одної війни, відповідно тема психологічної допомоги військовос-

лужбовцям та їх сім'ям досліджується в різних країнах. Зокрема, емоційний цикл розгортання, який характеризує особливості відправлення військового для виконання завдання та повернення додому досліджували К. Logan та С. Пінкус. Роль психологічної підтримки сімей для ветеранів можна знайти в роботах В. Глебова, О. Кляпець, І. Пампура, В. Остапович, І. Реви. Також напрацьована система робіт присвячених вивченню особливостей вторинної травматизації, стресу, емоційного напруження в дружин, які дочекалися повернення чоловіків із фронту. Дана тематика відображена в дослідженнях Є. Варлакової, Н. Журавльової. У наукових працях Н. Умеренкова, J. Davis, T. Knapp, S. Newman, C. Storm, D. Ward описані основні труднощі, з якими зустрічаються дружини військовослужбовців та способи їх підтримки. У роботах Н. Денисевич описані психотерапевтичні стратегії для дружин демобілізованих військових та членів сім'ї.

Метою статті є теоретичне вивчення досвіду США в підтримці сімей військовослужбовців та узагальнення й систематизації способів підтримки дружин бійців в Україні.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні в нашому суспільстві можемо спостерігати кризову ситуацію, яка згідно із Законом України «Про Раду національної безпеки й оборони України», трактується як крайнє загострення протиріч, гостра дестабілізація становища в будь-якій сфері діяльності, регіоні, країні [11]. С. Гута, говорячи про кризу, виокремлює такі її види: політична, економічна, державного управління та воєнно-політична. Саме остання активно проявляється в нашій країні, через порушення її територіальної цілісності та наявність прямого воєнного зіткнення. [5, с. 117].

Однак, розглядаючи кризи важливо відмітити ще такий їх різновид як сімейні. Вони проявляються в загостренні родинних суперечностей та різкому погіршенні ритму сімейного життя. Звичні моделі реагування членів родини більше не можуть вирішувати накопичені проблеми. Кризи можуть бути нормативними, тобто прогнозованими, так і ненормативними – спричиненими різними неочікуваними подіями, наприклад, хвороба, смерть близької людини, початок повно-

масштабного вторгнення, яке спричинило порушення цілісної картини світу, руйнацію відчуття безпеки та поставило нові виклики перед українськими родинами.

Зокрема, сімейні кризи впливають як на кожную особистість окремо, так і на родину в цілому. Відбувається зниження рівня задоволеності шлюбом, переживання психологічного дискомфорту, почуття спустошеності, змінюється локусу контролю з внутрішнього на зовнішній. Відповідно відбувається накопичення конфліктних ситуацій, порушення відчуття згуртованості сім'ї, зміна ієрархії та родинних ролей, накопичення негативних емоцій. [14, с. 106–108]. Тому українські сім'ї переживають комплекс складних життєвих подій, що пов'язані з загрозою безпеці на рівні країни в цілому та пошуком способів адаптації свого життя та родини до змінених умов середовища.

Военно-політичні та сімейні кризами впливають також і на родини військовослужбовців. За відсутності чоловіка дружина стає відповідальною за організацію побуту та безпеку сім'ї. Досліджуючи соціально-психологічну допомогу дружинам бійців необхідно враховувати кілька аспектів. Спектр проблем таких сімей широкий. У родинах можуть виникати як соціальні та психологічні труднощі, так і побутові та економічні. Новим для українського суспільства стало питання як допомагати членам сімей учасників бойових дій після початку повномасштабного вторгнення. У цій ситуації дружини бійців можуть переживати загрозу життю, тривогу за чоловіка, який перебуває на фронті, зустрічатися з рядом нових для себе питань, такими як: тимчасове переселення, терміновий пошук роботи, погіршення функціонування когнітивних процесів, емоційною нестабільністю, порушенням звичного розпорядку дня. Також варто звернути увагу на особливості комунікації дружини з чоловіком та вплив травматичного досвіду військового на сприйняття ситуації сім'єю. Дружини бійців, у період розгортання, коли чоловіка немає вдома відчують підвищене фізичне та психологічне навантаження, збільшення кількості обов'язків та розширення сфери відповідальності.

Заслуговує уваги питання підтримки родин, коли військовий повертається додому. Поширеними проблем, з якими стикаються жінки учасників бойових дій, після його повернення є нездатність прийняти свого чоловіка таким, яким він став, нерозуміння важливості адаптаційного періоду, який потрібний її чоловікові. Не менш важливою є увага до власних потреб та бажань, бо перебування в стані постійної готовності до

дій, тривоги та страху вичерпують ресурси жінок і можуть призвести до виникнення в них стресу, психосоматичних порушень. Тому часто дружини ветеранів потребують ефективної психологічної допомоги [8, с. 135–139].

Також дружини відзначають зміни в сімейному устрої після повернення бійця додому. Переосмислення сімейних ролей, напруження в стосунках та появу конфліктів, відсутність довіри чоловіка до соціуму, зміну поглядів на життя, очікувань щодо сімейного устрою, алкоголізація військового. Ці чинники впливають на дружин бійців та можуть стати причинами розвитку емоційного виснаження, депресії, стресу, вторинної травми [3, с. 93].

Саме сьогодні першочерговим є питання розробки та впровадження системи підтримки для родин військовослужбовців. Оскільки за даними дослідження 87% учасників бойових дій відзначають важливість соціальних контактів, які безпосередньо пов'язані з дружинами, дітьми, сім'єю в цілому, друзями та військовими побратимами. Одним із першочергових для бійців є бажання бачити в безпеці своїх дітей [17]. Розглядаючи досвід роботи з військовими США необхідно відзначити, що медики говорять про причини самогубств бійців не лише через вплив депресії чи відчуття стресу, але й через постійні переживання за родину. Тому в країні розробляють цілісну систему підтримки сімей військовослужбовців [1, с. 30]. Таким чином, можемо зробити висновок, що для військових сім'я є однією з провідних цінностей і розуміння, що рідні перебувають у безпеці допомагає концентруватися на бойовому завданні, а отже більш ефективно виконувати роботу та фокусуватися на турботі про своє життя.

Питання психологічної допомоги для членів сімей учасників бойових дій є доволі новим у нашій країні. На відміну від України США має великий досвід роботи з адаптації військових після воєнних дій. Сім'я військового є невід'ємною частиною його життя, тому неможливо підвищити ефективність службової діяльності та психологічну стійкість до бойового та оперативного стресу, не вирішивши проблемні моменти, з якими зустрічається родина бійця. У США функціонує «Система сімейної готовності» (Family Readiness System), яка представлена мережею агентств, програм та послуг. Family Readiness System спрямована на підтримку військовослужбовців та членів їх сімей. Дана система складається з багатьох організацій, частина, з яких входить до Міністерства оборони, а частина працює на державному і місцевому рівні [22].

Основний сегмент послуг передбачений Програмами служби військової спільноти Army Community Service (ACS). Дана програма включає в себе такі підрозділи як FAP – надають сімейні консультації, проводять семінари для зміцнення стосунків у парі, заходи протидії домашньому насильству та підтримки молодих батьків. SFAC створена для допомоги пораненим, хворим солдатам. Програма надає юридичну підтримку, консультації з пошуку житла, інформує про зловживання психоактивними речовинами, фінансове консультування. AFTB програма, що надає можливості для саморозвитку та розкриття лідерського потенціалу для військовослужбовців та членів їх родин. Програма складається з 3 рівнів – перший інформаційний, який розповідає про місію армії, особливості фінансової грамотності та сповіщає про місця, де можна отримати допомогу. Другий рівень спрямований на особистий ріст. Під час його проходження вивчаються теми командотворення, способів врегулювання конфліктних ситуацій та навички управління стресом. Третій рівень сконцентрований на розвитку лідерських навичок. Також важливою в армії США є програма EFMP, що надає підтримку сім'ям військовослужбовців з інклюзією – фізичними чи психічними порушеннями. Програма враховує той факт, що особам, які доглядають за людьми з інклюзією також потрібне відпочинок та час на себе. В армії діє vFRG – віртуальна група сімейної готовності, яка в дистанційному форматі підтримує зв'язок із членами родини військових [21].

У 2010 році в США почала діяти програма Comprehensive Soldier & Family Fitness (CSF2). Її штаб-квартира знаходиться в Пентагоні. Програма передбачає створення навчальних центрів, які широко представлені в мережі армії США та спрямовані на навчання й саморозвиток солдатів і членів їх сімей, для подолання складних життєвих ситуацій, підвищення рівня емоційної стійкості та збільшення якості життя. У навчальних центрах проводять повний курс, який складається з елементів розвитку ментальних здібностей, побудови довіри, постановки мети, управління увагою, контролю психічною енергією, формування креативно-направленої уваги. [15, с. 120; 23]. Узагальнюючи відзначимо, що дана програма створена для збереження психічного здоров'я та розвитку стійкості до складних життєвих ситуацій, як військових так і членів їх сімей.

Аналізуючи досвід соціально-психологічної підтримки сімей військовослужбовців США варто зазначити системний та цілісний підхід. Наявна мережа закладів, розроблені програми, що під-

тримують сім'ї військових та надають послуги на різних рівнях – допомога з працевлаштуванням, освітня та просвітницька робота, інформаційна підтримка, юридичний супровід, психологічне консультування. Дані програми спрямовані на підвищення стійкості та забезпечення зростання рівня благополуччя родин військовослужбовців [10, с. 694–695; 16, с. 180–184].

У нашій державі основними нормативно-правовими документами, які регулюють соціальну та психологічну підтримку сімей учасників бойових дій є Закон України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» та Закон України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей». Аналізуючи дані документи варто зазначити, що психологічна допомога та підтримка для членів сімей учасників бойових дій не виокремлена окремим блоком. Робота із сім'ями згадується в межах завдань психологічного супроводу службової діяльності особового складу в контексті соціально-правової допомоги членам сімей військовослужбовців, що здійснюється на базі військових міських, районних комісаріатів та в контексті реабілітаційних програм. Робота з членами сімей військовослужбовців передбачає як індивідуальну, так і групову форми надання послуг. Можемо проаналізувати, що в Україні немає розгалуженої системи соціально-психологічної підтримки на державному рівні. Проте з кожним роком країна робить кроки до поліпшення системи допомоги бійцям та їх рідним. Так на офіційному сайті Міністерства в справах ветеранів України з'явився розділ e-Ветеран – система інформаційних сервісів, де можна знайти заклади, особливості подачі заявки для отримання санаторно-курортного лікування, психологічної реабілітації, професійної адаптації [7].

Також з'являється все більше ініціатив та громадських організацій, які спрямовують свою роботу як на військовослужбовців, так і на членів їх сімей. Далі в статті представлений короткий огляд кількох таких установ.

Директорка ГО «Громадський рух «Жіноча Сила України» Н. Умеренкова активно займається вивченням іноземного досвіду роботи із сім'ями військовослужбовців та труднощами, з якими зустрічаються дружини бійців під час циклу розгортання. Зазначає, що дана громадська організація має кілька провідних завдань. Надає соціально-психологічну підтримку родинам військовослужбовців, учасникам російсько-української війни, бере участь у формуванні системи соціально-психологічної підтримки сімей військовослужбовців на базі військових структур,

займається встановленням партнерської взаємодії між сім'ями військовослужбовців та армією [4]. З 16 березня 2022 року на базі ГО «Громадський рух «Жіноча Сила України» була запущена служба психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців. Тепер рідні військових мають змогу зателефонувати на гарячу лінію та отримати психологічну допомогу – обговорити свій емоційний стан, особливості комунікації з дітьми, реакції на стресові ситуації. Також на лінії проконсультують із соціальних питань – куди звернутися для отримання допомоги, оформлення виплат та пільг, як діяти, коли тривалий час немає зв'язку з військовим, тощо. Ще одним напрямком роботи служби є проведення груп підтримки для дружин, матерів, сестер та коханих військовослужбовців. Зустрічі проходять в онлайн-форматі в супроводі досвідчених психологів [13].

Н. Умеренкова зазначає, що під час бойових дій для військового важливо знати, що його рідні знаходяться в безпеці та про них є кому потурбуватися. Тоді боєць може сконцентруватися на завданні та віднайти важливий баланс між роботою та родиною [2].

У 2018 році було створено Veteran Hub – простір для ветеранів та громадських організацій, що працюють у сфері ветеранських справ. Veteran Hub надає послуги як військовослужбовцям, так і їх сім'ям. Зокрема тут можна отримати комплексну допомогу – консультацію юриста, психолога, кар'єрного радника, відвідати групу підтримки за принципом «рівний-рівному» для учасників бойових дій та дружин бійців [20].

У 2019 році почала функціонувати Lifeline Ukraine – національна гаряча лінія з питань профілактики самогубств та підтримки психічного здоров'я серед ветеранів АТО/ООС та членів їх родин. Лінія працює цілодобово та надає консультації як у телефонному режимі, так і за допомогою чатів та месенджерів у соціальних мережах, що робить її послуги доступними для сімей українських військовослужбовців у будь-якій частині світу. Варто зазначити, що велика частина працівників лінії має бойовий досвід, що допомагає краще зрозуміти клієнта та побудувати систему довіри й підтримки в спілкуванні [6].

Центр «ЯРМІЗ» було засновано наприкінці 2019 року за ініціативи ветеранів та волонтерів. Місія центру – трансформація ветеранів/ветеранок АТО/ООС та їхніх родин для створення демократичного, конструктивного, інтелектуального суспільства в Україні та Європі шляхом побудови платформи для об'єднання всіх зацікавлених сторін. Зокрема, «ЯРМІЗ» надає послуги спортив-

ної реабілітації, психологічної допомоги та соціальної реінтеграції. Більш детально зупинимося саме на психологічній підтримці, яка передбачає роботу з учасниками бойових дій, групові консультації у вигляді семінарів, тренінгів, консультування пар для зміцнення стосунків подружжя, послуги дитячого психолога. Отже, психологічна допомога ґрунтується на принципах конфіденційності, комплексності, професійності та родинному підході. Головною метою діяльності «ЯРМІЗ» є досягнення учасниками АТО/ООС стану фізичного, психологічного, економічного, соціального та духовного благополуччя [12].

Таким чином, можемо зробити висновок, що велика частина громадських організацій та ініціатив для підтримки ветеранів та членів їх сімей, була започаткована самими учасниками бойових дій, що з одного боку допомагає розуміти актуальність потреб, проблем, із якими зустрічаються бійці, а з іншого така залученість до громадської діяльності допомагає адаптації до мирного життя та пошуку своєї ролі в соціумі військовим.

Висновки. Сім'я є важливою структурою, у якій відбувається формування та розвиток особистості, забезпечення необхідних для життєдіяльності потреб. Родинні зв'язки впливають на ефективність військового на полі бою, тому важливо, щоби його сім'я перебувала в безпеці та отримувала допомогу на місцевому та державному рівнях.

Відповідно було проведено аналіз систем соціально-психологічної підтримки сімей військовослужбовців в Україні та США. Варто відмітити, що США мають розгалужену систему підтримки бійців та їх родин на державному рівні. Соціально-психологічні програми підтримки функціонують на місцевих рівнях та є доступними для військових та їх рідних.

Водночас, програми підтримки в Україні є розрізненими та залежать від місцевих ініціатив. Проте варто зазначити, що питання соціально-психологічної підтримки масштабується, з'являються нові організації, партнерські програми. А українські спеціалісти переймають досвід підтримки рідних військових у колег зі США, Ізраїлю, Канади, Великої Британії. Цим самим адаптуючи накопичені знання до менталітету та специфіки проблематики нашої країни.

Перспективами подальшої роботи є проведення емпіричного дослідження, з метою визначити які чинники зараз створюють найбільше труднощів для дружин учасників бойових дій, особливості їх емоційного стану та факторів, що підтримують жінок у складній життєвій ситуації.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Агаєв Н.А., Коқун О.М., Герасименко М.В., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням : Методичний посібник. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. С. 156.
2. «В армії США є посадова особа, яка на рівні батальйону відповідає тільки за роботу із сім'ями військовослужбовців». *АрміяInform – Інформаційне агентство АрміяInform*. URL: <https://armyinform.com.ua/2021/06/14/v-armiyi-ssha-ye-posadova-osoba-yaka-na-rivni-bataljonu-vidpovidaye-tilky-za-robotu-iz-simyamy-vijskovosluzhbovcziv/> (дата звернення: 15.06.2022).
3. Гридковець. Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : Навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. С. 236.
4. Громадська організація «Громадський рух «Жіноча Сила України» | Про нас. *Громадська організація «Громадський рух «Жіноча Сила України»*. URL: <http://syta.in.ua/pro-nas/> (дата звернення: 14.06.2022).
5. Гута С.С. Поняття «кризова ситуація, зумовлена воєнно-політичними чинниками», «воєнно-політична криза» в теорії державного управління. *Інвестиції: практика та досвід*. 2017. № 7. С. 216–220.
6. Домашня сторінка. *Домашня сторінка – Lifeline Ukraine*. URL: <https://lifelineukraine.com/> (дата звернення: 20.06.2022).
7. e-Ветеран – Система інформаційних сервісів Мінветеранів. URL: <https://sis.mva.gov.ua/> (дата звернення: 13.06.2022).
8. Журавльова Н. Ю. Особливості вторинної травматизації в дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2018. С. 124–151
9. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисяк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молоді сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
10. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсянникова [та ін.]. К. : Наш формат, 2017. 1068 с.
11. Про Раду національної безпеки й оборони України : Закон України №183/98-ВР від 5 березня 1998 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/183/98-%D0%B2%D1%80#Text>
12. Психологічна підтримка – Yarmiz. *Yarmiz – Center*. URL: <https://yarmiz.org.ua/psychological-aid/#couple> (дата звернення: 18.06.2022).
13. Служба психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців URL: <https://www.pidtrymka.in.ua/> (дата звернення: 14.06.2022).
14. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посібник. Кременчук : ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
15. Ткаченко В., Костюкова Н. До проблеми організації психологічної підготовки до бойових дій в арміях країн НАТО. *Вісник Національного університету оборони України*. 2018. № 2. С. 119–126.
16. Умеренкова Н. Ф. Психологічні особливості комунікативної поведінки дружин у сім'ях комбатантів : дис. ... канд. псих. наук : 30.03.2021. Київ, 2021. 370 с.
17. Циганчук Т. В., Шинкарьова Л. В. Вплив стресу на уявлення про майбутнє в учасників бойових дій. *Психологічний часопис*. Київ, 2019. № 5 С. 264–276.
18. Яблонська Т.М. Актуальні проблеми досліджень сучасної сім'ї в Україні. *Соціологія*. 2004. С. 80–84.
19. Interfax-Ukraine. Лапутіна: Ветеран, який повертається з перемогою, має бути рушієм позитивних змін у країні. *Інтерфакс-Україна*. URL: <https://interfax.com.ua/news/interview/830543.html> (дата звернення: 17.06.2022).
20. Veteran Hub. URL: <https://veteranhub.com.ua/> (дата звернення: 18.06.2022).
21. ARMY MWR. URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance> (дата звернення: 13.06.2022).
22. Military OneSource. URL: <https://www.militaryonesource.mil/family-relationships/family-life/keeping-your-family-strong/military-family-readiness-system/> (дата звернення: 13.06.2022).
23. ReadyArmy. URL: https://ready.army.mil/ra_csf.htm (дата звернення: 13.06.2022).