

Психологическая помощь участникам СВО и членам их семей

Логинова Юлиана Юрьевна

Кандидат педагогических наук, психолог,
главный специалист ГАУ ДПО СО ПРУЦ

Когда семья живёт между надеждой и тревогой

«Жена участника СВО приходит "просто уточнить меры поддержки" — за этим бессонные ночи, страх звонка, срывы на детей, изматывающее ожидание.»

Подросток, у которого отец на СВО: агрессия, молчание, конфликты. Фраза «мне всё равно» — крик о помощи, который никто не слышит.

- ❏ **Семьи участников СВО живут в состоянии длительного дистресса — и именно специалист становится для них первой точкой опоры.**



Это не разовый стресс. Это длительное психологическое сопровождение

За каждым обращением — многослойная реальность, с которой специалист сталкивается ежедневно. Работа идёт не только с человеком, но и с семьёй как с живой системой.



Что это значит для специалиста

Каждый из этих факторов требует не просто сочувствия, а понимания механизмов длительного дистресса и конкретных инструментов работы.

- Типология семей участников СВО — разные семьи, разные запросы
- Влияние хронического стресса на всю семейную систему
- Межведомственное взаимодействие как ресурс помощи

Добрых намерений уже недостаточно

Намерение помочь

Эмпатия, желание поддержать, общий профессиональный опыт — этого уже мало, когда перед тобой семья в кризисе.

Умение помочь

Специальные алгоритмы, понимание травмы, навыки работы с детьми и взрослыми, профессиональная устойчивость.

Риск ошибки в контакте

Неверный подход может усилить закрытость, чувство вины и отчаяние у семьи.

Выгорание специалиста

Работа с травмой, страхом и утратой без специальной подготовки истощает самого помогающего.

 **Семьям участников СВО нужен не просто сочувствующий специалист, а подготовленный специалист.**

Следующий шаг — стать специалистом, который действительно умеет помогать

Сегодняшнее мероприятие помогает увидеть масштаб задачи. Следующий шаг — получить системные знания и инструменты для реальной работы.



Практические алгоритмы

Конкретные протоколы работы с семьями участников СВО в кризисных ситуациях.



Психология длительного дистресса

Понимание механизмов хронического стресса у взрослых и детей.



Профилактика выгорания

Навыки профессиональной устойчивости и заботы о себе для помогающих специалистов.

Когда к вам приходит семья участника СВО, важно не просто быть рядом. Важно — уметь помочь.