

## Методичні рекомендації на тему: «Ключові аспекти спілкування з військовослужбовцями та ветеранами в суді»



Етичне спілкування з військовими та ветеранами ґрунтується на повазі, тактовності та розумінні їхнього досвіду. Важливо бути чутливими до їхніх потреб, уникати стереотипів і показувати готовність підтримати, вислухати і прийняти індивідуальність кожного.

Основні поради при спілкуванні:

- ✓ Звертайтеся на «Ви», використовуйте офіційні звернення або ім'я та по батькові.
- ✓ Уникайте надмірної жалісливості або, навпаки, зверхності. Спілкуйтеся як з рівним партнером.
- ✓ Дякуйте за службу, якщо це доречно, але робіть це щиро і коротко. Говоріть слова підтримки, але без фраз «Я Вас розумію»
- ✓ Майте на увазі можливість ПТСР або контузій. Це може проявлятися в уповільненій реакції, дратівливості або труднощах з концентрацією.
- ✓ Зберігайте спокійний, рівний тон голосу. Уникайте різких рухів та занадто гучних звуків.
- ✓ Давайте час на відповідь. Не перебивайте та не квапте.
- ✓ Говоріть чітко, уникайте складних юридичних термінів без пояснення.
- ✓ Ставте прямі та конкретні запитання.
- ✓ Уникайте тригерних питань про бойовий досвід, якщо це не стосується суті справи
- ✓ Забезпечте можливість ветерану бачити вхід/вихід у приміщенні (це знижує рівень тривоги).
- ✓ Поважайте особистий простір; уникайте раптових дотиків.
- ✓ Чітко пояснюйте права, обов'язки та наступні кроки в процесі.
- ✓ Переконайтеся, що людина зрозуміла процедуру та розклад засідань.
- ✓ За можливості, старайтеся завершити розмову на позитивні ноті.

Окрім вербальних тригерів, є багато і фізичних подразників – гучні та специфічні звуки, дотики, спалахи світла, запахи. Як наслідок у ветеранів та військових може виникати психологічна реакція, яка іноді супроводжується: пришвидшеним серцебиттям, швидким

поверхневим диханням, тремором рук, блідістю обличчя, онімінням та слабкістю в ногах, відчуттям задухи, втратою контролю над тілом, панічною атакою, втратою свідомості.

Для того щоб послабити напругу у розмові з військовими та ветеранами, психологи радять:

- ✓ Говорити з людиною, стишуючи тон. Спокійний, м'який тон допомагає зняти емоційну напругу.
- ✓ Змістити фокус уваги. Якщо певна тема викликала гостру реакцію, дискомфорт або емоційне напруження, варто змінити тему, перевести фокус уваги на щось інше, що зацікавить або здивує людину.
- ✓ Застосувати стабілізуючі методи. Просте фізичне відволікання, наприклад, випити склянку води чи зробити короткий запис від руки, допомагає повернути контроль над ситуацією.
- ✓ Знати і використовувати протокол при панічній атаці. У випадку, якщо співрозмовник стикається з панічною реакцією, важливо знати базові прийоми для заспокоєння: повільне дихання, заземлення через відчуття опори та зосередження на предметах навколо.

Утримайтесь від порад. Краще запитати: «Чим зараз конкретно я можу Вам допомогти?» Важливо розуміти, що ніколи не можна давати порожні обіцянки. Часто людям, які переживають подібний досвід, треба дати можливість висловитись, а вам просто вислухати та не намагатись переконувати в чомусь.

Спілкування з військовослужбовцями в межах судового засідання, коли вони є стороною у справі (обвинуваченими, відповідачами або позивачами, правопорушниками), потребує особливого балансу між дотриманням процесуальних норм і розумінням специфіки їхнього досвіду.

Ось ключові особливості, на які варто звернути увагу:

### 1. Процесуальна прозорість та «відчуття справедливості»

Для людей, які звикли до чіткої ієрархії та наказів, судовий процес може здаватися заплутаним або несправедливим через бюрократичні нюанси.

- Детальне пояснення кроків: Військовим важливо розуміти не лише *що* відбувається, а й *чому*. Роз'яснення прав має бути не формальним зачитуванням, а доступним інструктажем.
- Повага до статусу: Навіть якщо особа є обвинуваченою, важливо уникати зневажливого тону. Визнання заслуг (якщо вони є) при встановленні особи може знизити рівень початкової ворожості до системи.

### 2. Психологічні тригери судового засідання

Судова зала сама по собі є стресогенним середовищем (обмежений простір, присутність конвою, офіційна мова).

- Реакція на тиск: Прямий тиск або агресивний стиль допиту може викликати або «закритість» (відмову говорити), або спалах агресії як захисну реакцію. Краще працює спокійний, але впевнений тон.
- Гіперпильність: Військові часто несвідомо контролюють простір. Не варто розцінювати їхнє озирання або напружену позу як неповагу до суду — це звичка, вироблена в зоні бойових дій.

### 3. Специфіка сприйняття часу та фактів

- Конкретика понад усе: Військові зазвичай звикли до чітких доповідей. Запитання «розкажіть взагалі про той день» може бути складним. Ефективніше ставити уточнюючі, послідовні запитання про час, місце та дії.
- Складнощі з емоційним описом: Військовим може бути важко описувати свої почуття під час подій. Вони часто фокусуються на фактах виконання чи невиконання

завдання, що суду може здатися «холодністю» або відсутністю каяття, хоча це лише особливість професійної деформації.

#### 4. Врахування фізичного та ментального стану

- Акустичні особливості: Якщо людина мала контузії (акубаротравми), вона може погано сприймати швидку мову. Потрібно говорити чітко і, за потреби, повторювати інформацію.
- Когнітивна втомлюваність: Тривалі засідання можуть бути виснажливими для людей з ПТСР. Доцільно робити короткі перерви (кожні 45-60 хвилин), щоб людина могла змінити обстановку та відновити концентрацію.

#### 5. Робота з тригерними темами

- «Цивільний» погляд на війну: Спроби прокурорів або адвокатів давати оцінку бойовим діям з точки зору цивільної логіки викликають різке неприйняття. Питання мають стосуватися лише юридично значущих фактів.

Суд має залишатися територією закону, але при цьому демонструвати, що він бачить у військовому людину з унікальним і важким досвідом, а не просто учасника судової справи.

Керівник апарату суду

Наталія КАДОБНА