

## Історія Юлії Содух, учасниці обласного конкурсу «Жінка Донеччини» 2024 року, номінація «Захисниця року»



Содух Юлія Вікторівна народилася і виросла в Донецькій області. У 1996 році закінчила 11 клас Златоустівської загальноосвітньої школи I-III ст. Волноваського району Донецької області.

У 2006 р. закінчила Бердянський державний педагогічний університет, спеціальність «соціальна педагогіка». З 2001 р. по 2013 р. працювала вчителем у Хлібодарівській та Златоустівській школах. З 2014 р. працювала в управлінні освіти, сім'ї молоді та спорту Волноваської районної державної адміністрації і з 2019 р. була увільнена до лав ЗСУ. У 2022 році нагороджена Відзнакою Командувача об'єднаних сил «ЗА ЗВИТЯГУ ТА ВІРНІСТЬ», у 2023 році – медаллю Окремого стрілецького батальйону.

«Моя історія почалася задовго, до початку повномасштабної, ще у 2019 році. Маючи за спиною 16 років педагогічного стажу, волею долі у свої 40 років вирішуюю йти до лав Збройних Сил України», – згадує пані Юлія. Шлях навчання, як для жінки, виявився дуже складним... Три місяці загальних навчань, місяць лідерських курсів з тривалими фізичними навантаженнями, тактичними вправами, мозковими штурмами, психологічною стійкістю та витривалістю. Але це не було марно, як кажуть: «Бери там де доступне, віддаси там, де потрібно», так все і вийшло. Всі ці знання, вміння й навички знадобилися 22 лютого 2024 року і продовжують допомагати.

Службу почала в 56 ОМБр м.Маріуполь на посаді головного сержанта взводу управління начальника управління протиповітряної оборони, де служила протягом трьох років. «Увесь цей час з моменту мобілізації, а саме з 22.02.2024 року, моя задача – навчити, адаптувати та супроводжувати мобілізованих 24/7», – розповідає жінка.

«Наш взвод, а потім «родина» з 8 військовослужбовців потроху росла, приходили нові люди, кумедні, сумні, забиті, бойові... Різні. Ми навчалися. Так наша «родина» нараховувала 20 побратимів, щось виходило, щось ні, хтось психував, не хотів тощо. Але все змінилось після першого потужного прильоту», – пригадує пані Юлія. На той час, на щастя, були викопані бруствери для зенітних установок та окопи по периметру території, за яку взвод ніс відповідальність. Обстріл почався 00:30. Це був касетний снаряд, за

100 метрів горів будинок, де жила цивільна родина. Згодом з'ясувалося, що вони встигли сховатись у підвал, коли військові їх шукали. Обстріл тривав до 4 ранку вже осколково-фугасним 152-мм. Для більшості це був перший обстріл, була паніка, намагалися заспокоїти, рахували між спалахом й вибухом хвилини, розуміючи на скільки близько ворог.

Зрозуміло, що коли в людині шок, як би ти не вчив, куди тобі бігти й займати позицію, все залежить від того, яка в тебе буде реакція на стрес. Було багато поранених, слава Богу, легких. З Юлією був санітар, то разом швиденько зробили перев'язки, навіть турнікети накладати не довелось. Одному побратиму пані Юлія надавала психологічну допомогу, бо бідний витрушував свого напарника, з яким стояв на посту, зі спальника, вважав що він і досі там. З цього моменту обстріли почались постійно, змінювався час доби, їх інтенсивність та тривалість.

«З цього моменту моя підготовка до виходу на першу лінію хлопців почалася ще жорсткіше, та й вони це почали розуміти самі, мені навіть умовляти не приходилось» – розповідає жінка. Попереду була зима, і це додавало додаткових незручностей на передовій: підігріти їжу, зігрітись тощо. Почались додаткові навчання, одне з них – це «Дакота». Було дуже смішно: під час копання траплялось каміння, хлопці хотіли кидати його в інше місце. Але умови на передовій інші: ти або «швидкий», або «мертвий». Тому відпрацьовували до автоматизму навички тактичної медицини, прийоми саморегуляції, психологічної стійкості, тактики, орієнтиру на місцевості тощо. А ще готували свої організми до того, що вони довгий час не зможуть отримувати їжу, воду, не зможуть випорожнитись тоді, коли захочуть, а може й навпаки – відбутись «декомпресія». І Юлія завжди говорила своїм підопічним, що це все нормально, бо вони знаходяться в ненормальних умовах...

Час настав, командир зачитує бойове розпорядження, час вирушати, молися, щоб усі вийшли живі... Пані Юлія пригадує: «Так було багато разів, щоразу були 300-ті, ти радієш, бо живий, нічого, попереду лікування, потім реабілітація, додому поїде, рідних побачить. Тяжко, коли 200-ті, коли пліч-опліч пів року готував з ним їжу, копав бліндаж. І він, наймолодший, 23 рочки, ще стелажі не зробили, на землі постелив... Я його питаю: «Ігорю, чому в кімнату не йдеш?». А він мені: «Вікторівно, мені й тут добре, я все одно в наряді». З рідними говорити тяжко, пояснювати, чому він, а не ти, тяжко...»

З квітня 2023 року по теперішній час Юлія Вікторівна служить офіцером-психологом для своїх побратимів, стабілізує після виходу з першої лінії, перенаправляє до вузьких спеціалістів, супроводжує під час лікування.

«За весь свій досвід хочу сказати, що 2022 рік ніс в собі бойовий стрес, бойові психотравми, біль втрат, почуття провини. 2023 рік – бойове виснаження, агресію, депресію, емоційну амнезію, контузії, порушення пам'яті та уваги. 2024 рік – біль від несправедливості переходить на розпач. Апатія. Зміна Я-концепції (Хто я тепер? Хто я зараз? Після того, що пройшов, що бачив, що робив, що прожив)», – зазначає пані Юлія і продовжує працювати задля збереження України та її самостійності.