



International Science Group

ISG-KONF.COM

XXIII

**INTERNATIONAL SCIENTIFIC
AND PRACTICAL CONFERENCE
"WORLD WAYS AND METHODS OF IMPROVING
OUTDATED THEORIES AND TRENDS"**

Zagreb, Croatia

June 11 - 14, 2024

ISBN 979-8-89372-177-5

DOI 10.46299/ISG.2024.1.23

WORLD WAYS AND METHODS OF IMPROVING OUTDATED THEORIES AND TRENDS

Proceedings of the XXIII International Scientific and Practical Conference

Zagreb, Croatia
June 11 – 14, 2024

PSYCHOLOGY		
55.	Kolyukh O., Oragwuncha C. THE DYNAMICS OF PARENT-CHILD RELATIONSHIPS IN NIGERIA: CULTURE, PARENTING STYLES, AND SOCIOECONOMIC FACTORS	252
56.	Багрянцев Ю.М., Венгер Г.С. ПИТАННЯ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ ПСИХОЕДУКАЦІЇ ПРИ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ ЗАКЛАДІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ	258
57.	Барболін І.С. ДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ З ДЦП	262
58.	Радкіна В., Вересова О. ГАДЖЕТ-ПРОБЛЕМА СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОСТІ	265
TECHNICAL SCIENCES		
59.	Abaszada E. ENHANCING QUANTUM NETWORK SECURITY WITH A PYTHON-DRIVEN QUANTUM KEY DISTRIBUTION SOLUTION	269
60.	Andrushchak I., Balaniuk A., Polishchuk S., Kozak A. MODERN CHANGES IN INNOVATIVE TECHNOLOGIES OF WEB DEVELOPMENT	282
61.	Aowei Shen, Xinlei Liao SEMANTIC DEVELOPMENT AND APPLICATION BASED ON NATURAL LANGUAGE PROCESSING	287
62.	Botiakov A. SAFETY AND EFFICACY OF COVID-19 VACCINES TRANSPORT	299
63.	Cen Song CHIP DESIGN IN HETEROGENEOUS COMPUTING ARCHITECTURES	303
64.	Chengqian Fu, Hao Yan, Ping Qu, Beibei Zhang ENHANCING NLP THROUGH ADVANCED SEMANTIC ANALYSIS TECHNIQUES	308

ПИТАННЯ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ ПСИХОЕДУКАЦІЇ ПРИ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ ЗАКЛАДІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ

Багрянцев Юрій Миколайович,

здобувач заочної форми навчання

1 курсу магістерського рівня

кафедри психіатрії, медичної та спеціальної психології

ДЗ «Піденноукраїнський національний педагогічний університет

імені К.С.Ушинського»

КНП ММР «Миколаївська міська лікарня №3»

психолог

Венгер Ганна Сергіївна,

кандидат психологічних наук,

старший викладач кафедри психіатрії, клінічної та спеціальної психології

Південноукраїнського національного педагогічного університету

імені К. Д. Ушинського

Практичний психолог вищої категорії ЗДО 17

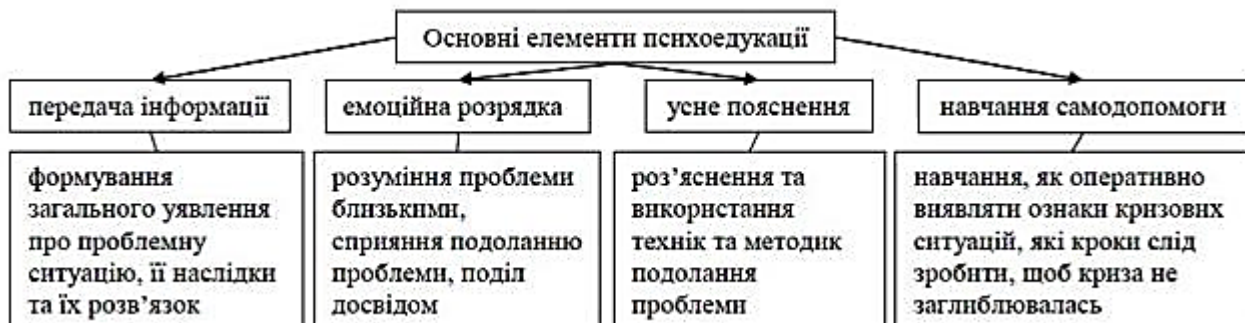
м. Миколаєва

Особливо гострими на сьогодні є проблеми реабілітації військових та відновлення їх соціалізації у мирному житті. Майже кожен військовий, який отримає медичну допомогу у спеціалізованому закладі охорони здоров'я має ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Одними з основних симптомів ПТСР є: флешбеки (ввижаються неприємні спогади воєнних подій), комплекси провини (туга за загиблими друзями), безпричинна агресія, направлена на сім'ю та близьких. Дані розлади характеризуються й соматичними проявами: порушенням сну, головними болями, серцевими нападами.

Іноді, щоб «заглушити війну в голові», військові вдаються до вживання алкоголю, що стає серйозною проблемою для їхніх родин та загрозою для успішної інтеграції у мирному суспільстві. Звісно, такі прояви спостерігаються у людей, які пережили жахи війни, у різній мірі, проте будь-яка психологічна травма потребує як часу для її подолання, так і підтримки з боку оточуючих людей (сім'ї, друзів, побратимів). Важливо зауважити, що не завжди оточуючі мають необхідні знання щодо природи таких проблем, їх профілактики та усунення. Саме тому до роботи залучаються психологи, формуючи партнерський зв'язок – військовий, психолог, рідня, друзі, тощо. Психологи, щоб допомогти військовому успішно адаптуватися в мирному житті, повинні не лише розробити терапевтичну антистресову програму з використанням різних методів та технік подолання стресу, але й ретельно діагностувати та сформулювати психологічну проблему реабілітації воїна. При цьому першочерговим завданням є допомогти

військовому зрозуміти, що з ними зараз відбувається. Метод психоедукації, який включає аналіз та пояснення етапів психологічних змін при психотравмуючих впливах є, на думку авторів, є дуже актуальним у спеціалізованому закладі охорони здоров'я під час війни. Такі знання допоможуть військовим та їхнім близьким з розумінням поставитися до свого стану та легше його пережити.

На перший погляд може здатися, що в психоедукації немає потреби, оскільки завдяки мережі інтернет доступно багато інформації. Однак, на жаль, в Україні ще недостатньо сформована «культура психотерапевтичного консультування». Пояснення природи психологічної травми, «шляху зцілення», надання літератури для самодопомоги, використання різних засобів для ознайомлення з психологічними проблемами адаптації воїнів після війни до мирного життя - інформаційних буклетів, книжок, відеофільмів, індивідуальних та групових лекцій, тренінгів, семінарів - є важливим компонентом сучасної психоедукації. Важливо пам'ятати, що психоедукація потрібна також близьким та родичам воїна. Інформація про наслідки психологічної травми, її симптоми та особливості протікання повинна сприйматися близькими не як дефект або хвороба воїна, а як тимчасова особливість, яка потребує допомоги. Відповідно, усі терапевтичні втручання при даних психологічних розладах можна розділити на дві групи: ті, що впливають безпосередньо на воїна, і ті, що покращують рівень його функціонування опосередковано через вплив оточуючого середовища (родина, друзі).



Як психологічний метод подолання ПТСР, психоедукація – це підхід, що базується на партнерстві та співпраці між психологом та воїном, який повернувся з війни. В умовах спеціалізованого закладу охорони здоров'я психолог представляє воїну не лише сучасні знання про його психологічну травму, її причини та наслідки у лаконічній і доступній формі, але й допомагає вибудувати когнітивну модель подолання травми в родині та на роботі, що стає своєрідною картою його соціалізації.

Метою психоедукації для воїна є краще розуміння власного психологічного стану після перенесеного стресу. Психолог знайомить його з методами, що дозволяють вийти з кризи та сприяють виявленню і залученню його сильних особистісних якостей, пошуку ресурсів для уникнення рецидиву і покращення психологічного здоров'я на довгостроковій основі. З кращим розумінням своєї проблеми, людина може краще жити з цим станом, адже для

подолання ПТСР певний час доведеться жити з симптомами нервового та психологічного розладу.

Наша держава не стикалася з проблемами реабілітації та соціалізації людей, які брали участь у військових діях, у таких масштабах, як сьогодні. Тому як самі воїни, що повернулися з війни, так і їхні родини мають великий інформаційний дефіцит щодо багатьох питань, пов'язаних з психічними розладами та соматичними хворобами, і є потреба в отриманні такої інформації. Водночас слід зазначити, що держава, на жаль, не має таких ресурсів, як брошури, листівки, плакати та інша література, тому тягар подолання інформаційного вакууму лягає на плечі психологів у спеціалізованих закладах охорони здоров'я.

Іноді з'являється виражений спротив тій частині інформації, яку психолог доносить до воїна або до членів його сім'ї: люди вважають, що справляться з проблемою самостійно або ж взагалі не визнають існування проблеми. Так, воїни часто відмовляються від допомоги психолога. Ця обставина зумовлює необхідність проведення профілактичних бесід з призовниками та добровольцями, а також з членами їхніх родин на спеціально організованих психоедукаційних заняттях.

Отже, психоедукація – це первинний засіб в роботі з воїнами, що повернулися з війни, який формує основу для подальших етапів, таких як стабілізація та контроль психологічного стану людини в умовах спеціалізованого закладу охорони здоров'я. Ці етапи включають використання техніки дистанціювання, коупінгу з румінаціями (як відповісти на всі питання? в чому сенс життя та смерті?), відволікання (заняття, що потребують стільки ж когнітивних зусиль, як і румінація). Закорінитися в реальності можуть допомогти також запахи (наприклад, протидія запаху палених шин, горілого палива або крові).

Дуже важливим етапом є пошук ресурсів, що дозволяють людині подолати психологічний розлад. Це можуть бути стосунки (і з живими, і з мертвими), духовність, спогади, мрії, спорт, медитація, творчість. Можна використовувати ресурсні вправи терапії – це позитивна уява, розмова з наставником, пошук безпечного місця, ресурсна історія (наприклад, життя вічне), втілення ресурсу в символ, який можна взяти з собою, так звані обереги.

Заключним етапом надання психологічної допомоги є вибудовування плану майбутнього життя: зменшення симптомів ПТСР, регулювання пам'яті про події, відновлення стосунків, підвищення самооцінки тощо.

Психоедукація є спеціальною частиною реабілітаційного комплексу, що суттєво доповнює соціальні зусилля з повернення воїнів у мирне життя.

Література

1. Актуальні проблеми психології розвитку особистості : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (12-15 травня 2023 року). – Київ : Український державний університет імені Михайла Драгоманова, 2023. – 133 с. [Електронне видання]

2. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. – 220 с.

3. Максименко Л. Психологічна допомога в умовах війни: досвід та перспективи // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. – 2017. – С. 63-66.

2. Спицька Л. В. Психічні розлади особистості: сучасний стан постановки проблеми. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2023. № 16. С. 84–89

3. Spartak Subbota . PSYCHOSOCIAL REHABILITATION OF POSTTRAUMATIC STRESS DISORDERS. January 2021. PSYCHOLOGICAL JOURNAL 7(7(51)):2021 DOI:10.31108/1.2021.7.7

4. Figley, C. R. (Ed.). (2002). "Treating compassion fatigue." Brunner-Routledge.

5. Lynn C. Koch. Complex Posttraumatic Stress Disorder and Rehabilitation Counseling September 2021 Rehabilitation Research Policy and Education 35(3):185-200