

Література

1. Марута Н. О. Структура психопатологічних проявів у внутрішньо переміщених осіб / Н. О. Марута, Т. В. Панько, Г. Ю. Каленська // Український вісник психоневрології. – 2019. – Том 27, № 2 (99). – С. 33 – 37.
2. Марута Н. О. Інформаційно-психологічна війна як новий виклик сучасності: стан проблеми та напрямки її подолання / Н. О. Марута, М. В. Маркова // Український вісник психоневрології. – 2015. – Т. 23, вип. 3 (84). – С. 21 – 28.

УДК 159.944.4.018

Козира П., канд. психол. н., доц.; Калька Н., ст. викладач
Львівський державний університет внутрішніх справ, Україна

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ ВОЄННИХ КОНФЛІКТІВ

Kozyra P., Ph.D., Assoc. Prof.; Kalka N., Senior Lecturer
MAIN DIRECTIONS OF PSYCHO-CORRECTIONAL WORK WITH VICTIMS OF
MILITARY CONFLICTS

Реалізація психокорекційної програми із жертвами воєнних конфліктів є необхідною умовою успішної реабілітації та соціально-психологічної адаптації. Постстресова психологічна дезадаптація складається із нових поведінкових стратегій і посттравматичних порушень, які виникають внаслідок змін у поведінковій, емоційній та когнітивній сферах. Також витoki постстресової психологічної дезадаптації знаходяться в особливостях виховання та життєвого досвіду.

Найчастіше у жертв воєнних конфліктів внаслідок пережитих подій формується високий рівень ворожості, зростають прояви агресивної поведінки та негативізму. Це породжує проблему, що часто саме ці характеристики розцінюються як позитивні якості учасника воєнного конфлікту, як такі, що допомагають в мирному житті. Однак оточення однозначно оцінює такі прояви як негативні. Найбільш негативними змінами внаслідок участі у воєнних конфліктах часто виступають прояви тривоги, страхів та вегетативні порушення.

На основі проведеного психодіагностичного дослідження вищезгаданих емоційних та поведінкових характеристик було складено програму психокорекційних заходів для жертв воєнних конфліктів.

Психокорекційні впливи в рамках цієї програми були реалізовані у рамках недиференційованої (загальної) та диференційованої (специфічної) психокорекції.

У результаті психокорекційних впливів, зокрема недиференційованих, використовувалися техніки когнітивно-орієнтованої психотерапії, психічної саморегуляції з елементами м'язової релаксації, стрес- менеджмент (дихальні вправи, фізична активність), емоційно-уявна терапія.

Основним завданням недиференційованої психокорекції є нейтралізація проявів емоційної сфери, корекція симптомів вегетативної дисфункції та відновлення балансу та можливостей регуляції.

Диференційована психокорекція включала в себе техніки когнітивно-поведінкової психотерапії, гештальт-терапії, тренінги емоційних реакцій, пов'язаних з бойовим минулим, тренінги соціальної реадaptaції та комунікації, а також елементи сімейної психотерапії. Вона спрямована на поведінкові механізми та прояви, корекцію внутрішнього конфлікту (когнітивно-поведінкового дисонансу), що виступає наслідком стресового впливу участі у воєнних діях.

Важливими завданнями також виступає реінтеграція особистості до умов мирного життя з набутими поведінковими стратегіями. Тому основним завданням виступає відновлення механізмів захисту, адаптації, системи життєвих принципів та цінностей.

Основними мішенями проведення психокорекції було обрано:

1. Поведінкові стратегії подолання фруструючих обставин – значимість, актуальність, доцільність та соціальна адаптованість.
2. Нові поведінкові патерни та їх інтеграція у структуру особистості – внутрішньо-особистісні конфлікти, можливість вибору, соціальна конфліктність.
3. Емоційні та вегетативні прояви – обставини та зміст стресового впливу.
4. Копінг-стратегії та психологічний захист на стресовий вплив [1, с.159].

Диференційована психокорекція, що використовується в залежності від варіанту перебігу та рівня дезадаптації, сприяє нейтралізації проявів цього явища і запобіганню трансформації у клінічно окреслені форми.

Література

1. Козира П.В. Теоретико-прикладні аспекти постстресової психологічної дезадаптації в учасників бойових дій (на прикладі співробітників МВС України). Львів: ЛьвДУВС, 2019. 190 с.
2. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. Санкт-Петербург. Питер. 2001. 272 с.

УДК 159.922.6.37.013.77

Корнієнко І., канд. психол. н.

Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи, Київ, Україна

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ЯК СУСПІЛЬНА ЦІННІСТЬ

Korniienko I., Ph.D.

MENTAL HEALTH OF PERSONALITY AS A PUBLIC VALUE

Ситуація останніх років в Україні насичена подіями, що виходять за межі звичайного людського досвіду і здатні травмувати психіку практично здорової людини. Вони характеризуються інтенсивними травматичними переживаннями дорослих і дітей, що спричиняють виникнення нервово-психічних, психосоматичних розладів, соціальної дезадаптації, депресивних станів, посттравматичних стресових станів [1, с. 19]. Особливої актуальності набуває питання зміцнення психічного здоров'я населення країни незалежно від віку та соціального статусу.

Психічне здоров'я (Всемирная декларация по здравоохранению ВОЗ, Копенгаген, 1998) можна визначити як комфортність особистості у соціумі [5]. ВОЗ визначає поняття «психічне здоров'я» не тільки як відсутність психічних захворювань, а як «душевний спокій, радість або задоволеність від того, що ми всі бажасмо мати, причому незалежно від того, чи знаємо ми, що це таке чи ні» [3, с. 31].

Для значного поліпшення стану психічного здоров'я сучасного українського суспільства необхідно виробити нові підходи. Основними перешкодами для реалізації ідеї зміцнення психічного здоров'я населення вбачаються такі:

- відсутність адекватних знань та єдиного трактування поняття – психічне здоров'я когнітивно пов'язують з психічними проблемами, розладами та захворюваннями;
- зосередження на факторах ризику, симптомах захворювань, розладах через недосконалі навчальні програми при підготовці лікарів, психологів, педагогів, соціальних працівників у закладах вищої освіти;