

Література

1. Литвак М. Е. Как преодолеть острое горе. Ростов-на-Дону: Феникс, 2000, 320 с.
2. Лифтон Р. Травмированное «Я». Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / под ред. Г. У. Солдатовой. М.: Смысл, 2002. С. 78–89.
3. Wolfelt A. D. Understanding Grief: Helping Yourself Heal. Levittown, PA: Accelerated Development, 1992. (http://www.psc.uc.edu/sh/SH_Grief.htm).

УДК 159.98; 364-786-057.36:7.02

Бамбурак Н., канд. психол. н., доц.; Цикунова А., студ.

Інститут управління, психології та безпеки, Львівський державний університет внутрішніх справ, Україна

АРТ-ТЕРАПІЯ У РОБОТІ З ТРАВМАТИЧНИМ ДОСВІДОМ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Bamburak N., Ph. D., Assoc. Prof.; Tsykunova A., student

ARTTHERAPY IN WORKING WITH THE TRAUMATIC EXPERIENCE OF MILITARY SERVICEMEN

Арт-терапія зреалізовується як інноваційна технологія, що має в своєму арсеналі терапевтичний та коректувальний комплекси методик для пропрацювання та реадaptaції особистості у соціумі. Як поліфункціональний вид психотерапевтичної допомоги вона сприяє вирішенню низки завдань у процесі реабілітації військовослужбовців, учасників бойових дій, зокрема при травматичному стресі та посттравматичних стресових розладах. При роботі травматичний досвід переноситься на образотворчі матеріали, задіюючи невербальну експресію, захисні та комунікативні аспекти метафоричного мовлення образів. Здійснення переносу травмодосвіду на образи та арт-матеріали сприяє когнітивному опрацюванню внутрішніх особистісних переживань, рефлексії, а відтак вивільненню наступних почуттів як: гнів, роздратування, образу, почуття сорому, провини тощо [1; 3]. Використовуючи різні техніки арт-терапії можна подолати захисні механізми, які перешкоджають адаптуванню до буденного життя (витіснення травми та її наслідків), спричинюючи формування та розвиток нових конструктивних захисних механізмів, які сприяють усвідомленню нового сенсу у минулих ситуаціях [2]. Під час роботи створюється комфортний простір безпеки, котрий сприяє вивільненню негативних емоцій, почуттів, думок та забезпечує психосоціальне відновлення військовослужбовців, зокрема відбувається: усвідомлення проблем психічного профілю; диференціація сильних почуттів під час кризового стану та важкого періоду у житті; пошук та створення ресурсів; переосмислення минулого пережитого досвіду та прийняття себе "новим"; допомога у побудові позитивних вчинково-поведінкових, когнітивних та комунікативних патернів.

Таким чином, арт-терапія заактуалізовує високу ступінь зрілості особистості, сприяє розвитку мотивації до досягнення позитивного результату, задіює багатограний спектр прийнятних для особистості аспектів та способів розв'язання проблемних завдань, подій та ситуацій. Відтак даний психотерапевтичний метод є достатньо ефективний у роботі з військовими, учасниками бойових дій тощо, які потребують високої соціальної уваги, кваліфікованої цілеспрямованої реабілітації, ефективної роботи над травматичним досвідом та його наслідками як для самої особистості так і найближчого її довкілля.

Література

1. Вознесенська О.Л., Сидоркіна М.Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми: Практичний посібник. Київ : Золоті ворота, 2015. 148 с.
2. Маслова В. Лубківський І. Метод творчої реабілітації в роботі з учасниками бойових дій. *Простір арт-терапії* : [Зб. наук. праць]. Київ : Золоті ворота, 2015. Вип. 2(18). С. 65-80.
3. Фоа Э., Кин Т., Фридиан М. Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства. [под ред. Эдны Фоа, Теренса М. Кина, Мэтью Фридмана]. Москва: «Когито-Центр», 2005. 467 с.

УДК 159.9:355

Бартошевський Р. – ст.гр. ЕТ-21

Тернопільський національний технічний університет ім. Івана Пулюя, Україна

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДЛЯ ЖЕРТВ ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ НА СХОДІ УКРАЇНИ

Bartoshevskiy R.

PSYCHOLOGICAL REHABILITATION FOR VICTIMS OF THE MILITARY CONFLICT IN EASTERN UKRAINE

Від початку збройного конфлікту на сході України, одним із основних аспектів є майже практична відсутність системного підходу щодо реабілітаційних послуг, що їх має надавати система охорони здоров'я особам, які підпадають під категорію «жертви конфлікту»: цивільне населення «сірої зони», демобілізовані українські комбатанти, внутрішньо переміщені особи. Традиційна система Міністерства охорони здоров'я та Міністерства соціальної політики забезпечувала певний пакет соціальних послуг особам з інвалідністю, орієнтований на мирну ситуацію в країні. Певним чином її дублювала так звана «відомча медицина» сектору безпеки - Міністерства оборони України, МВС України та Служби безпеки України. Проте нові реалії поставили до порядку денного питання надання таких послуг більш широкому колу осіб, постраждалих від збройного конфлікту, але формально не визнаних в якості осіб з інвалідністю. Ця проблема болюче відбилася на усіх категоріях постраждалих, які не отримують належної допомоги з медичної та психологічної реабілітації, оскільки, незважаючи на місцеві та відомчі ініціативи, система реабілітації в Україні досі до кінця не сформована.

В теперішній важкий час для України багато її героїв отримують поранення різного ступеня важкості під час ведення бойових дій, не обходиться і без психічних травм. Звичайно, їм надається перша медична, психологічна допомога та кваліфікована і спеціалізована у військових госпіталях та спеціалізованих медичних закладах. Але дуже важливе значення має також і послідовна реабілітація військовослужбовців для повного відновлення їх функцій та можливості повноцінно працювати й жити в суспільстві (мається на увазі не лише фізична, а й психологічна реабілітація).

Психологічна реабілітація – цілеспрямована активність, спрямована на розширення психологічних можливостей іншої людини в її особистісному й соціальному функціонуванні. Психологічна допомога може надаватися на побутовому (психологічна підтримка) та на професійному рівнях.

Мета психологічної реабілітації:

1. збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я отримувачів послуг;
2. досягнення соціально-психологічного благополуччя;
3. зниження частоти та тяжкості наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій;