

В особи з адикцією при бажанні роботи над собою, так само як і в школяра, існує безліч питань, переживань та почуття невпевненості в собі, і завдання психолога тотожне роботі педагога, зокрема – це допомога у пошуку відповідей на питання, які є важливими у житті людини.

Література:

1. Громадська спілка «Міжнародна антинаркотична асоціація». Комплексна програма реабілітації осіб з хімічної та нехімічної залежності. – Київ. – 2014. – 173 с.
2. Постанова Кабінету міністрів України від 04.10.2017 № 741 «Про затвердження типових положень про заклади соціальної підтримки сімей, дітей та молоді» – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/741-2017-%D0%BF#Text>
3. Відновлення. Звільнення від наших залежностей / Расселл Бренд; пер. з англ. М. Коваленко. – Дніпро: Моноліт, 2020. 304 с.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-80-8-1.12>

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НА СХОДІ УКРАЇНИ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ

Кравцова О. К.

*аспірантка кафедри психології управління
Центральний інститут післядипломної освіти
ДВНЗ «Університет менеджменту освіти»
м. Київ, Україна*

З 2014 року мешканці сходу України намагаються вижити в умовах збройного конфлікту, дехто втратив близьких, хтось втратив житло, роботу та не має грошей на прожиття. Хтось все ще живе в цих нелюдських умовах, а хтось поїхав втративши та кинувши все, за офіційними даними в Україні близько 1,5 млн. внутрішніх переселенців [3]. Україна поділилась на підконтрольну уряду та з'явилась непідконтрольна частина території, протяжність лінії розмежування 457 км, на відстані 20 км залишилися проживати близько 0,8 млн. чоловік, на відстані 0-5км живуть 0,2 млн. Сукупні наслідки психологічної травми, страх перед новою ескалацією конфлікту, щоденний ризик отримання травм та обмеження свободи переміщення

можуть привести, й призводять до проблем з психологічним станом та психічним здоров'ям.

У зв'язку продовженням військових дій, обстрілами, що повторюються, високому рівню стресу потреба психологічної допомоги для населення, яке постраждало від конфлікту залишається високою.

Метою роботи є актуалізація наукового пошуку ефективних психологічних інструментів для постраждалого населення, які перебувають в зоні збройного конфлікту.

Висока актуальність та необхідність надання невідкладної психологічної підтримки привели практичних психологів до активного пошуку й використання напрацювань та досвіду психологів з інших країн, таким прикладом може служити програма Навички психологічного відновлення (SPR) – це короткий, заснований на навичках підхід, покликаний допомогти членам спільноти краще впоратися з лихом або іншою трагедією [4]. SPR був розроблений Національним центром ПТСР (NC-PTSD) та Національною мережею дитячого травматичного стресу (NCTSN) у США. Програма базується на доказовій базі ризику та життєстійкості, що супроводжують стан після травми, доступна у застосуванні, зокрема у польових умовах, враховує культурні особливості. Має на меті:

- захистити психічного здоров'я населення, які пережили травмуючі події;
- підвищити здатність справлятися зі своїми потребами та запитами;
- навчання навичок психологічного відновлення дітей, підлітків, дорослих та їх сімей;
- запобігання дезадаптивної поведінки, визначаючи та підтримуючи адаптивну поведінку.

Основним ресурсом для програми був «Навички психологічного відновлення: керівництво по польовим операціями», в якому міститься короткий екранний модуль для подання проблем – «Збір інформації і визначення пріоритетності допомоги», а також детальна інформація про кожного з 5 втручань на основі навичок:

- «Розвиток навичок вирішення проблем» для визначення кроків по вирішенню практичних проблем;
- «Сприяння позитивних дій» для планування і виконання дій, які створюють добробут і усувають дисфорию і бездіяльність;
- «Управління реакціями» для навчання навичкам, що дозволяють краще справлятися з тривожними психологічними реакціями і тригерами;
- «Розвиток корисного мислення» для виявлення та усунення непотрібних оцінок і розмов з самим собою;

– «Відновлення здорових соціальних зв'язків» для практичного доступу до соціальної та громадської підтримки [4].

У структурі піраміди інтервенцій, розробленої Міжвідомчим постійним комітетом (МПК) [1] рівень 1 відноситься до раннього реагування відразу ж після стихійного лиха, яке включає надання рекомендацій, інформації та підтримки на індивідуальному рівні і на рівні спільноти всім нужденним і бажаючим отримати допомогу. Цей рівень відповідає принципу надання першої психологічної допомоги (PFA), який є рекомендованим підходом для надання допомоги людям якомога швидше в перші години, дні чи тижні після стихійного лиха. У тих випадках, коли рівень стресу не знижується, незважаючи на надання підтримки рівня 1, людей можна навчити простим силовим навичкам для поліпшення стану та прискорення відновлення (рівень 2). Ці прості стратегії можуть бути запропоновані практикуючими фахівцями з базовими навичками консультування. Нарешті, тим людям, які демонструють стійкі і важкі страждання протягом декількох місяців після стихійного лиха, слід надати і/або направити їх на більш інтенсивне психіатричне лікування (рівень 3).

Наприклад, особи, які перебувають в стані сильного стресу, включаючи випадки суїцидальної поведінки слід звертатися до фахівців з психічного здоров'я незалежно від часу, що пройшов після стихійного лиха або травми. Хоча багато людей з постійним або періодичним переживанням легкого або середнього ступеня тяжкості протягом тижнів та місяців після стихійного лиха можуть не відповідати діагностичним критеріям психічного розладу, їх рівень стресу може порушити їх функціонування в різних аспектах їхнього життя, накласти додатковий тягар на оточуючих й підвищити ризик подальшого розвитку психічного розладу здоров'я. До недавнього часу не існувало формального й структурованого підходу рівня 2 для вирішення цих проблем.

На основі цієї програми українськими науковцями було розроблено програму «Безпечний простір» дітей і підлітків [2].

Програма показала хороші результати, але час минає, ситуація не змінюється, психологічний стан не покращується, таким чином необхідна програма для населення сходу України, яка враховувала б особливості цього регіону, цим обґрунтован вибір напрямку нашого дослідження, він стосується підлітків, які проживають в зоні військових дій. Але все населення, яке мешкає в зоні конфлікту потребує не тільки первинної психологічної допомоги, а й психологічних інтервенцій, які підвищують їх стійкість до стресів й як наслідок їх благополуччя, так з урахуванням затяжного конфлікту спрогнозувати стан постраждалих неможливо, необхідно проводити наукові дослідження з різновіковими категоріями та з урахуванням гендеру з

метою створення психологічного інструментарію для практичної діяльності фахівців, що поліпшить якість наданої допомоги, корекція буде проводитись точково, це значно прискорить процес, так як будуть точно враховуватися фактори стресостійкості жителів сходу України, тобто тих кому це допомога й потрібна та так само відповідати їхніх життєвих потреб.

Література:

1. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації. – Київ : Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. – 216 с.

2. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посіб. – Київ : НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. – 208 с.

3. Укрінформ інтернет доступ: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/2687417-kilkist-pereselenciv-z-okupovanih-krimu-j-donbasu-perevisila-1-miljon-374-tisaci.html>

4. Skills for Psychological Recovery FIELD OPERATIONS GUIDE This work was funded by the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), US Department of Health and Human Services (HHS). https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/type/SPR/SPR_Manual.pdf

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-80-8-1.13>

PERSONALITY TYPE OF MILITARY PERSONNEL AS ONE OF THE MAIN COMPONENTS STIPULATING THE EFFECTIVE PERFORMANCE OF COMBAT TASKS

Kravchenko K. O.

*Candidate of Psychological Sciences,
Acting Head of the Military-Humanitarian Research Department
of the Research Centre of the Military Institute Taras Shevchenko
National University of Kyiv
Kyiv, Ukraine*

The abstract presents some results of the empirical research held in the Air Assault Forces units of the Armed Forces of Ukraine from 2019 to 2020.