

НАПРЯМ 5. ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА НА ЗАХИСТІ ЗДОРОВ'Я

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-309-8-14>

Пузирьов Є. В.,

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки
Навчально-наукового гуманітарного інституту
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПІДТРИМКА ОСОБИСТОСТІ У СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Становлення української державності, імплементація у європейське і світове співтовариство, перехід до демократичних методів управління державою і розбудова громадянського суспільства передбачають орієнтацію на людину, яка здатна працювати на процес державотворення, на становлення народу України як політичної нації. Стрижнем цієї системи виховання в Україні є національна та патріотична ідеї, спрямовані на вироблення життєвої позиції людини, становлення її як всебічно та гармонійно розвиненої особистості, як громадянина та патріота своєї держави.

Конфлікт на Сході України спричинив низку важких ситуацій, які для різних верств населення стали стресовими, кризовими, травмівними. Особливих випробувань зазнають мирні жителі, що перебувають у зоні конфлікту, вимушені переселенці, родини загиблих; військовослужбовці – як ті, хто бере участь у бойових діях, так і демобілізовані, та їхні сім'ї; волонтери і всі, хто працює з потерпілими. Цим людям важко адаптуватися до нових складних обставин, нелегко і в повсякденному житті. У них може погіршуватися і фізичне, і психічне здоров'я, загострюватися наявні проблеми та з'являтися нові.

Потрапивши в непередбачені екстремальні умови, перед людиною постає ряд умов виживання. За даними досліджень виявляється, що 50–70% людей переживають стан паніки, у 15–25% – екстремальна ситуація викликає істерики, і тільки решта 10–25% – здатні до адекватних і активних дій до свого виживання [1, с. 36].

У важких ситуаціях людина піддається впливу різних чинників: небезпеки, несподіваності, невизначеності, новизни, високої

інтелектуальної і/або психофізичної складності; необхідності поєднання кількох видів діяльності й виконання декількох завдань; негативного групового впливу; несприятливих природно-кліматичних і часових умов; смислових розбіжностей або девальвації колишніх базових смислів і цінностей, що призводить до суттєвих енергетичних навантажень.

Якщо важкі ситуації є масштабними – місцевого, регіонального чи загальнодержавного рівня – їх називають надзвичайними чи екстремальними, такими, що виходять за межі звичайного, нормального людського досвіду. Ці поняття зазвичай вживаються як синонімічні, проте в деяких джерелах [2, с. 221] зазначається, що надзвичайні й екстремальні ситуації відрізняються між собою залежно від того, що є джерелом травмування.

Психотравмівна ситуація / подія – це будь-яка особисто значуща ситуація (явище), що має характер патогенного емоційного впливу на психіку людини і може, у разі недостатньої сформованості захисних психологічних механізмів, зумовити психічні розлади [3, с. 358].

Психотравмівними вважаються події, що загрожують життю і фізичній цілісності людини: поранення, контузії, фізичне травмування; важкі медичні процедури; загибель чи смерть близьких людей, побратимів, мирного населення; картини смерті, поранень і людських страждань; суїциди і вбивства тощо.

Щоб звести до мінімуму руйнівні наслідки травмівних ситуацій, сприяти збереженню психічного здоров'я, необхідна педагогічна допомога та психолого-педагогічна підтримка постраждалих як в умовах екстремальної / надзвичайної ситуації, так і після повернення із зони ризику.

Педагогічна допомога та психолого-педагогічна підтримка – важливі складові мінімального реагування (безпосередньо в екстремальній ситуації) та комплексного реагування (на етапі стабілізації та раннього відновлення).

Проте багато з постраждалих і пізніше можуть потребувати психологічної допомоги, яка має надаватися в межах системи педагогічної реабілітації. Проблема педагогічної реабілітації дітей знайшла відображення у численних працях соціологів і педагогів. Її досліджували такі науковці, як І. Зверєва, О. Безпалько, А. Рижанова, В. Бех, М. Лукашевич, М. Туленков, З. Шевців, В. Теслюк [4, с. 420].

Педагогічна реабілітація – система педагогічних заходів, спрямованих на відновлення частково втрачених або ослаблених властивостей і функцій організму людини, щодо оволодіння знаннями, уміннями і навичками з метою максимально повного розвитку її індивідуальних можливостей і адаптації до навколишнього світу.

Мета педагогічної реабілітації:

- 1) збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я людини;
 - 2) досягнення соціально-психологічного благополуччя;
 - 3) зниження частоти та тяжкості наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій;
 - 4) запобігання інвалідності;
 - 5) профілактика агресивної та саморуйнівної поведінки.
- Основними завданнями проведення педагогічної реабілітації є:
- 1) діагностика та нормалізація психічних функцій людини;
 - 2) відновлення порушених (втрачених) психічних функцій до оптимального рівня їхньої вираженості;
 - 3) корекція особистості потерпілого для забезпечення ефективного функціонування його в соціумі;
 - 4) надання допомоги в установленні (відновленні) конструктивних взаємин у сім'ї та суспільстві;
 - 5) відновлення адаптивних механізмів до екстремальних (бойових) дій;
 - 6) опанування методів саморегуляції та керування стресом (заспокоєння);
 - 7) запобігання психологічному травмуванню та психічним розладам;
 - 8) проведення психопрофілактичної та психокорекційної роботи із сім'єю потерпілого;
 - 9) формування позитивних реакцій, мотивацій, соціальних установок на життя та професійну діяльність.

Таким чином, завжди важливо дотримуватися принципу справедливості, не порушувати прав людини; намагатися «не зашкодити»; орієнтуватися на наявні ресурси та можливості; сприяти інтеграції системи підтримки потерпілих у загальнодержавну систему підтримки та залучати громаду до реалізації заходів з психолого-педагогічної підтримки.

Список використаних джерел:

1. Гура Т. В. Особистість в екстремальних умовах життя: лідерський аспект. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : збірник наукових праць / за ред. : Кузікової С. Б., Щербакіної І. М. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 408 с.
2. Царенко Л. Г. Екстремальні чинники розладів адаптації у військово-службовців, які беруть участь в антитерористичній операції . *Психологічна допомога особам, які беруть участь в антитерористичній операції*: матеріали міжвідом. наук.-практ. конф. (Київ, 30 березня, 2016 р.): у 2 ч. / Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2016. С. 220–223.
3. Царенко Л. Г. Принципи реабілітації учасників антитерористичної операції. *Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної*

та медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції : матеріали міжвідом. наук.-практ. конф. (Київ, 26 травня 2016 р.) / Київ : НУОУ, 2016. С. 358–360.

4. Сосюра М. О. Соціально-педагогічна реабілітація неповнолітніх, які опинились у складних життєвих обставинах, в умовах центру реабілітації. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2015, № 8(52). С. 420–426.