

НАПРЯМ 3. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ, РЕАБІЛІТАЦІЙНІ МЕТОДИКИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ З ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-398-2-18>

Асоян Л. В.,

*директор Навчально-наукового центру міжнародної освіти
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського
м. Київ, Україна*

Антипін О. С.,

*аспірант
Академії праці, соціальних відносин і туризму
м. Київ, Україна*

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ, РЕАБІЛІТАЦІЙНІ МЕТОДИКИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ІЗ ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ

У сучасних умовах українського суспільства, коли країна потерпає від повномасштабного вторгнення та тривалий час перебуває в умовах воєнного стану, підвищилась кількість людей, які потребують психологічної підтримки. Щоденні обстріли, відсутність безпеки, економіко-правова нестабільність, міграція населення, депресивні настрої серед населення, яке проживає на окупованих територіях, все це може призвести до появи та розвитку психологічних травм, особливо у дітей та молоді. Особливо складно у таких умовах студентам з окупованих територій, які крім необхідності налагоджувати своє життя, одночасно стикаються із необхідністю пошуку технічних та фізичних можливостей для організації освітнього процесу на новому місці. Студенти з окупованих територій перебувають у стресовому психологічному стані, у стані тривожності.

Пережитий студентами травматичний досвід має значний вплив на когнітивні процеси, особливості міжособистісних відносин, поведінку, самооцінку та загалом на їх світогляд. Студентами із окупованих територій володіють характерні різні фізичні і психологічні особливості (вони відрізняються підвищеною напруженістю, тривожністю, агресивністю, дезадаптованою поведінкою), піддаються ризику соціального відчуження, можуть мати труднощі у засвоєнні навчального

матеріалу у зв'язку із порушенням концентрації уваги та розвитку пізнавальних здібностей (пам'яті, уяви, мислення) [1, с. 43]. Це обумовлює ризик успішного продовження навчання, дезадаптації, порушень соціалізації.

Студенти із окупованих територій є особливою віковою і соціальною категорією населення, яка відрізняється великим спектром проблем: соціальних, побутових, психологічних, економічних, організаційних. Психоемоційний стан студентів при цьому відрізняється емоційною тривожністю, соціальною фрустрацією, нейротизмом, дискомфортом [4, с. 10]. Переїзд з окупованих територій та переведення в новий заклад освіти є актуальними реаліями життя для студентів, які витрачають багато зусиль, щоб адаптуватися до нових умов, однак багато з них також занепокоється з приводу життя родичів, друзів, які залишилися на окупованих територіях.

Подолання психологічних порушень студентів із окупованих територій потребують професійного психологічного супроводу, який передбачає забезпечення успішного особистісного розвитку студентів. Великого значення в плануванні заходів психологічного супроводу студентів із окупованих територій має їх вік, етап психофізіологічного розвитку, характер пережитих ними травматичних подій, особливості психологічного комфорту в нових умовах життєдіяльності.

Психологічний супровід студентів із окупованих територій можна окреслити трьома блоками. Перший блок передбачає надання безпосередньої допомоги практичного психолога таким студентам у налагодженні безконфліктного спілкування на новому місці навчання, вирішенні їхніх емоційних проблем, формуванні сприятливих умов для розвитку стресостійкості. Другий блок психологічного супроводу студентів із окупованих територій складається із психокорекційної і розв'язкової роботи практичного психолога з тими студентами, які мають високий рівень психосоціального стресу. Третій блок психологічного супроводу передбачає спеціалізовану допомогу психотерапевтів, психіатрів, невропатологів, тобто фахівців, які вирішують психічні проблеми, усувають наслідки тривоги, посттравматичних стресових розладів, депресії [2, с. 17].

Систему заходів, спрямовану на забезпечення психічного здоров'я і психосоціальної підтримки студентів із окупованих територій, можна представити пірамідою інтервенцій:

- перший рівень піраміди передбачає надання базових послуг і відновлення безпеки – це медична допомога, житло, харчування, фінансова і правова допомога;

- на другому рівні необхідна підтримка громади та сім'ї – поширення інформації про потребу підтримки в громаді, громадські заходи, створення сприятливих умов для адаптації на новому місці;

– третій рівень представляє цільова неспеціалізована підтримка – базові психологічні консультації для студентів (гарячі лінії психологічної підтримки, групова підтримка);

– на останньому рівні надаються спеціалізовані послуги та інтервенції у сфері психічного здоров'я – спеціалізоване лікування.

Реабілітація студентів із окупованих територій передбачає варіативність інтервенцій із урахуванням як характеру отриманої ними психічної травми, так і природи особистості, її намірів, оточення, життєвої історії, наявного потенціалу. Процес реабілітації студентів із окупованих територій можна поділити на три етапи: підготовчий, базисний і підтримувальний (профілактичний). На підготовчому етапі реабілітації найважливішими є наступні реабілітаційні технології:

– подолання недостатньої мотивації щодо власного психологічного здоров'я;

– пошуку нових ефективних мотиваторів;

– виявлення та активізації мертвих зон уваги щодо можливостей досягнення особистісного психологічного благополуччя;

– переструктуризації травматичних спогадів та вражень та формування нового відношення до них як до ресурсу.

На базисному етапі реабілітації студентів із окупованих територій основною технологією покращення ментального здоров'я є відновлення здатності особистості студента до життєтворення, яка включає здатність до конструктивного реагування, готовність до самотрансформацій, бажання покращувати способи самореалізації, відкритість. Складовими елементами цієї технології є:

– відновлення творчого проектування свого майбутнього за допомогою відповідальних та зважених життєвих виборів;

– апробації оновленого життєвого проекту за допомогою актуальних та оперативних життєвих завдань;

– успішна реалізація запланованих завдань за допомогою успішного перепрестосування до мирного життя.

На підтримувальному (профілактичному) етапі першочергового значення набувають технології самопідтримки, самозбереження, самовідновлення. Кожна ця технологія розгортається у тривекторному просторі – персональному, просторовому, часовому. Врахування цих векторів життєконструювання у взаємопосилувальному впливі сприятиме підвищенню ефективності реабілітації особистості студента [3, с. 25].

Таким чином, студенти з окупованих територій стикаються з труднощами, які включають підвищення психофізичного напруження через складну життєву чи екстремальну ситуацію. Психологічний супровід студентів із окупованих територій спрямований на те, щоб надати

студентам підтримку та допомогу в подоланні цих труднощів та допомогти їм повернутися до нормального життя та навчання.

Список використаних джерел:

1. Горбунова В. В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особистості при посттравматичних станах та розладах. *Наука і освіта*. № 5. 2016. С. 40–44.

2. Організація соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які постраждали внаслідок військових конфліктів. авт. кол. : Герило Г. М., Гніда Т. Б., Корнієнко І. О., Луценко Ю. А. ; заг. ред. Ю. А. Луценко. Київ : УНМЦ прак тичної психології і соціальної роботи, 2018. 128 с.

3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с.

4. Степаненко Л. В. Особливості прояву емоційних станів у студентів-переселенців. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Херсон, 2015. Вип. 2. Т. 1. С. 10–20.