

НАПРЯМ 4. ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ: СУТНІСТЬ, ЗАВДАННЯ, СТРУКТУРА, ОРГАНІЗАЦІЯ

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-507-8-25>

Ангельська В. Ю.,

*старший викладач кафедри медицини катастроф та військової
медицини*

*Вінницького національного медичного університету
імені М. І. Пирогова*

Чорна В. В.,

*доктор медичних наук,
доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини
Вінницького національного медичного університету
імені М. І. Пирогова*

Пашковський С. М.,

*кандидат медичних наук, доцент,
начальник*

Військово-медичного клінічного центру Центрального регіону

ІНТЕГРАЦІЯ КІНОТЕРАПІЇ В ПРОЦЕС РЕАБІЛІТАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ЗАСТОСУВАННЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ТРАВМАМИ

Сучасний світ невідмінно змінюється, і разом із цими змінами зростає попит на нові підходи до психологічної підтримки та самопізнання. Одним із таких інноваційних напрямків є кінотерапія-метод який поєднує мистецтво кінематографа з психологічними інструментами для досягнення гармонії в емоційному стані людини. Основою кінотерапії є детальний аналіз сюжетів, характерів персонажів та їхніх емоційних переживань. Це допомагає людям знайти відповіді на особисті запитання, глибше усвідомити свої почуття та життєві ситуації. Цей підхід широко використовується як у процесі психотерапії, так і для самостійної роботи над собою.

Мета роботи: розглянути основні принципи кінотерапії, її вплив на психоемоційний стан особистості та окреслити перспективи застосування цього методу в медико-психологічній реабілітації та адаптації для зміцнення ментального здоров'я українців.

Для написання даної роботи використовувався бібліосемантичний метод, метод структурно-логічного аналізу.

Кінотерапія як напрямок психотерапії була започаткована Гері Соломоном у 1990-х роках із публікацією його робіт "The Motion Picture Prescription" та "Reel Therapy". У своїх дослідженнях Соломон запропонував використовувати фільм як терапевтичний інструмент, стверджуючи, що вони сприяють глибшому усвідомленню емоцій, самоаналізу та роботі з психологічними труднощами. Завдяки перегляду кінострічок і подальшому обговоренню сюжету та персонажів, пацієнти можуть ефективніше розкривати й опрацьовувати важливі для них аспекти внутрішнього світу. Соломон підкреслював унікальну здатність кіно викликати емоційний відгук у глядачів, дозволяючи їм пережити й осмислити ключові життєві моменти в безпечному контексті[8].

Кінотерапія представляє собою дієвий інструмент арт-терапії, спрямований на покращення якості життя людей, які стикаються з психічними розладами або переживають складні життєві обставини. Цей метод особливо корисний у процесі реабілітації осіб, що перенесли фізичні чи психологічні травми, зокрема військовослужбовці із посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), фізичні ушкодження, такі як ампутації, черепно-мозкові травми або втрата чи погіршення зору. Особи, які пройшли через значні труднощі часто зіштовхуються з низкою соціально-психологічних викликів, зокрема проблемами в міжособистісних взаємодіях, почуттям відчуження, депресивними станами, тривожністю та навіть соціальною ізоляцією. У таких ситуаціях важливу роль у процесі реабілітації може відіграти кінотерапія. У статті «Сучасний погляд на психологічну реабілітацію військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом» особливу увагу приділено особливостям реабілітації учасників бойових дій. Робота акцентує важливість застосування комплексного підходу, що включає різні техніки арт-терапії, серед яких кінотерапія відіграє значну роль [5].

Кінотерапія ґрунтується на механізмі ідентифікації, за допомогою якого пацієнти мають можливість переосмислити власні емоційні переживання через аналіз кінематографічних образів. Це сприяє формуванню психологічної дистанції від травматичних спогадів, дозволяє полегшити їх опрацювання. У праці «Вступ до режисованої фільмотерапії» розглядаються практичні основи цього методу, а також окреслено ключові підходи й методологічні аспекти терапевтичної роботи. Викладені концепції обґрунтовують ефективності фільмотерапії як інструменту у сфері психологічної допомоги [4]. С. Красін пропонує ефективний підхід до взаємодії з клієнтами, що базується на перегляді різноманітних аудіовізуальних матеріалів, таких як фільм, анімаційні стрічки, кліпи або телешоу. Ця методика спрямована на сприяння

духовного та психічного відновлення шляхом опанування необхідних знань, умінь і навичок через аналіз його емоційних, когнітивних та поведінкових реакцій до, під час і після процесу перегляду відеоматеріалів [9, 4]. Красін виокремлює чотири ключові напрями застосування режисованої фільмотерапії, кожен із яких має свої особливості та завдання: 1. Терапевтичний підхід у межах режисованої фільмотерапії. Цей напрямок акцентується на глибокому психотерапевтичному впливі, для опрацювання внутрішніх конфліктів, емоційних переживань та психологічних труднощів; 2. Консультування за методом «Режисована фільмотерапія» – цей спосіб передбачає залучення фільмів як інструменту для аналізу, рефлексії та обговорення конкретних ситуацій або проблемних аспектів життя, спрямованих на їхнє вирішення; 3. Режисований фільмотренінг – розвиток певних умінь, навичок чи особистісних якостей шляхом перегляду та подальшого обговорення спеціально підібраних кінострічок; 4. Режисований фільмокоучинг – інтегрує елементи коучу та фільмотерапії, орієнтуючись на допомогу у досягненні особистих чи професійних цілей через аналіз, інтерпретацію і застосування висновків, отриманих на основі кіноматеріалу [4]. Участь у соціальному житті виступає ключовим фактором забезпечення добробуту людей з обмеженими можливостями. Ця участь може проявлятися через формування міжособистісних зв'язків і активного залучення до культурного середовища. Одним із засобів, який поєднує ці два аспекти, є кінематограф, що слугує інструментом культурної активності та сприяє соціальній інтеграції таких осіб. Для людей із порушенням зору, доступ до кінематографічного контенту стає можливим завдяки використанню аудіодескрипції. Аудіодескрипція (тифлокоментування) – створення окремої звукової доріжки із закадровим описом персонажа, предмета, простору або дії у відеопродукції для сліпих, осіб з порушеннями зору та осіб з дислексією [3, 10]. Цей процес становить важливу складову створення інклюзивного контенту, спрямованого на забезпечення рівних можливостей для всіх осіб, незалежно від їхніх фізичних обмежень. Відповідно до наукових досліджень, аудіодескрипція трактується як інтерсеміотичний процес, що інтегрує аудіальну та візуальну інформацію, тим самим роблячи відеоконтент доступним для осіб із вадами зору [6, 7].

В Україні кінотерапія застосовується на базі госпіталю для ветеранів «Лісова поляна» в Пущі-Водиці. Після перегляду фільмів із учасниками проводять роботу кваліфіковані психологи [1]. Аудіодескрипція почала використовуватися в українському кінематографі з 2013 року, коли у Львові був створений перший тифлокоментар до мультфільму «Сонячний коровай». З того часу кількість адаптованих фільмів постійно зростає. Одним з основних проєктів у цій галузі є «Доступне Кіно», який

займається розробкою звукоописів для фільмів. На сайті ЛОО ВГО "Українська спілка інвалідів – УСІ" представлений контент з аудіодескрипцією [2].

Висновки. Кінематографічна терапія виступає перспективним методом психотерапевтичного втручання, що демонструє значний потенціал у галузі медико-психологічної реабілітації, особливо для осіб, які зазнали фізичних чи психологічних травм. Важливим аспектом цього методу є концепція ідентифікації, яка дає змогу пацієнтам через перегляд кінематографічних творів досліджувати та опрацьовувати власні емоційні переживання. Така діяльність сприяє суттєвому покращенню психоемоційного стану й сприяє глибше усвідомити внутрішніх психічних процесів. Разом із тим важливу роль у цій терапії відіграє застосування аудіодескрипції, що дозволяє зробити кінематографічний контент доступним для людей із вадами зору, це сприяє емоційному відновленню, психологічній реабілітації та адаптації.

Список використаних джерел:

1. Glade Forest. URL: <https://www.lisovapoliana.com.ua/>
2. Аудіодескрипція | ЛОО ВГО "Українська спілка людей з інвалідністю – УСІ". URL: <https://usi.org.ua/audio-description>
3. Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо розширення доступу сліпих, осіб з порушеннями зору та осіб з дислексією до творів, виданих у спеціальному форматі». Офіційний вісник Верховної Ради України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/927-19#Text>
4. Красін С. А. Вступ до режисованої фільмотерапії. Харків : Видавець ФОП Захаренко В. В., 2024. 80 с. : іл.
5. Крук І. М. Сучасний погляд на психологічну реабілітацію військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом. *Health Science*. URL: <https://health.nuwm.edu.ua/index.php/rehabilitation/article/view/339>
6. Лук'яненко К. О. Особливості створення вистави з урахуванням сприйняття незрячих та слабозорих глядачів в театрі ляльок : дис. д-ра мистецтв : 26 «Сценічне мистецтво». Київ, 2023. 143 с.
7. Лютянська Н. І. Аудіодескрипція як особливий різновид аудіовізуального перекладу. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Філологія*. 2019. № 42, т. 3. URL: http://vestnik-philology.mgu.od.ua/archive/v42/part_3/17.pdf
8. Менталіст. Кінотерапія як метод психологічної допомоги. 2025. URL: https://mentalist.smartstudents.win/movietherapy/?utm_source=chatgpt.com
9. Навчальні програми – Дитяча та сімейна психологія. URL: https://adspu.org/uk/obuchenije/?utm_source=chatgpt.com

10. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 25 квітня 2023 р. № 372-р «Про затвердження плану заходів на 2023–2024 роки з реалізації Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року». URL: <https://www.kmu.gov.ua/npras/pro-zatverdzhennia-planu-zakhodiv-na-2023-2024-roky-z-realizatsii-natsionalnoi-strategii-iz-stvorennia-bezbariernoho-prostoru-v-ukraini-na-period-do-2030-roku-372-250423>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-507-8-26>

Максимова Н. Ю.,

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри клінічної психології*

ТОВ "Київський інститут сучасної психології та психотерапії"

РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ЗАХОДИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Повномасштабне російське вторгнення призвело до численних екстремальних ситуацій в житті українців. Психотравмуючі події відбуваються не тільки з військовими на полі бою, але й з цивільним населенням. Численні повітряні тривоги, бомбардування, а у прикордонних населених пунктах й обстріли артилерії, – все це викликає кризові емоційні стани, що надалі можуть призвести до психічних розладів. Для попередження цих негативних наслідків виникає необхідність реабілітаційних заходів психологів вже безпосередньо на місці трагічних подій.

Під час руйнувань, внаслідок ракетних атак, що охоплюють значні території й супроводжуються значним числом постраждалих, як правило, залучають не тільки фахівців служби надзвичайних ситуацій, медичних працівників, а й психологів. Проте, практика показує, що психологи не завжди готові до роботи з постраждалими одразу після травмуючих подій, тобто безпосередньо на місці, де вони відбулися. Робота психолога в екстремальних ситуаціях відрізняється від звичайної терапевтичної ситуації. Урахування цих відмінностей зумовлює й специфіку психологічної реабілітації в екстремальних умовах.

Мета дослідження: визначити особливості психологічної реабілітації постраждалих, що відбувається в екстремальних умовах.

Дослідження проводилось на базі Кризового центру «Соціотерапія» в м. Києві. Застосовувався метод структурованого інтерв'ю з фахівцями центру – дев'ять осіб та пацієнтами – 26 осіб. Всі пацієнти мали діагноз