

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ
ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ
КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



**Факультет лінгвістики та перекладу
Кафедра педагогіки та психології**

**МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ**

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

Блінов О.А.

*доктор психологічних наук, професор
професор кафедри соціальних технологій
Національного авіаційного університету*

ІНТЕГРАТИВНА МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ (ІМУС-ІМСМ) У ГОСПІТАЛЬНІЙ ПРАКТИЦІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ

Актуальним напрямком роботи фахівців є надання психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах військового госпіталю. Наявність змістовних психологічних проблем в учасників бойових дій вимагає використання сучасних методів психологічної психотерапії [1; 2].

Показниками для роботи з пацієнтами служать: гостра реакція на стрес, розлади адаптації, посттравматичний стресовий розлад, різноманітні форми деформації особистості пацієнтів, їх поведінки, психосоматичні захворювання, психічні стани після перенесених гострих стресових впливів та ін.

В умовах військової лікувальної установи під психологічною реабілітацією поранених та інвалідів ми розуміємо діяльність суб'єктів психологічної роботи щодо відновлення психічних функцій, якостей, особистісних властивостей і системи відносин особистості військовослужбовця, що дозволять йому успішно функціонувати у мирному соціумі [9].

Це комплекс організаційних та психологічних заходів, які спрямовані на повернення свідомості людини до звичного для неї способу життя та праці, створення сприятливих умов для розвитку та самореалізації особистості.

В умовах військового госпіталю процес психологічної психотерапії має свої особливості, які полягають в наступному:

- всі пацієнти мають медичні показники для проходження курсу лікування;
- різні категорії пацієнтів мають різні індивідуально-психологічні особливості, різний рівень потреби в психологічній психотерапії;

- встановлено, що потребують психотерапевтичної роботи 90-95% військовослужбовців учасників бойових дій, від їх загальної кількості що проходять лікувальний госпітальний курс.

- психологічної психотерапії потребують всі військовослужбовці, яким була надана травматологічна і хірургічна допомога, незалежно від важкості травми, віку і специфіки службової діяльності.

При проведенні психологічної психотерапії з військовослужбовцями основна увага приділяється в першу чергу емоційному стану в якому знаходиться пацієнт. Основними орієнтирами для постановки діагнозу і подальшої роботи з хворим є – важкість захворювання, гострота протікання і тривалість проявів наслідків травматичного стресу, термін часу після критичного інциденту під час служби.

Позитивно зарекомендували в роботі з пацієнтами авторські психодіагностичні опитувальники для визначення рівню бойового стресу (ОБСБ) та скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) та ін. [1-4].

Практичний досвід роботи з психологічної реабілітації дав змогу розробити модель психотерапевтичної роботи з пацієнтами. Вона складається з *3-х рівнів і знайшла своє відображення у вигляді Інтегративної методики управління стресом (ІМУС-ІМСМ)*. Провідним фактором розподілу за рівнями є важливість психологічних проблем пацієнта та час, який необхідно витратити на їх вирішення:

1. На першому рівні здійснюється знайомство з пацієнтом, під час бесіди встановлюються його проблеми та намагаємося здійснити стабілізацію його емоційного стану за допомогою вербальних впливів. Здійснюється робота з метафоричними асоціативними картами (наприклад з авторськими колодами МАК «Стресс-стоп!», «Компас выбора профессии», «Вальс эмоций», «Струны души» та ін.), а також використовується потенціал музикальної терапії, мандалотерапії, арт-терапії та ін. [5-8].

2. На другому рівні використовується комплекс заходів психотерапевтичної роботи за допомогою проведення аутогенного тренування та медитативних практик, психом'язових вправ і дихальних практик, а також трансформаційних психологічних ігор, наприклад, використання гри-тренінгу «12 Законів Всесвіту» та ін.

3. На третьому рівні здійснюється психологічна інтервенція у вигляді поглибленої психотерапевтичної роботи з лікування наслідків прояву психічних травм за допомогою сучасних психологічних методів, а саме: емоційно-образної терапії, когнітивно-поведінкової терапії та інших методів і методик.

У залежності від сили прояву психологічних проблем пацієнтів визначається і застосовується відповідний рівень ІМУС-ІМСМ.

Індивідуальна та групова робота психолога з пацієнтами здійснюється як в умовах медичних палат так і в окремих обладнаних кабінетах. Проведення трансформаційних психологічних ігор і поглиблена психотерапевтична робота здійснюється або в спеціалізованих приміщеннях, або тих, у яких обладнання дозволяє це робити.

Особливістю групової роботи є кількість пацієнтів, які залучаються до її проведення. Практика показала, що в умовах палати максимальну кількість пацієнтів може становити 3-4 людини, в умовах окремого приміщення робочий максимум до 10-12 осіб, з тяжкопораненими військовослужбовцями (з ампутованими кінцівками) – до 3-4 осіб.

Таким чином, широкий спектр психологічних проблем у пацієнтів військового госпіталю, необхідності ефективної психотерапевтичної роботи, вимагає використання сучасних методів психологічної реабілітації.

Показниками для роботи з пацієнтами служать наявність гострої реакції на стрес, розлади адаптації, посттравматичний стресовий розлад, різноманітні форми деформації особистості пацієнтів, їх поведінки, психосоматичні захворювання, негативні психічні стани після перенесених гострих стресових впливів та ін.

Позитивно зарекомендувала себе організація роботи психолога в лікувальному процесі військовослужбовців учасників бойових дій за допомогою «Інтегративної методики управління стресом» (ІМУС-IMSM). Методика дозволяє комплексно на 3-х рівнях вирішувати проблеми пацієнтів.

Список використаних літератури

1. Блінов О. А. Бойова психічна травма : монографія. Київ : Талком, 2019. 700 с.
2. Блінов О. А. Інноваційний психологічний інструментарій діагностики, психотерапії та психокорекції бойового стресу : навч.-метод. посібник. Київ : Талком, 2020. 130 с.
3. Блінов О. А. Опитувальник бойового стресу Блінова О.А. (ОБСБ) : наук.-метод. видання. Київ : Талком, 2019. 36 с.
4. Блінов О. А., Максименко С. Д., Черненко І. О. Опитувальник скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) : наук.-метод. видання. Київ : Талком, 2019. 23 с.
5. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные фотокарты «Стресс-стоп!» : метод. реком. Київ : Талком, 2015. 24 с.
6. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные карты «Компас выбора профессии» : метод. реком. Київ : Талком, 2016. 15 с.
7. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные карты «Вальс эмоций». Методические рекомендации. К.: Талком, 2021. 14 с.
8. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные фотокарты «Струны души». Методические рекомендации. К.: Талком, 2021. 12 с.
9. Блінов О. А. Військово-психологічний словник. К. : Талком, 2023. 30 с.

ЗМІСТ

Адамова Г.В. МОВЛЕННЄВІ ДОМІНАНТИ ЯК СКЛАДОВІ НООСФЕРНОГО МИСЛЕННЯ.....	4
Astakvov V.M., Batsylyeva O.V., Puz I.V MENTAL SELF-REGULATION AS A MEANS OF PRESERVING AND RESTORING PERSONAL WELL-BEING AT THE TIME OF MODERN CONDITIONS OF MARTIAL LAW.....	10
Асєєва Ю.О. ПРОГРАМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ПОВНОМАШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ	14
Барко В.В., Барко В. І. СИСТЕМНИЙ ПІДХІД У ВИВЧЕННІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ	18
Башей О.О., ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА КОЛЕДЖУ.	23
Бедан В. Б., Єрмаков М.О. СТРУКТУРНІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ІТ- СФЕРИ.....	26
Бедан В. Б., Осадчук В. САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ У СОЦМЕРЕЖАХ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	29
Бедан К.В. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СХИЛЬНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ.	34
Блінов О.А. ІНТЕГРАТИВНА МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ (ІМУС-ІМСМ) У ГОСПІТАЛЬНІЙ ПРАКТИЦІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ.	39
Блінов О.А., Мороз І.В. САМООСВІТА ТА ПСИХІЧНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРСИ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ.	43
Борініштейн Є.Р. ПСИХОЛОГІЧНІ ІМПЕРАТИВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ.	46
Борисова О.О. КЛАСИФІКАЦІЯ БОЙОВИХ ТРАВМ УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ БАТЬКІВЩИНИ: НАРИСИ З КАБІНЕТУ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ.....	50
Босько В.І. МЕТОДИ САМОПІЗНАННЯ І САМОДОПОМОГИ Н.ПЕЗЕШКІАНА – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПСИХОЛОГІВ.....	55
Вукова S.V.	