

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ МВС УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНА ЛАБОРАТОРІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**



ЗБІРНИК ТЕЗ

**ВСЕУКРАЇНСЬКОГО МІЖВІДОМЧОГО
ПСИХОЛОГІЧНОГО ФОРУМУ**

**«ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В
СЕКТОРІ СИЛ ОБОРОНИ УКРАЇНИ»**

(30 червня 2022 року)

Київ 2022

Лукомська С. О.	
МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ РЕСУРСНОГО ПІДХОДУ ДО РОБОТИ З ТРАВМАМИ ВІЙНИ.....	256
Мілорадова Н. Е.	
БАЗОВІ ПРИЙОМИ ВИКОРИСТАННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТ (МАК) «МОНСТРИКИ ПОЧУТТІВ» У РОБОТІ ФАХІВЦІВ ДОПОМОГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ.....	260
Мозговий В. І.	
ПОСИЛЕННЯ ЧОЛОВІЧОГО «Я» В РОБОТІ З МОБІЛІЗОВАНИМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ.....	263
Пономаренко Я. С.	
ТЕОРЕТИЧНІ КОНТЕКСТИ ЩОДО ВМІННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ РОЗПІЗНАВАТИ ОЗНАКИ ПСИХІЧНОГО РОЗЛАДУ.....	268
Скрипаченко Т. В.	
МІЖОСОБИСТІ ВІДНОСИНИ ЯК РЕСУРС ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	272
Хохліна О. П.	
ПРОБЛЕМА СМISЛУ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	275
Христенко В. Є.	
ПОЧАТКОВИЙ ПЕРІОД ВІЙНИ 2022 РОКУ: ОСНОВНІ ПСИХІЧНІ СТАНИ МІСТЯН ХАРКОВА.....	279
Чайка М. С., Якуба Л. С.	
ПРОФІЛАКТИКА ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У ЛЮДЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ КОМУНІКАТИВНОЇ ФУНКЦІЇ ЗАСОБАМИ АДК (АЛЬТЕРНАТИВНОЇ І ДОДАТКОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ).....	282
Чудакова В. П.	
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ЗАСОБАМИ ІНТЕГРАТИВНИХ ПСИХОТЕХНОЛОГІЙ NLP: ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ, РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ЗДІБНОСТЕЙ ДО ШВИДКОЇ АДАПТАЦІЇ....	286
Янковська О. Ю., Охріменко І. М.	
ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ПОГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ.....	293

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ КОЛАБОРАЦІОНІЗМУ

Бойко-Бузиль Ю. Ю.	
КОЛАБОРАЦІОНІЗМ ЯК СУСПІЛЬНО-ПОЛІТИЧНЕ ЯВИЩЕ СУЧАСНОЇ УКРАЇНИ ПЕРІОДУ ВІЙНИ.....	296
Бондар В. Ю., Кудерміна О. І.	
ЕМОЦІЙНА РІВНОВАГА ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ДІЙ.....	299
Бутенко М. В.	
МОЖЛИВІ ШЛЯХИ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИ КОЛАБОРАЦІОНІСТА.....	302

Чайка Маргарита Сергіївна,

аспірантка PhD кафедри психокорекційної педагогіки та реабілітології,

НПУ ім. М.П. Драгоманова,

викладач кафедри інклюзивної та спеціальної освіти,

Інститут людини КУБГ імені Бориса Грінченка

Якуба Леся Станіславівна,

аспірантка PhD кафедри психокорекційної педагогіки та реабілітології,

НПУ ім. М.П. Драгоманова,

викладач кафедри спеціальної педагогіки,

ХНПУ ім. Г.С.Сковороди

ПРОФІЛАКТИКА ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У ЛЮДЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ КОМУНІКАТИВНОЇ ФУНКЦІЇ ЗАСОБАМИ АДК (АЛЬТЕРНАТИВНОЇ І ДОДАТКОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ)

Війна принесла у нашу країну дуже багато горя, пов'язаного з відсутністю впевненості у безпеці, фізичними та психічними травмами внаслідок бойових дій, втрати близьких та друзів. Ці події породжують відчуття тривоги. Якщо людина не здатна впоратися з негативними емоціями, виникають тривожні стани як патологічна схильність до постійного переживання. Подолання його вимагає як допомоги професійних лікарів, так і надання психологічної допомоги та використання засобів, які б на ранніх етапах після отримання травми були б в змозі пом'якшити негативні наслідки.

До основних симптомів тривожного стану відносять: внутрішнє тремтіння і підвищену нервозність, яка проявляється без об'єктивних причин, постійне або часто виникаюче відчуття тривоги, підвищену агресивність без наявності активного подразника, прискорене серцебиття, розлади сну, утруднене дихання і задишку, запаморочення та інші прояви, пов'язані з патологічною роботою психіки і нервової системи [1].

Можливо попередити або пом'якшити прояви тривожного стану засобами психотерапевтичного впливу, але вони мають певні обмеження. В.В. Макаров визначає слово як один із засобів впливу у психотерапії, і воно є одним із найпопулярніших в медичній моделі. Але застосування психотерапевтичних методів неможливе, коли у особи немає змоги усвідомлювати мовленнєву інформацію, наприклад, у випадку наявності інтелектуальних порушень, розладів аутистичного спектра або порушення комунікативно-мовленнєвої функції внаслідок травми, це стосується як дітей, так і дорослих [3].

Тривожні стани виникають внаслідок кількох чинників, один із них – нерозуміння ситуації та неможливість через це планування власних дій.

Профілактикою виникнення тривожних станів для людей, які мають порушення мовленнєвого та/або комунікативного розвитку може виступити роз'яснення ситуації, в якій знаходиться людина та формування реальних уявлень про порядок дій, які можна застосувати для власного убереження від потенційної загрози. Цей алгоритм набуває особливого значення під час реальної загрози життю і здоров'ю людини, її близьких. Так, під час надзвичайних ситуацій або в умовах воєнного стану таким людям варто додатково пояснити, що відбувається, які існують реальні загрози, які від цього можна вберегтися, яка послідовність дій рятує життя. Найчастіше люди, які відчують загрозу і бачать нервування оточуючих, але не можуть усвідомити, що дійсно відбувається через складнощі в опануванні вербального мовлення, починають тривожитися, що викликає розгубленість, низьку концентрацію уваги, стомленість. Що, в свою чергу, призводить до фізичного та емоційного виснаження. За таких обставин жодна особа не може дбати про себе, а отже, шанси на порятунок та збереження не тільки соматичного, фізичного, але й емоційного здоров'я значно знижуються. Саме через це необхідно заздалегідь дбати про те, як пояснювати людям з порушеннями комунікативного та мовленнєвого розвитку про надзвичайні ситуації та способи регуляції власної поведінки у визначених умовах. Одним із способів роз'яснень, які можуть бути доступними для людей, які не мають можливості спілкуватися вербально, виступають засоби АДК. Найпоширенішим їх видом виступають візуальні засоби, які можуть бути представлені у вигляді символічних зображень, піктограм. Засоби АДК покликані замінити або спростити вербальне спілкування й надати можливість комунікації тим людям, які не можуть спілкуватися за допомогою усного мовлення.

АДК охоплює способи комунікації, що використовуються в процесі спілкування для функціональної підтримки або як альтернатива мовленню в осіб з особливими освітніми потребами, котрі мають істотні труднощі з відтворенням або розумінням мовлення. Підтримка комунікативного процесу може здійснюватися за допомогою жестів, міміки, зображень, фотографій, піктограм, технічних засобів тощо, які допомагають людині з мовленнєвими порушеннями комунікувати з оточенням (передавати, сприймати та розуміти інформацію) та сприяють процесу соціальної інтеграції та взаємодії [5]. Використання будь-якого виду АДК, який підходить користувачу сприяє більш глибокому усвідомленню ситуації та знаходженню шляхів її вирішення, допомагає заспокоїти користувача в ситуації гострого стресу.

Аналізуючи сучасні дослідження з теми, нам особливо хочеться підкреслити внесок Г. Усатенко, М. Чайки, Ю. Защипась, Ю. Лабкової. Організоване ними дослідження стосувалось людей, що втратили мовлення внаслідок перенесеного інсульту, але вони однозначно доводять, що порушення комунікативної функції мовлення – ще не вирок для людини, що втратила можливість спілкуватися усно у

дорослому віці. АДК визначена як ефективний засіб реабілітації мовлення у пацієнтів з афатичними розладами, подолання порушення комунікації, а також як компенсаторну можливість [4].

Перед початком застосування АДК необхідно визначити збережені комунікативні можливості особи, її збережену чи порушену діалогічну компетентність, тобто «здатність реалізовувати усно-мовленнєву комунікацію у діалогічній формі в життєво-важливих для певного віку сферах і ситуаціях спілкування відповідно до комунікативного завдання» [2]. Потрібно виявити рівень комунікативних та мовленнєвих навичок, якими володіє користувач на момент обстеження, для вибору типу підтримуючої комунікації, або такої, що замінюватиме мовлення повністю. При цьому враховуються когнітивні, комунікативні, моторні і психосоціальні навички. Після цього можна, в залежності від збережених можливостей підібрати засіб АДК, максимально доречний у використанні особою з порушеною комунікативно-мовленнєвою функцією.

Добираючи засоби АДК варто враховувати особливості сприйняття користувача, його емоційні реакції. В залежності від збереженості інтелектуальних функцій, вікових особливостей зображення можуть мати різний ступінь деталізації та схематизації, але вони повинні демонструвати конкретний предмет, об'єкт, дію або характеристику.

Використовуючи окремі символічні зображення, піктограми можна пояснити користувачу що відбувається навколо, які емоції наразі він може переживати, що можна зробити аби уникнути негативних наслідків тощо. Ефективним інструментом є використання соціальних історій на визначену тематику, які складають собою короткий опис ситуації, для кращого її розуміння, можуть висвітлювати бажану і небажану поведінку відповідно до ситуації та демонструють покроковий план дій, який допоможе вберегти себе від неприємностей. Такі соціальні історії найкраще зарекомендували себе для застосування у вигляді постерів – коротких та чітко структурованих соціальних історій, які відповідають на питання: що трапилось?, яка загроза?, як діяти можна/бажано?, як діяти не можна?, що робити зараз, потім, в кінці? тощо. Також соціальні історії у вигляді постерів можуть висвітлювати певні вправи на релаксацію, зняття напруги, подолання стресу для користувачів, які вже знаходяться в безпечному та спокійному місці. Такі постери допомагають візуально підтримати процес психологічної самодопомоги користувачів, яка є невід'ємною частиною реагування особистості на стресовий чинник для збереження власного емоційного та особистісного здоров'я.

Важливо використовувати такі постери не лише у друкованому вигляді, але і з залученням цифрових технологій. Сучасні постери розроблені з урахуванням можливості автоматичної оптимізації візуального матеріалу до екрану смартфона,

планшета, ноутбука або комп'ютера. Ця можливість надає змогу використовувати важливий контент у час потреби не маючи поруч із собою роздруківок або змінних носіїв. Достатньо лише раз завантажити їх на свій мобільний пристрій і можна використовувати будь-де і будь-коли.

Використовуючи засоби АДК за надзвичайних умов особливо важливо дбати про їхню зручність та мобільність. Адже невідомо в який момент користувачу доведеться покинути домівку або залишитися без мобільного зв'язку. У будь-якому випадку, користувач, який має порушення комунікації повинен мати при собі інструмент для спілкування з оточуючими, це може вберегти життя. Важливо дбати про те, щоб використані засоби АДК підходили конкретному користувачу. Ми наголошуємо на важливості індивідуального та особистісно-орієнтованого підходу, врахуванні досяжності та зручності використання засобів АДК у повсякденному житті користувача.

Отже, засоби АДК як невід'ємна частина комунікативного процесу осіб, які мають порушення комунікативного або мовленнєвого розвитку, можуть виступати засобом пояснення, регуляції поведінки, алгоритмом дій у небезпечних ситуаціях та як засіб власної психологічної самодопомоги у скрутних ситуаціях. Цей інструмент може бути ефективним у профілактиці тривожних станів за умов слідування методичним рекомендаціям щодо використання засобів АДК з користувачами, які мають порушення мовленнєвого та комунікативного розвитку.

Список використаних джерел

1. Берадзе Т. Коли тривожність стає діагнозом. *BBC news Ukraine*: UR: <https://www.bbc.com/ukrainian/features-5050237924>
2. Галаєвська Л.В. Діалогічна компетентність : проблеми та перспективи. Українська мова і література в школі. Київ, Інститут педагогіки НАПН України. 2016. Т.1. С.18–22.
3. Туркова Д.М. Психолого-аналітичний підхід у трактуванні суті психотерапевтичного втручання. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. Психологічні науки*. Київ, 2015. Вип. 2(47). С. 187–193.
4. Усатенко Г.В. Практичні аспекти створення символів альтернативної та додаткової комунікації для відновлення комунікативних навичок у людей з афазіями. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2021. Вип.47(50). С.190–200.
5. Усатенко Г.В., Чайка М.С. Застосування альтернативної і додаткової комунікації: теоретичний огляд візуальних засобів АДК. *International Scientific And Practical Conference «Current Trends And Factors Of The Development Of Pedagogical And Psychological Sciences In Ukraine And Eu Countries»*, Conference Proceedings, Lublin: Baltija Publishing. 2020. September 25–26. С. 161–164.