

Оказание социально-психологической помощи и психологической реабилитации лицам, участвовавшим в специальной военной операции.

Несмотря на то, что военные в большинстве своем психологически подготовлены, то с чем приходится сталкиваться на войне может нанести серьезную психологическую травму даже психике бывалого солдата. В этом случае помощь психолога военным становится крайне важным элементом реабилитации.

Самым распространённым последствием боевой травмы является - Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Если дать короткое описание – это психическое расстройство которое возникает вследствие полученной боевой травмы характеризуется тем, что периодически солдат может выпадать из реальности в крайне реалистичные воспоминания самых травмирующих событий (так называемая флэшбэки) и остро реагировать на любые звуки, запахи, образы, которые хоть отдалённо напоминают боевые действия. Это например салюты или петарды или запах дыма. Чтобы вернуть нормальный сон, улучшить общее состояние бойца необходима полноценная психологическая помощь военным и их семьям, с разных сторон и во всех аспектах их жизни. Последствия ПТСР приводят к изменению личности, социальной и профессиональной дезинтеграции, алкоголизации и наркотизации, суицидам.

Так, на базе РГБУ «Дом-интернат общего типа для престарелых и инвалидов» организован пункт оказания социально-психологической помощи и психологической реабилитации лицам, участвовавшим в специальной военной операции и членам их семей. В оказании психологической помощи принимают участие – социальный и клинический психолог.

Цель работы Пункта: оказание социально-психологической помощи и психологической реабилитации лицам, участвовавшим в СВО, способствующее успешной адаптации солдат к новым условиям жизни; а также оказание психологической помощи семьям погибших и раненых солдат.

Основные задачи социально-психологической помощи:

- Психологическая диагностика синдрома социально-психологической дезадаптации;
- Психологическое консультирование (индивидуальное и семейное);
- Психологическая коррекция, или психокоррекция, направленное на воздействие на те или иные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности;
- Обучение навыкам саморегуляции (снятие напряжения с помощью релаксации, аутотренинга и другие методы);
- Социально-психологические тренинги, направленные на повышение адаптивности и личностное развитие.
- Психологическая профилактика возникновения у участников СВО, а также у родственников и близких погибших и раненых солдат отдаленных психических последствий в результате воздействия травмирующего события.

В целях реализации поставленных задач психологами учреждения будут предоставляться следующие мероприятия: психологическое тестирование (исследовании воздействия травмы на систему ценностей и потребностей человека), арт-

терапевтические методы работы с ПТСР, аутогенная тренировка, нервно-мышечная релаксация, дыхательная гимнастика, медитация, работа в сенсорной комнате, работа с паническими атаками и тревожностью, страхами и фобиями.

Форма работы: индивидуальная, групповая, семейная.

Однако основная задача психологов — помочь клиенту осознать возможность трансформации его кризисного состояния, увидеть новые перспективы и возможности возвращения к нормальной жизни. В этом и заключается ожидаемый результат оказания социально-психологической помощи и психологической реабилитации лицам, участвовавшим в СВО и их семьям.