

ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ

В.Й. Бочелюк

Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, vitalik.psyhol@ukr.net

М.С. Панов

Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради,
nikita.psyhol@ukr.net

Постановка проблеми. Питання реабілітації є актуальним для сучасної вітчизняної науки, оскільки внаслідок військової агресії російської федерації проти України є значна кількість постраждалих, що потребують довготривалої та системної реабілітації. За статистикою, оприлюдненою міжнародними організаціями, понад 6,4 млн українських сімей мають досвід проживання в окупації, 6 млн втратили заощадження або майно, 5,3 млн залишились без житла. Міністерство реінтеграції повідомляє про 7 мільйонів українців, які стали внутрішньо переміщеними особами.

Метою даної статті є на основі новітніх наукових досліджень визначити основні завдання та особливості психологічного консультування у реабілітаційному процесі.

Виклад основного матеріалу. Основними завданнями процесу реабілітації є: максимально можливе відновлення здоров'я; функціональне відновлення (повне або компенсація при недостатності чи відсутності можливості відновлення); повернення до повсякденного життя; залучення до трудового процесу. Для виконання цих завдань реабілітація умовно поділяється на 3 напрямки – медичну, соціальну та професійну.

Якщо мова йде про реабілітацію військовослужбовців та осіб, що пережили екстремальну ситуацію, то до вищезазначеного переліку можна

додати більш детальний опис завдань психологічної реабілітації, серед яких виділяють: діагностику та нормалізацію психічних функцій; відновлення порушених (втрачених) психічних функцій до оптимального рівня їх вираженості; корекція особистості для забезпечення ефективного функціонування в соціумі; надання допомоги в установленні (відновленні) конструктивних взаємин у сім'ї та суспільстві; відновлення адаптивних механізмів до екстремальних (бойових) дій; опанування методів саморегуляції та керування стресом; запобігання психологічному травмуванню та психічним розладам; проведення психопрофілактичної та психокорекційної роботи із сім'єю отримувача послуг; формування позитивних реакцій, мотивації, соціальних установок на життя та професійну діяльність (Зеленський, Левченко, Бур'янова, 2023).

Задля реалізації поставлених завдань психологічна реабілітація передбачає використання таких форм роботи як психологічна діагностика, психологічна просвіта та інформування, психологічне консультування, психологічна підтримка і супровідна психотерапія, групова робота.

Одним із основних принципів реабілітаційного процесу є етапність, що передбачається послідовне проходження пацієнтом відповідних етапів реабілітації: від початку виникнення захворювання до кінцевого його наслідку. Кожен з етапів передбачає свої завдання, методи і засоби для їх вирішення. Варто зазначити, що психологічні методи супроводжують реабілітаційний процес на кожному з його етапів: лікарняному та післялікарняному. З перших днів реабілітації необхідно сприяти підтриманню позитивного психоемоційного стану хворого: хворий повинен бути впевнений у сприятливому закінченні хвороби, а у випадку відсутності такої перспективи, необхідним є відповідний інструктаж родичів. Важливим є створення для хворого комфортних умов перебування, що передбачає не лише відмежування хворого від негативної інформації побутового характеру, а й уважне ставлення до хворого, де він відчуватиме турботу з боку родичів, медичного персоналу, співробітників з виробничої діяльності. Тобто

психологічна реабілітація включає не лише безпосередню роботу з хворим, а й формування принципів та правил поведінки медичного персоналу, близьких родичів, співробітників та аналогічних хворих, від яких залежить психологічна реакція пацієнта на хворобу. Із цією метою використовуються різні методи психологічного впливу серед яких вирізняють: індивідуальну психотерапію з пацієнтом, різні форми групової психотерапії, метод психотерапевтичного потенціювання (надання психотерапевтичної спрямованості усім заходам медичної реабілітації з метою створення позитивної домінанти на кожний вид лікування), психофізичне аутогенне тренування, психогімнастика, бібліотерапія, фільмотерапія та інші культотерапевтичні заходи, арт-терапія, проведення груп психологічної підтримки та соціально-психологічних тренінгів тощо. З метою створення позитивної психологічної атмосфери у процесі лікування та постлікарняного періоду, що сприяє успішній реабілітації хворого, психологія спирається на дослідження науки біоетики, що досліджує принципи, засоби, методи, результати спілкування людей між собою, з навколишньою природою, рослинним, тваринним світом і допомагає людині жити в гармонії з навколишнім середовищем (Вакуленко, Клапчука, 2010).

У широкому розумінні програма психологічної реабілітації пацієнта складається із таких блоків:

1. Психодіагностика – дослідження особистісних особливостей (індивідуально-типологічні особливості, захисний стиль поведінки, актуальний стан, особливості міжособистісної взаємодії, особливості сімейної системи тощо).

2. Психологічне консультування, що складається з таких напрямків:

1) інформаційний – підвищення психологічної компетентності щодо проблем формування невротичних порушень;

2) мотиваційний – створення мотивації на лікування та виявлення особистісних ресурсів у подоланні невротичних форм реагування.

3. Психокорекція – відновлення порушеної системи відносин хворого, поліпшення якості життя, відновлення соціальної адаптації (Бочелюк, Панов, Бохонкова, 2022).

У науковій літературі найбільше уваги приділяється саме третьому етапу, який передбачає психокорекційні та психотерапевтичні заходи. Велику результативність у реабілітаційному процесі показали методи когнітивно-поведінкової терапії. Високу ефективність також мають методи індивідуальної та групової особистісно орієнтованої психотерапії у поєднанні з системною сімейною психотерапією, психодинамічний підхід, гуманістична та екзистенційна моделі психотерапевтичного впливу (Бочелюк, Панов, Бохонкова, 2022).

Загальною метою психокорекційного впливу є відновлення особистих якостей і здібностей хворого для його взаємодії з соціальним оточенням, а також психокорекцію установок хворого до виконання обов'язків громадянина, члена суспільства, колективу, сім'ї (Вакуленко, Клапчука, 2010). Психокорекційна програма та завдання психотерапії розробляються індивідуально для кожного пацієнта в залежності від індивідуальних особливостей та специфіки проблеми.

Однак, роль та місце психологічного консультування у реабілітаційному процесі висвітлено недостатньо та, на нашу думку, несправедливо ігнорується. Припускаємо, що це пов'язано із класичним поглядом на психотерапію через призму медичної науки, де психотерапевтичні заходи щодо хворого може здійснювати лише фахівець з медичною освітою. Хоча практика показує, що психологи досить ефективно використовують психотерапевтичні методи у своїй практиці. Тим не менш, задля уникнення термінологічного конфлікту у вітчизняному науковому дискурсі було прийнято розмежування понять і психотерапія розглядається з медичної точки зору як система лікувальних впливів на психіку і через психіку на організм людини, а психокорекцією є психологічна модель надання психологічної допомоги у ситуаціях різного роду психологічних утруднень з метою покращення якості життя. Втім, варто

зазначити, що поняття психокорекції існує лише у країнах пострадянського простору, які ще слідують традиціям минулого і не внесли відповідні зміни у застаріле законодавство. У високорозвинених країнах терміну «психокорекція» не існує, а використовується поняття «психологічної психотерапії». В будь-якому разі, розмежування між психотерапією, психокорекцією та психологічним консультуванням полягає у різних рівнях надання психологічної допомоги, хоча усі вони часом тісно переплітаються між собою.

Основним методом психологічного консультування є консультативна бесіда, яка є не лише способом збору інформації про клієнта та психодіагностичним інструментарієм, а й психотерапевтичним засобом. Важливу роль у процесі відіграють методи активного та емпатійного слухання.

Висновки. Психологічні методи входять у систему реабілітації у складі медичної реабілітації. Оскільки, саме медична реабілітація є основним напрямком реабілітаційного процесу, це віддає належне важливості методів психологічної допомоги для успішної реабілітації особистості на рівні із відновною медичною терапією та реконструктивною хірургією з наступним протезуванням. Психологічні методи супроводжують реабілітаційний процес від початку до завершення на кожному з його етапів, поєднуючись із комплексом інших реабілітаційних заходів в залежності від індивідуальної програми пацієнта. Втім, погляд на психологічну реабілітацію через призму медичної науки ігнорує роль психологічного консультування у процесі, оскільки згідно визначення поняття психологічне консультування має проводитись лише із нормальними, фізично та психічно здоровими людьми. Проаналізувавши завдання та методи психологічного консультування як різновиду професійної практики психолога, ми вважаємо, що цей напрямок психологічної допомоги займає своє особливе місце у реабілітаційному процесі та є обов'язковим для використання. Метод психологічного консультування дозволяє надання першої психологічної допомоги на

найбільш ранніх етапах, що сприяє успішності подальшого реабілітаційного процесу.

Література:

1. Бочелюк В. Й., Панов М. С., Бохонкова Ю. О. Реабілітаційна психологічна допомога при неврозах. *Перспективи та інновації науки*. 2022. №11(16). С. 281-291.
2. Зеленський С. М., Левченко В. О., Бур'янова О. О. Економіко-правові засади надання психологічної підтримки військовим та ветеранам. *Наукові перспективи*. 2023. №2(32). С. 377-390.
3. Основи фізичної реабілітації: Навчальний посібник / За заг. ред. Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. Тернопіль: ТНПУ, 2010. 234 с.