МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



АКАДЕМІЧНА СТУДІЯ

№ 4, 2018

Щоквартальний науковий часопис
студентського наукового товариства
“GAUDEAMUS”

Матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції
“ОСОБЛИВІ СІМ’Ї З ОСОБЛИВИМИ ДІТЬМИ”
/психологічні проблеми сімей,
які виховують дітей з інвалідністю/

Київ
ДП “Видавничий дім “Персонал”
2018

Тарнавська Л. А.
Дослідження напрямів покращення якості життя сімей із дітьми, які мають особливі потреби *96*
Терешкевич Г. Т. (с. Діогена)
Нік Вуйчич як взірець самоствердження та соціалізації особистості з особливими проблемами здоров'я *101*
Фесенюк Н. П.
Накопичення тривожного стану спонукає до творчості як до засобу подолання травмуючої події *106*
Черная Т. В.
Комплексная реабилитация "особенных" детей и их родителей при помощи метода игровой кинезиотерапии *109*

УДК 159.98/159.96+74

Н. П. ФЕСЕНЮК
докторант кафедри психології ПрАТ "ВНЗ "МАУП"
Науковий керівник: доктор медичних наук, доцент, професор кафедри психології ПрАТ "ВНЗ "МАУП" Коляденко Н. В., м. Київ, Україна

НАКОПИЧЕННЯ ТРИВОЖНОГО СТАНУ СПОНУКАЄ ДО ТВОРЧОСТІ ЯК ДО ЗАСОБУ ПОДОЛАННЯ ТРАВМУЮЧОЇ ПОДІЇ

Н. П. Фесенюк, докторант кафедри психології ПрАТ "ВНЗ "МАУП", м. Київ, Україна. **Накопичення тривожного стану спонукає до творчості як до засобу подолання травмуючої події.**

***Ключові слова*:** посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), психокорекція, арт-терапія, творче малювання.

Анотація. В статті розглядається проблема посттравматичного стрессового розладу в учасників бойових дій та застосування методу арт-терапії в психокорекції ветеранів та їх родин.

Н. П. Фесенюк, докторант кафедры психологии ЧАО "ВУЗ "МАУП", г. Киев, Украина. **Накопление тревожного состояния побуждает к творчеству как к средству преодоления травмирующего события.**

***Ключевые слова*:** посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), психокоррекция, арт-терапия, творческое рисование.

Аннотация. В статье рассматривается проблема посттравматического стрессового расстройства у участников боевых действий и применения метода арт-терапии в психокоррекции ветеранов и их семей.

Fesenyuk N. P., Ph.D. student of Department of Psychology of the Private Joint-Stock Company Higher Educational Institution Interregional Academy of Personnel Management, Kyiv, Ukraine. **Accumulation of anxiety causes the creativity as a means to overcome a traumatic event.**

***Keywords*:** post-traumatic stress disorder (PTSD), psychocorrection, art therapy, creative drawing.

Abstract. The article deals with the problem of post-traumatic stress disorder in participants in combat operations and the use of the method of art therapy in the psycho-correction of veterans and their families.

Постановка проблеми. Посттравматичний стан — це важкий психічний стан (ПТСР), що виникає внаслідок значної психотравмуючої ситуації, — одиничної чи тої, що повторюється, що несе загрозу життю, та виявляється кількома симптомами, такими як патологічне переживання, витіснення з пам'яті, що має тенденцію до нав'язування відтворення в свідомості, підвищений рівень тривожності.

Серед травмуючих подій, здатних викликати ПТСР, перше місце відводять воєнним діям.

До погіршення адаптації, появи суїцидальних думок можуть призвести важкі спогади воєнних дій.

Щоб розглянути проблему ПТСР всебічно, важливо брати до уваги те, що поява масштабного психічного розладу — не єдиний спосіб реакції на психотравмувальну подію. Значний відсоток тих, хто страждає на ПТСР, окрім основних, мають ще й серйозні супутні симптоми, які теж вимагають лікування. Підпороговий або частковий ПТСР, так само як і масштабний ПТСР, також спричиняє серйозні проблеми у соціальній, професійній, родинній сферах. Yarvis та ін. визначили, що критерії підпорогового ПТСР співпадають з группою критеріїв повторного захворювання на ПТСР і хоча б одним із групи критеріїв, описаних у Керівництві з діагностики і статистики, 4-те видання. Пацієнти з підпороговими проявами ПТСР шукають допомоги і підтримки так само, як і пацієнти з повним набором симптомів, через це постає багато питань щодо клінічного значення підпорогового ПТСР і діагностики винятків. Пацієнти, у яких було діагностовано ПТСР, можуть відчувати лише крайній стресовий стан у всьому діапазоні стресу, замість чітких клінічних симптомів ПТСР. Загалом, у пацієнтів із ПТСР майже завжди спостерігаються супровідні психічні розлади, наприклад, пов'язані зі зловживанням психоактивними речовинами, або ж іншими, тривожними та депресивними, розладами. Адаптація до проживання в родині ускладнена порушеннями сну, нічними жахами та довшим періодом усвідомлення того, що боєць зараз вдома, а не в бойових умовах. Також помітна постійна тривога за безпеку своєї родини в умовах, що не передбачають загрозливу ситуацію. Це спостерігається як у знайомому місці, так і на відпочинку в період відпустки.

***Об'єкт дослідження*:** способи психокорекції ПТСР.

***Предмет дослідження*:** методика арт-терапії, творче малювання, як засіб психокорекції психоемоційних станів учасників АТО.

***Мета дослідження*:** розробити арт-терапевтичний спосіб психокорекції психоемоційних станів на снові творчго малювання та оцінити його ефективність у осіб із ПТСР (учасників АТО).

Результати власних досліджень і їх аналіз. Можна умовно розділити осіб, які переживають травмуючі події, на кілька категорій:

1 — компенсаційні особи, які потребують легкої психологічної підтримки на рівні дружньому чи родинному;

2 — особи з дезадаптацією, легким ступенем, які потребують як дружньої підтримки так і професійної допомоги психолога чи психотерапевта;

3 — особи з дезадаптацією середнього ступеню включно із фармакологічною корекцією стану. Психофізіологічна рівновага порушена в усіх сферах. Психічні порушення на рівнімежових, постійне відчуття страху, вираженої тривоги або агресивності у випадках, коли обставини не є життєво важливими. Фізичний статус може бути порушено пораненнями та травмами;

4 — особи з дезадаптацією важкого ступеню, який виражений у всіх сферах і потребує тривалого лікування та відновлення. Це можуть бути виражені порушення психічного стану, які потребують втручання психіатра, або фізичні травми, які призвели до інвалідності, що супроводжується комплексом неповноцінності, депресією, суіцидальними думками або психосоматичними порушеннями складного ґенезу.

5 — Розлади психіки, що потребують корекції:

- не патологічні невротичні прояви (адаптаційний стан);
- психогенні розлади з непсихотичною симптоматикою (психогенні реакції, невротичні стани);
- психогенні розлади з психотичною симптоматикою (реактивні психози — гострі затяжні); можуть протікати з різним ступенем складності та тривалості.
- симптоми горя, які зустрічаються при природному переживанні горя.

Для багатьох ветеранів складно наважитися малювати, але не складно допомогти намалювати щось своїй дитині, і саме ця мотивація допомагає розкрити свою здібність до малювання та перейти бар'єр сорому, адже у деяких ветеранів є упередження, що малюють лише діти.

Проте споглядання за творчістю інших людей, а особливо за творчістю власних дітей, є терапевтичним.

В процесі творчого малювання дезактуалізувалися страхи і тривога, підвищувалися комунікативні навички, оптимізувалося сприймання себе і оточуючих, формувалося адекватне розуміння ситуації.

Висновки. Розроблена та впроваджена нами арт-терапевтична методика творчого малювання виявилася статистично достовірно ефективною для психокорекції психоемоційниї станів осіб із симптомами ПТСР (учасників АТО).