

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Р. ГАМЗАТОВА»
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
РОССИЙСКОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО
ФЕДЕРАЦИЯ ПСИХОЛОГОВ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ**



**«АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
СЕМЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ,
МОБИЛИЗОВАННЫХ НА СВО»**

**Сборник материалов Всероссийской научно-практической
конференции (21 – 22 ноября 2024 года)**



Махачкала - 2024

УДК 37
ББК 74.0
А-43

*Печатается по решению научно-экспертного совета
(протокол № 2 от 05.12.2024г., рег. №12)*

Работа выполнена по Государственному заданию Министерства просвещения Российской Федерации №1023033100154-3-5.1.1 на 2024 год в рамках проекта тематики научных исследований «Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, как условие развития жизнестойкости и субъективного благополучия личности» (AGWQ-2024-0011)»

Редакционная коллегия:

Далгатов М.М., д.пс.н., профессор, зав. кафедрой психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им.Р.Гамзатова», Председатель ДРО РПО, Главный внештатный педагог-психолог Минпросвещения РФ по СКФО;

Магомедханова У.Ш., к. пс. н., доцент кафедры психологии, руководитель психологической службы ФГБОУ ВО «ДГПУ им.Р.Гамзатова»;

Муталимова А.М., к.пс.н., доцент кафедры общей и социальной психологии ФГБОУ ВО «ДГУ», доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им.Р.Гамзатова», Главный внештатный педагог-психолог Минобрнауки РД;

Халидов М.М., к.пс.н., профессор кафедры психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»;

Кимпаева Э.А., ст. преп. кафедры психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова».

А-43 Актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО. Сборник материалов всероссийской научно-практической конференции (21-22 ноября 2024г.) / Под ред. М.М. Далгатова, У.Ш. Магомедхановой. – Махачкала: АЛЕФ, 2024. 378 с.

ISBN 978-5-00212-782-5

DOI: 10.33580/9785002127825

За содержание статей редакционная коллегия ответственности не несет.

© ДГПУ им. Р. Гамзатова, 2024

© Авторы статей, 2024

© Издательство АЛЕФ, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Приветственное слово	7
-----------------------------------	----------

ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ

Далгатов М.М., Муталимова А.М. Психологическое сопровождение членов семей участников СВО в образовательных организациях: проблемы, риски и ресурсы.....	15
Ульянина О.А., Александрова Л.А. Чат-бот «Мой компас» - новый инструмент онлайн-самодиагностики состояния респондентов, находящихся на территориях, пострадавших в результате боевых действий	24
Маллаев Д.М., Бажукова О.А. Психологическое сопровождение и реабилитация членов семей участников СВО в условиях инклюзивного образования	30
Яковлева Н. В. К вопросу о подготовке клинических психологов к работе с участниками СВО.....	36
Муталимова А.М., Далгатов М.М., Ахмедпашаева К.А. Субъективное благополучие и жизнестойкость учащихся – детей участников специальной военной операции.....	44
Фролова С.В., Плясова К.Д. Система психологической помощи семьям военнослужащих, мобилизованных на СВО, и ментальная духовно ориентированная интра-психодрама	59

СЕКЦИОННОЕ ЗАСЕДАНИЕ

Аваряскина Т. В. Психологическая поддержка дошкольников и подростков из семей военнослужащих, мобилизованных на СВО (на примере деятельности педагогов-психологов дворца творчества г. Краснодара)	65
Алиева Б. Ш. Педагогические условия воспитания жизнеспособности у подростков из семьи военнослужащих средствами народной педагогики	71
Апанович Т. М., Серых А.Б. Применение метода десенсибилизации и переработки движениями глаз в терапии последствий хронического родительского стресса	80
Асланбекова Э. А., Махадов А. К. Самосознание и «социальные рамки» коллективной памяти.....	86

Ахмедпашаева К.А. Анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников.....	92
Багандова Г. Х., Давудова А. Р. Психолого-педагогическое сопровождение детей участников специальной военной операции ...	98
Байсонгуров И.Б. Формирование профессиональных компетенций будущих педагогов-психологов для работы со школьниками, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании..	103
Билида Н.С., Шамардина М.В. Методы снижения дезадаптивных состояний у военнослужащих специальной военной операции	107
Богданова Е. Р. Психологическая подготовка к возвращению военнослужащего домой: работа с семьями.....	114
Гаджимурадова З.М., Джабраилова С.А. Психологическая трансформация самосознания личности в период социальной напряженности.....	118
Гасанова Б.М. Преемственность поколений и модель патриотического воспитания студентов ВУЗа.....	123
Гасанова Д.И. Формирование патриотической идентичности как фактор укрепления национального самосознания студенческой молодежи.....	131
Гвоздев Д. Н. Реабилитационный потенциал ветеранов боевых действий	141
Горбатюк Е.А. Психологическое сопровождение посттравматического стрессового расстройства у военнослужащих участников локальных войн».	149
Даудова Д.М. Эмпатия как профессионально важное качество педагога-психолога в работе с участниками специальной военной операции (СВО)	152
Ермолаева А.В. Основная проблематика обращений военнослужащих, участников (ветеранов) специальной военной операции и членов их семей за психологической помощью	156
Есаян М. Л., Макадей Л.И. Особенности психологической коррекции страхов с применением технологий виртуальной реальности у участников боевых действий	165
Закилова Х. Д. Актуальные проблемы психологического сопровождения семей, воспитывающих детей с ОВЗ	172
Залитинова С.А. Особенности социально-психологической работы с детьми и семьями группы риска	177
Ибрагимова Ш.З. Роль спорта в психологической помощи детям участников СВО: пути поддержки и реабилитации	184

Кабардиева Ф.А. Роль социально-педагогического компонента в процессе патриотического воспитания подростков	191
Кадиева Р.И., Шведов М.Ш. Интегративные методы поддержки несовершеннолетних, переживших травматический опыт и утрату	196
Казиева Н.Н. Посттравматическое стрессовое расстройство как психологическая проблема	209
Кимпаева Э.А. Комплекс мероприятий, направленных на создание необходимого психологического климата для сохранения психологического здоровья детей участников СВО	213
Клюева Н. В. Сеть психологической поддержки в вузе как условие адаптации и интеграции студентов - участников СВО в образовательный процесс и социальные отношения.....	219
Курбанова Г.Г. Психологическое сопровождение участников специально военной операции и членов их семей в филиале Фонда «Защитники Отечества»	226
Магомедова З.Ш. Героические примеры участников СВО как инструмент формирования патриотической идентичности у студенческой молодежи.....	231
Магомедова Р.М. Волонтерство как способ профессионального становления будущих педагогов: перспективы и вызовы	240
Магомедов П.Ш. Горевание как кризисное состояние и психологическая помощь в ситуации острого горя.....	245
Магомедханова У.Ш., Халидов М.М. Проблема жизнестойкости и психологического благополучия личности детей и подростков	249
Макеева Н.Ю. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков в условиях специальной военной операции	257
Малюченко Г. Н. Применение системного подхода к созданию программ реадaptации ветеранов боевых действий.....	262
Мунгиева Н.З. Социально-психологическая поддержка семей мобилизованных участников СВО	271
Платонова Я. С., Зиновьева Е. В. Жизненный опыт как протективный фактор психологического благополучия членов семей военнослужащих, мобилизованных на СВО.	276
Польшакова И.Н., Гайшун Т.А. Профилактика нервно-психической неустойчивости у военнослужащих - участников СВО	282
Полякова О.Б. Посттравматическое стрессовое расстройство несовершеннолетних, переживших горе: мета-анализ Scopus 2024	291

Попельчук Г. А. Предикторы посттравматического роста личности	295
Савина Т.В., Пашукова А.Д. Перспективы применения метода виртуальной реальности при терапии ПТСР у детей и подростков .	300
Суворова Н. В., Фаустова А. Г. Организация психологического сопровождения семей участников специальной военной операции: опыт рязанской области.....	305
Сулейманова Р.В. Воспитание патриотической идентичности студентов на основе героических примеров участников специальной военной операции	310
Сульженко А. С., Бондаренко Е. В. Использование методов арт-терапии в психокоррекционной и психопрофилактической работе с детьми, пострадавшими в ходе военных действий	315
Тажутдинова Г. Ш. Психологическое сопровождение детей ветеранов (участников) СВО.....	321
Тарасова Н. Г., Храмцова Н.А. Самовосстановление при вторичной травматизации у помогающих профессий (волонтеры СВО, сотрудники организаций, работающие с прямыми и косвенными участниками СВО)	328
Хаджиалиев К.И. Медицинское волонтерство как важный ресурс психолого-педагогической поддержки членов семей участников СВО и профессионального становления студентов-медиков.....	341
Шихамирова Б.А. Специфика работы социального педагога по профилактике конфликтов в подростковой среде (в условиях ОУ) .	348
Яковлев В. В. Опыт психологического консультирования студентов – членов семей участников СВО.....	352
Ямщикова К. И., Ясафова М. Д., Шамардина М. В. Исследование психологического здоровья в семьях военнослужащих	356
Ясафова М. Д., Ямщикова К. И., Шамардина М. В. Подходы к гармонизации психологического здоровья в семьях военнослужащих	363
Резолюция	370

**Приветственное слово ректора Дагестанского
государственного педагогического университета
им. Р.Гамзатова участникам конференции**

Дорогие коллеги - участники настоящего форума!

Ректорат ДГПУ им. Р. Гамзатова приветствует и поздравляет Вас с началом работы научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологического сопровождения семей участников СВО», которая начала свою работу на площадке Гамзатовского университета.

Мероприятие проводится кафедрой психологии нашего университета в рамках выполнения государственного задания Министерства просвещения РФ в 2024 году «Психологическое сопровождение семей участников СВО как условие развития субъективного благополучия и жизнестойкости личности».

Отрадно заметить, что научный форум проходит у нас в год семьи, объявленный Президентом России, и в рамках недели психологии в России, учрежденной Президиумом Российского психологического общества. Приятно отметить то, что масштабное мероприятие проводится на площадке Дагестанского государственного педагогического университета им. Р.Гамзатова при сотрудничестве и взаимодействии с ведущими общественными организациями и центрами психологической науки и психолого-педагогического образования Российской Федерации.

Руководство университета выражает благодарность вузам - партнерам научного форума и Министерству образования и науки РД за активное содействие в выполнении настоящего государственного задания.

Проблемы и вопросы, которые предполагаются обсудить в рамках настоящей научно-практической конференции, чрезвычайно актуальны в научном и прикладном аспекте. Без преувеличения можно говорить о том, что в психолого-педагогическом сопровождении нуждаются сотни и тысячи членов семей участников (ветеранов) специальной военной операции. Убежден в том, что разработанные в рамках научного форума рекомендации, будут использованы и реализованы в деятельности психологических служб образовательных организаций, а также медико-социальных центров на территории РФ.

Желаю Вам плодотворной работы!

***Ректор ФГБОУ ВО
«ДГПУ им. Р.Гамзатова»
Н. А. Асваров***

Приветственное слово директора Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства просвещения Российской Федерации

Уважаемые участники и организаторы конференции!

Минпросвещения России уделяет особое внимание психологической поддержке обучающихся из числа семей участников специальной военной операции.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, которое реализуется на всех уровнях образования педагогами-психологами, обеспечивая доступность соответствующего вида помощи, учитывает различные категории обучающихся, в том числе детей участников специальной военной операции (далее - СВО).

В помощь специалистам Минпросвещения России совместно с Минобрнауки России, Минздравом России (при участии Минобороны России, МЧС России) летом 2023 разработан алгоритм сопровождения детей участников (ветеранов) специальной военной операции обучающихся в образовательных организациях, который включает в себя рекомендации по реализации основных направлений психолого-педагогического сопровождения; по оказанию экстренной психологической помощи, коррекции и поддержки обучающихся соответствующей категории; по организации сетевого и межведомственного взаимодействия; а также контакты горячих линий кризисной психологической помощи разных организаций и ведомств.

Педагоги-психологи образовательных организаций, в том числе главные внештатные педагоги-психологи в субъектах Российской Федерации, привлекаются на региональном уровне для оказания психолого-педагогической помощи обучающимся из семей участников (ветеранов) СВО.

Особое внимание уделяется оказанию кризисной помощи детям и их родителям (законным представителям), прибывшим с территорий проведения СВО. Также для организации профессиональной переподготовки и повышения квалификации специалистов в области психологии в системе образования Российской Федерации, работающих с данными категориями, создаются дополнительные условия.

Большое значение имеет высшая школа: проведение исследований, подготовка кадров, работающих по сопровождению участников. Научно-методический потенциал Дагестанского государственного педагогического университета им. Р. Гамзатова и других организаций,

представители которых сегодня в докладах поделятся наработками, будут полезны практикующим специалистам при оказании психолого-педагогической помощи семьям военнослужащих, мобилизованных на СВО.

В июне 2024г. Министерством просвещения Российской Федерации утвержден комплекс дополнительных мероприятий по научно-методическому обеспечению организации психологической помощи членам семей участников (ветеранов) специальной военной операции, одним из пунктов которого является проведение сегодняшней конференции.

В соответствии с разработанными межвузовской рабочей группой материалами в течение 2024-2025 учебного года запланировано внедрение в региональные системы повышения квалификации педагогов-психологов, программ подготовки будущих психологов.

В настоящее время ведется работа по оказанию психолого-педагогической помощи семьям участников (ветеранов) специальной военной операции центрами психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи во взаимодействии с Государственным фондом «Защитники Отечества».

Наш общий вектор усилий - это благополучие детей. Наша задача - сформировать такого рода защитные фильтры, которые будут способствовать нейтрализации воздействия на ребенка различных негативных факторов, развитию жизнестойкости.

Уверена, что совместными усилиями мы выстроим систему, которая будет направлена на повышение качества и доступности оказания психологической помощи обучающимся.

Коллеги, желаю продуктивной работы в интеграции научных исследований и практики их применения в этом непростом, но очень важном направлении!

С уважением!
директор Департамента государственной политики
в сфере защиты прав детей Министерства просвещения РФ
Л. П. Фальковская

Приветственное слово Министра образования и науки Республики Дагестан

Уважаемые участники конференции, коллеги, друзья!

Я рад приветствовать Вас на Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО».

В нашей республике продолжается работа по улучшению профессионального имиджа педагогов-психологов. Мы понимаем, что сегодня педагоги-психологи являются значимыми участниками педагогической команды образовательной организации наравне с учителями-предметниками, в том числе классными руководителями и представителями школьной администрации.

И об этом нам необходимо помнить, потому что именно педагоги-психологи помогают решать возникающие порой в образовательной среде проблемы, с которыми в одиночку могут не справиться даже опытные учителя.

Я уверен, что эта конференция объединит не только ведущих ученых и практиков в данной области, но и будущих специалистов – студентов, магистрантов, аспирантов.

Желаю вам продуктивного сотрудничества и вдохновения в дни работы конференции!

С уважением!
Министр образования и науки РД
Я. Г. Бучаев

Приветствие Президента Российского психологического общества к организаторам и участникам конференции!

Уважаемые коллеги, организаторы и участники всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологического сопровождения членов семей участников СВО» хочу сердечно поздравить Вас от имени Российского психологического общества и от себя лично с началом работы форума.

Отрадно отметить, что конференция проходит не только в год семьи объявленного в Российской Федерации Президентом РФ и в рамках государственного задания Министерства просвещения РФ в 2024 году «Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, как условие развития жизнестойкости и субъективного благополучия личности», но также в русле «Недели психологии», объявленного Президиумом РПО.

Тема научного форума весьма актуальная в условиях проведения в РФ специальной военной операции. Комбатанты и члены их семей, несомненно, нуждаются помимо медицинской, материальной, социальной также и психологической помощи.

Профессиональное сообщество психологов, России оказывают действенную психологическую помощь участникам (ветеранам) СВО и их семьям на различных уголках нашей страны.

Следует отметить, что участников СВО, героев России в большом количестве среди дагестанцев которыми гордиться вся Россия. Эти участники и их семьи нуждаются в психологическом, психолого-педагогическом сопровождении и они вправе получить от государства и общества.

При этом важно отметить, что нужно межведомственное взаимодействие специалистов-педагогов, психологов, медицинских работников в оказании психологической помощи.

Приятно также заметить, что на площадке ФГБОУ ВО ДГПУ им. Р. Гамзатова, собрались ученые практики из ведущих психологических центров РФ.

Пользуясь возможностью, хочу приветствовать в первую очередь дагестанское региональное отделение РПО и общеуниверситетскую кафедру психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова за организацию и проведение масштабного мероприятия. Хочется отметить конструктивное взаимодействие кафедры психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова», Дагестанского Регионального отделения РПО с Федеральным Координационным Центром по обеспечению психологической служ-

бы в системе образования РФ ФГБОУ ВО «МГППУ» (О.А. Ульянина), факультетом психологии МГУ им М.В. Ломоносова (Ю.П. Зинченко), кафедрой общей психологии и психологии личности ФГБОУ ВО СКФУ (И.В. Белашева), факультетом клинической психологии ФГБОУ ВО «РГМУ им. Павлова» (Н.В. Яковлева), факультетами психологии СНГУ им. Н.Г. Чернышевского (Л.А. Аксиновская), ФГБОУ ВО «ЯрГУ им. П.Г. Демидова» (А.В. Карпов).

Необходимыми условиями эффективной работы по психологическому сопровождению, на наш взгляд, выступает помимо прочего сотрудничество кафедры психологии ДРО РПО с региональными министерствами науки и образования и здравоохранения. В последние годы отмечается тесное взаимодействие психологов с образовательными и медицинскими организациями Республики Дагестан.

Нужно отметить конструктивную работу ректора ДГПУ им. Р. Гамзатова Наримана Асваровича Асварова и министра образования и науки РД Яхьи Гамидовича Бучаева в организации и проведении данного мероприятия.

И в заключении хочу пожелать всем участникам научного форума успехов в работе, интересных обсуждений, открытий по внедрению качественных технологий психолого-педагогического сопровождения участников (ветеранов) СВО и их семей.

С уважением!
Президент Российского психологического общества,
декан факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова,
Главный внештатный специалист по
медицинской психологии МЗ РФ,
директор ФНЦ ПМИ, академик РАО, профессор
Ю.П.Зинченко

Приветственное слово Президента Федерации психологов образования России

Уважаемые коллеги!

От имени общероссийской общественной организации «Федерация психологов образования России» и от себя лично приветствую организаторов, участников и гостей Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО».

Сегодня особенно актуальна тема психологической помощи участникам, ветеранам специальной военной операции (далее - СВО) и членам их семей с учетом значительных изменений, происходящих в их жизни. В этой связи высока потребность в развитии эффективно действующей системы социально-психологического сопровождения и оказания психологической помощи.

Конференция, собравшая ученых, преподавателей и практиков в области психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, является высоко значимым событием. Секционные заседания Конференции предоставляют широкие возможности для обсуждения прикладных исследований и анализа инструментов психодиагностики ПТСР, переживания горя у несовершеннолетних, результатов применения технологий помощи несовершеннолетним, пережившим горе и психологическую травму.

Очень важно, что в рамках Конференции рассматриваются проблемы подготовки специалистов – социальных педагогов, клинических психологов и педагогов-психологов к применению технологий психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, с опорой на традиционные российские духовно-нравственные ценности. Конференция предоставляет возможность проанализировать модели межведомственного взаимодействия в области психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО.

Желаю всем участникам конференции продуктивного обсуждения и полезного обмена опытом. Благодарю кафедру психологии ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р. Гамзатова» за высокий уровень организации в проведении конференции.

*Президент Федерации психологов образования России,
Президент МГППУ,
Главный внештатный педагог-психолог
Минпросвещения России
В.В.Рубцов*

**Приветственное слово
декана факультета психологии Ярославского
государственного университета им. П. Г. Демидова**

Уважаемые коллеги, разрешите мне от имени профессорско-преподавательского состава факультета психологии, ректората Демидовского университета и от Ярославского регионального отделения РПО приветствовать и поздравить с началом работы очень важной и нужной конференции, посвященной психологическому сопровождению семей военнослужащих, мобилизованных в зону СВО. Хочу пожелать вам продуктивной работы и неформального общения, и чтобы все ваши ожидания от этой конференции реализовались в полной мере. Практическая, социальная и общегуманитарная значимость этого мероприятия очевидна. Мы сейчас переживаем очень непростое время, когда требуются усилия всех слоев населения, в том числе и психологов, чтобы у нас в стране всё было хорошо.

Знаменательно, что эта конференция проходит в год семьи. Здесь хочется подчеркнуть, что эта конференция имеет очевидное практическое значение, но и не менее очевидное теоретическое значение, определяемое тем, что традиционно военная психология обращала внимание именно на военнослужащих. А что касается жизни их семей и всего комплекса проблем, встающих перед ними, это новая прикладная и в то же время теоретическая задача. Мы должны осознавать, что боеспособность солдат и офицеров зависит от того, как решаются вопросы их семейного благополучия. Я уверен, что вы в своей работе учитываете этот момент. У всех находящихся на передовой есть семья, но и у всех наших людей есть большая семья – наша многонациональная страна. Очень символично, что конференция проходит в Махачкале, в многонациональном Дагестане.

Хочется выразить признательность организаторам этой конференции, и прежде всего вдохновителю, руководителю кафедры психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова М. М. Далгатову. В его лице мы имеем давнюю дружбу и тесную связь с вашим университетом. Мы участвуем в ваших конференциях, вы в наших научных мероприятиях, наш диссертационный Совет готовит кадры для вашего вуза и в целом для Дагестана.

Еще раз желаю всем участникам плодотворной, слаженной и эффективной работы!

*С уважением!
Декан факультета психологии ФГБОУ ВО «ЯрГУ»
им. П. Г. Демидова, профессор, чл.-корр. РАО,
А. В. Карнов*

Далгатов Магомед Магомедаминович
д. пс. н., профессор, зав. кафедрой психологии
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный
педагогический университет им. Р. Гамзатова»,
г. Махачкала, dalgatov@inbox.ru

Муталимова Аида Магомедбеговна
к. пс. н., доцент кафедры общей и социальной психологии
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет»,
г. Махачкала, aidamag@inbox.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ПРОБЛЕМЫ, РИСКИ И РЕСУРСЫ

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы и риски психологического и психолого-педагогического сопровождения членов семей участников специальной военной операции, а также ресурсы при его проведении в образовательных организациях Республики Дагестан.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, психолого-педагогическое сопровождение, психологическая помощь, образовательная организация, члены семей участников специальной военной операции, проблемы психологического сопровождения, психологическое благополучие личности, ресурсы психологического сопровождения, субъекты образовательных отношений.

*Dalgatov Magomed Magomedaminovich,
Mutalimova Aida Magomedbegovna*

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR FAMILY MEMBERS OF PARTICIPANTS IN SPECIAL MILITARY OPERATIONS IN EDUCATIONAL ORGANIZATIONS: PROBLEMS, RISKS AND RESOURCES

Abstract. The article examines the problems and risks of psychological and psychological-pedagogical support of family members of participants in a special military operation, as well as resources for its implementation in educational institutions of the Republic of Dagestan.

Keywords: Psychological support, psychological-pedagogical support, psychological assistance, educational institution, family members of participants in a special military operation, problems of psychological support, psychological well-being of an individual, resources of psychological support, subjects of educational relations.

В психологическом и психолого-педагогическом сопровождении нуждаются десятки тысяч людей, которых коснулись события, происходящие в нашей стране за последние десятилетия. В условиях проводимой специальной военной операции, особую актуальность приобрели вопросы оказания психологической помощи членам семей участников и ветеранов СВО. О необходимости обязательной психологической реабилитации всех участников специальной военной операции, а в случае необходимости психологического сопровождения их детей и членам семьи было отмечено на самом высоком государственном уровне.

Словосочетание «психологическое сопровождение» появилось в отечественной психологии в работах Слюсарева Ю.В., в который под сопровождением понимал недирективную форму оказания здоровым людям психологической помощи, направленной «не просто на укрепление или достройку, а на развитие и саморазвитие самосознания личности», помощи, запускающей механизмы саморазвития и активизирующей собственные ресурсы человека [9].

В нашей интерпретации психологическое сопровождение представляет собой профессиональную помощь специалистов-психологов, направленную на поддержку людей в эмоциональном и психологическом благополучии.

Согласно И.В. Дубровиной, главная цель психологического сопровождения в условиях образовательного учреждения заключается в обеспечении психического и психологического здоровья личности ребенка на разных этапах онтогенеза [3]. Центральным элементом психологического сопровождения является психологическая профилактика, состоящая в предупреждении нарушений психического здоровья и отклонений в развитии учащихся. Вместе с тем в образовательной практике как синоним чаще употребляется понятие «психолого-педагогическое сопровождение», как процесс взаимодействия педагога-психолога со всеми участниками образовательного процесса, с целью создания необходимых условий для развития личности, поддержки учащихся, их родителей или законных представителей и педагогов.

Психологическое сопровождение детей участников СВО в образовательных организациях осуществляется по таким ключевым направлениям как комплексная психологическая диагностика обучающихся (наблюдение, мониторинг актуального психического состояния, углубленная психодиагностика), а также коррекционно-развивающая работа с обучающимися, включая работу по восстановлению и реабилитации психических функций. При необходимости педагогом-психологом осуществляется коррекция психолого-педагогических рисков, трудностей в проявлении состояний, поведении, адаптации и содействие социально-психологической реабилитации детей участников СВО. В целом профессиональная деятельность психологов образовательных организаций и центров в конечном итоге должны быть направлены на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся и развития субъективного благополучия их личности [3, 4].

Вместе с тем, обращает на себя внимание на необходимость наличия согласия родителей (законных представителей) детей на проведение психодиагностической, коррекционной и развивающей работы при осуществлении психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

Таким образом, психолого-педагогическое сопровождение семей участников и ветеранов СВО предполагает два направления деятельности психологов и педагогов образовательных организаций:

- во-первых, психодиагностическая работа, то есть мониторинг психологического статуса личности, который включает в себя изучение членов семьи участников СВО на когнитивном, психоэмоциональном и поведенческом уровне;

- во-вторых, психологическое сопровождение личности членов семьи участников СВО, несомненно, связано с психокоррекционной и консультативной работой психологов образовательных организаций в отношении учащихся-детей и родственников комбатантов.

Решение задач по психолого-педагогическому сопровождению семей участников специальной военной операции по мнению специалистов связано с преодолением ряда проблем, с которыми сталкиваются практики образовательных организаций, социальных служб и медицинских учреждений. В ходе выполнения государственного задания Министерства просвещения РФ нами были обозначены эти проблемы, как отсутствие межведомственного взаимодействия специалистов, слабая кадровая обеспеченность психологических служб, недостаточный уровень профессиональной подготовки педагогов-

психологов, слабая научно-методическая база психологического сопровождения и наконец слабая мотивация обращения за психологической помощью со стороны комбатантов и их родственников [2].

Педагоги-психологи образовательных организаций указывают на отсутствие организованного комплексного взаимодействия с социальными службами и медицинскими учреждениями РД, что конечно же затрудняет оказание необходимой помощи учащимся, в том числе психологической. Поэтому мы можем утверждать об отсутствии налаженной системы межведомственного взаимодействия специалистов, задействованных в оказании медико-психологической и психолого-педагогической помощи семьям комбатантов. Взаимодействие психологов и других специалистов образовательных организаций, медицинской практики и социальных служб выступает по нашему глубокому убеждению главным условием оказания эффективной психологической помощи не только участникам и ветеранам СВО, но также членам их семей.

Мониторинг актуального состояния внедрения алгоритма в образовательных учреждениях Дагестана показывает, что достаточно развернуто представленная технология психолого-педагогического сопровождения не находит своей реализации должным образом в деятельности психологических служб. Среди причин специалисты указывают на недостаточный уровень укомплектованности педагогов-психологов в образовательных учреждениях, отсутствия обращений со стороны семей участников и ветеранов СВО, слабую профессиональную подготовку психологов по оказанию помощи членам семей участников и ветеранов специальной военной операции как категории населения, требующей повышенного психолого-педагогического внимания. Нередко члены этих семей сталкиваются со случаями отсутствия психологического сопровождения как такового, несмотря на декларирование наличия психологической помощи семьям участников и ветеранов СВО. Поэтому отмечается, что немалое количество учащихся-детей и родственников комбатантов не охвачены психологами, социальными педагогами, медиками в плане оказания им комплексной медико-социально-психологической и психолого-педагогической помощи.

Анализ публикаций, посвященный комплексной реабилитации участников СВО, дает нам основание заключить о том, что у специалистов в области психолого-педагогической науки отсутствует единый подход как в оценке психоэмоционального статуса членов их семей, также и в оказании им психологической и психолого-

педагогической помощи. В этой связи отмечается, что в каждом субъекте страны реализуются разнообразные практики психолого-педагогического, социально-психологического и медико-психологического сопровождения детей и родственников участников и ветеранов СВО [6].

В процессе организации оказания психологического сопровождения была выявлена проблема низкой мотивации обращений за психологической помощью самих участников и ветеранов СВО, и членов их семей. Это явление по мнению ученых и практиков характерно для России в целом, однако феномен отсутствия мотивации обращения за психологической помощью комбатантов и их родственников выражено проявляется у населения нашей республики, исходя из социокультурных и ментальных особенностей людей, проживающих в данном регионе.

Выделенные нами в ходе анализа проблемы создают определенные риски для субъективного благополучия личности, как для самих участников СВО, так и для членов их семей. На наш взгляд речь идет о таких рисках как стигматизация участников (ветеранов) и их родственников; отсутствие мотивации обращения за психологической помощью; утрата доверия социальному окружению и общественным институтам, и как результат – полное отрицание и редукция психологического и психолого-педагогического сопровождения со стороны специалистов образовательных, социальных и медицинских организаций.

Научная рефлексия как процесс осмысления и критического анализа результатов своей деятельности позволяет ученому оценивать не только правильность своих выводов, и сам ход исследования, но также определять новые направления для работы. По всему этому для нас важно было установить не только проблемы и риски в практике психологического и психолого-педагогического сопровождение членов семей комбатантов, но также выделить те ресурсы, которые могут быть использованы для эффективной организации и оказания психологической помощи [1]. Как было выявлено в процессе исследования, большинство педагогов-психологов, социальных педагогов и ведущих специалистов управлений образований муниципалитетов не используют возможности применения этих ресурсов в своей профессиональной деятельности в целях оказания действенной психолого-педагогической помощи учащимся-детям участников СВО и их родственникам.

О каких ресурсах идет речь при организации и проведении психолого-педагогического сопровождения членов семей участников СВО помимо собственного методического и технического потенциала работников психологических служб?

Прежде всего нужно указать на ресурсы сетевого взаимодействия специалистов образовательных организаций, социальных служб и медицинских учреждений в рамках Институтов главных внештатных педагогов-психологов и специалистов по медицинской психологии региональных и Федеральных министерств.

В качестве ресурсной основы выступает на наш взгляд также деятельность Координационного совета Министерства просвещения РФ на заседаниях которого обсуждаются вопросы научно-методического обеспечения психологического сопровождения субъектов образовательных отношений в том числе учащихся-детей участников СВО.

В образовательных организациях дошкольного, общего, профессионального и высшего образования РФ в настоящее время реализуется Алгоритм сопровождения, который был направлен учреждениям в августе 2023 года Министерством просвещения России совместно с Министерством образования и науки России с целью оказать психолого-педагогическую помощь учащимся из числа семей участников и ветеранов СВО [7].

Министерством просвещения России в марте 2024 года также были направлены рекомендации по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители (законные представители) которых являются ветеранами (участниками) специальной военной операции (далее соответственно - Рекомендации, СВО), для использования в работе образовательных организаций с целью оказания всесторонней помощи и поддержки детей данной категории [8].

Федеральным координационным центром по обеспечению психологической службы в системе образования РФ ФГБОУ ВО "МГППУ" в 2024 году была представлена Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) СВО, т.е. методические рекомендации, содержащие подробное описание подходов к организации оказания психологической помощи, основывающихся на интеграции различных методов работы со стрессом, тревожностью, посттравматическим стрессовым расстройством и другими психологическими проблемами В том же году Министерством просвещения России были направлены рекомендации по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители которых являются ветеранами (участниками) специальной военной операции, для использова-

ния в работе образовательных организаций с целью оказания всесторонней помощи и поддержки детей данной категории [10, 11]. Несомненно, эти методические рекомендации мы рассматриваем в качестве важной ресурсной основы для психологического сопровождения и представляет собой систему ориентиров для работы классных руководителей, социальных педагогов и педагогов-психологов.

Отметим, что в 2023 году специалистами были разработаны методические рекомендации: «Мотивирование ветеранов боевых действий, принимавших участие с специальной военной операции, и членов семей погибших при выполнении задач в ходе специальной военной операции к обращению за психологической помощью» [5].

Значимым ресурсом в оказании психологической помощи комбатантам и их семьям, мы рассматриваем проведения исследования в рамках выполнения государственного задания Министерства просвещения РФ в 2024 г. «Психологическое сопровождение членов семей участников СВО как условие развития субъективного благополучия и жизнестойкости личности». Сформулированные выводы и практические рекомендации, полученные в ходе анализа результатов эмпирического исследования на выборке членов семей участников СВО, могут быть использованы для эффективной организации психолого-педагогического сопровождения учащихся, родителей и педагогов образовательных организаций.

Психологическое сопровождение членов семей из зон военных конфликтов несомненно требует межведомственного подхода, а также консолидированного участия ученых и практиков в области психологии, медицины педагогики и других социальных наук по оказанию кризисной, диагностической, консультативной и иных видов психологической помощи в целях развития субъективного благополучия жизнестойкости их личности.

В заключении отметим, что обсуждение проблем, рисков и ресурсов психологического и психолого-педагогического сопровождения членов семей участников СВО на площадках научно-практических конференций, может выступать важным фактором развития рефлексии и профессионального самосознания психологов, педагогов и медицинских работников, участвующих в практике оказания психологической помощи населению в условиях проведения специальной военной операции.

Список литературы

1. Баева И.А., Лактионова Е.Б., Кондакова И.В., Пежемская Ю.С., Соколова М.Е., Савенко Ю.С. Ресурсы психологической безопасности студентов в напряженной социокультурной среде: обзор теоретических и эмпирических исследований (Электронный ресурс) // Психолого-педагогические исследования. 2024. Том 16. № 2. С.3-29.
2. Далгатов М.М., Муталимова А.М. Актуальные проблемы психологического сопровождения семей участников и ветеранов СВО // В сборнике материалов XI Всероссийской научно-образовательной конференции с международным участием «Психосоматические и соматоформные расстройства в общей практике: алгоритмы междисциплинарного взаимодействия оказания медико-психологической помощи». Глазовские чтения. – Махачкала, 2024 – С. 15-23.
3. Дубровина И.В. Психологическое благополучие школьников в системе современного образования: учебное пособие. – СПб., 2016.
4. Ключева Н.В., Руновская Е.Г. Психологическое благополучие участников образовательного процесса (теория и практика) //Сб. Региональная научно-практическая конференция «Психология здоровья в образовательном процессе» (с использованием дистанционных технологий). Материалы региональной научно-практической конференции. Под ред. В.А. Липатова. Курск. 2021.с. 22-27.
5. Мотивирование ветеранов боевых действий, принимавших участие с специальной военной операции, и членов семей погибших при выполнении задач в ходе специальной военной операции к обращению за психологической помощью: Методические рекомендации. – Шпорт С.В., Баева А.С., Булыгина В.Г., Долгих А.Г., Зинченко Ю.П., Кабанова Т.Н., Киселева М.Г., Ковязина М.С., Семенова Н.Д., Фадеева Е.В. – М., 2023.
6. Мурзина В.В., Каткова Е.Н., Бобылев Д.А., Меньшиков В.В. Психологическая помощь участникам СВО по адаптации к мирной жизни: проект «Феникс» // Дальневосточная Психея – 2023: сборник методических материалов / Под ред. Е.Н. Катковой. – Комсомольск-на-Амуре: АмГПУ, 2024. – С. 99-109.
7. Письмо Минпросвещения России от 11.08.2023 № АБ-3386/07 "О направлении Алгоритма" (вместе с "Алгоритмом сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе пси-

хологической"). // [Электронный ресурс] <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosvshchenija-rossii-ot-11082023-n-ab-338607-o-napravlenii/>

8. Письмо Минпросвещения России от 29.03.2024 № АБ-1122/07 "О направлении рекомендаций" (вместе с "Рекомендациями по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители (законные представители) которых являются ветеранами (участниками) специальной военной операции"). // [Электронный ресурс] <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosvshchenija-rossii-ot-29032024-n-ab-112207-o-napravlenii/>

9. Слюсарев Ю.В. Психологическое сопровождение как фактор активизации саморазвития личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1992.

10. Ульянина О.А. Организация системы межведомственного адресного сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей / О.А. Ульянина, Н.Н. Дмитриева, Р.А. Прокопшин. – Текст: электронный // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: материалы V Всероссийской научно-практической конференции (Екатеринбург, 6-7 апреля 2023 г.). – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2023. – С. 76-84. – [Электронный ресурс] URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/124863>

11. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. М.: МГППУ, 2024.

Ульянина Ольга Александровна
доктор психологических наук, член-корреспондент РАО,
руководитель
Федерального координационного центра по обеспечению
психологической службы в системе образования
Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»,
Москва, ulyaninaoa@mgppri.ru
Александрова Лада Анатольевна,
кандидат психологических наук, ведущий аналитик
Федерального координационного центра по обеспечению
психологической службы в системе образования
Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»,
Москва, ladaleksandrova@mail.ru

ЧАТ-БОТ «МОЙ КОМПАС» - НОВЫЙ ИНСТРУМЕНТ ОНЛАЙН-САМОДИАГНОСТИКИ СОСТОЯНИЯ РЕСПОНДЕНТОВ, НАХОДЯЩИХСЯ НА ТЕРРИТОРИЯХ, ПОСТРАДАВШИХ В РЕЗУЛЬТАТЕ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Аннотация. В статье представлен опыт разработки и апробации цифрового инструмента психодиагностики «Мой компас», реализованного на основе социальных сетей ВКонтакте и Телеграм, предназначенного для самодиагностики состояния детей и взрослых, в той или иной степени пострадавших в результате боевых действий. Представлено описание инструмента, а также психодиагностических методов, на основе которых он создан, включая разработанный ФКЦ инструмент скрининга, направленного на оценку состояния детей, пострадавших в результате боевых действий. Представлены обобщенные результаты применения цифрового инструмента.

Ключевые слова: цифровой инструмент психологической самодиагностики, «Мой компас», несовершеннолетние, взрослые, боевые действия, дезадаптация, симптомы ПТСР, психологические ресурсы совладания.

**“MY COMPASS” CHATBOT: A NEW TOOL FOR ONLINE
SELF-DIAGNOSIS OF THE CONDITION OF RESPONDENTS
AT THE TERRITORIES AFFECTED BY HOSTILITIES**

Abstract. The article presents the experience of developing and testing a digital tools for psychodiagnosis "My Compass" developed using social networks VKontakte and Telegram, designed for self-diagnosis of the condition of children and adults who have suffering|suffered to varying degrees as a result of hostilities. A description of the tools themselves and the psychodiagnostics methods on the basis of which they were created including a screening tool developed by the FCC aimed at assessing the condition of children suffered of hostilities, and generalized results of their application are presented.

Keywords. Digital tools for psychological self-diagnosis, "My compass", minors, adults, hostilities, maladjustment, symptoms of PTSD, psychological resources of coping

Специальная военная операция идет уже без малого два с половиной года. Огромное количество людей, как взрослых, так и несовершеннолетних, испытывает на себе самые различные последствия боевых действий. Однако до сих пор не проводится массовой систематической оценки их психоэмоционального состояния и динамики этого состояния. Психологическая диагностика состояния населения, пострадавшего в результате боевых действий, является крайне актуальной задачей в свете острой необходимости оказания психологической помощи, в том числе экстренной, пострадавшим и их близким [2].

Чат-бот «Мой компас» создан именно для самодиагностики состояния детей и взрослых, пострадавших в результате боевых действий: проживающих на территориях боевых действий и для тех, кого затронули ведущиеся боевые действия вне зависимости от того, на каких территориях Российской Федерации они проживают. Чат-бот дает возможность респонденту (несовершеннолетнему или взрослому) самостоятельно оценить свое состояние и осознать, в какой степени он нуждается в профессиональной помощи психолога.

Данный инструмент разработан для следующих категорий респондентов: несовершеннолетние и взрослые. В свою очередь, версия

для взрослых представлена в «мужской» и «женской». Ссылка на чат-бот в Телеграм: <https://t.me/mycompassbot>.

Версия чат-бота, предназначенная для несовершеннолетних, создана на основе анкеты скрининга, предложенной специалистами Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (далее – ФКЦ), которая включает 45 утверждений, предлагаемых для самооценки дезадаптации в различных сферах жизнедеятельности (психофизиологическая сфера, эмоциональная сфера, познавательная сфера, поведенческая сфера, коммуникативная сфера), а также для самооценки психологических ресурсов совладания со стрессом, перечисленных выше областях [1]. Критерии оценки получаемых данных были аналогичны тем, которые применялись при анализе результатов версии скрининга, представленной посредством российской системы для проведения опросов и анкетирований в режиме онлайн AnketologBOX (далее – AnketologBOX). В чат-бот для несовершеннолетних встроена система обработки ответов, разработана система интерпретаций результатов для пользователя, адаптированная с учетом возрастных особенностей.

Чат-бот для взрослых респондентов создан на основе следующих психодиагностических методик: 1) разработанная специалистами ФКЦ анкета, направленная на оценку травматического опыта респондентов; 2) Русскоязычная версия шкалы посттравматической симптоматики (PSS-SR) E.V.Foa et al., 1993, в адаптации А.А. Золотаревой и соавт., 2021); 3) Опросник посттравматического роста (PTGI) R. Tedeschi, L. Calhoun, 1996, в адаптации М.Ш. Магомед-Эминова, 2008); 4) Краткая шкала резилентности (BRS) Smith et al, 2008, в адаптации В.И. Марковой и соавт. 2022).

Все версии чат-бота «Мой Компас» содержат элементы геймификации: предзаписанные видео и виртуальные кнопки, предлагающие варианты ответов на предложенные вопросы. Версия для несовершеннолетних создана в форме диалога, когда психолог в ходе диагностики-беседы на предзаписанных видео задает вопросы, дает инструкции, как отвечать на них, комментирует его ответы и дает интерпретации в зависимости от набранных по той или иной шкале баллов, соответствующих одному из четырех уровней. По завершении диагностической части несовершеннолетний, в зависимости от итогового суммарного балла и уровня, получает итоговую интерпретацию и рекомендации, которые также дифференцированы в зависимости от на-

бранных баллов. Обязательным элементом бота является встроенная инфографика с телефонами федеральной и региональных горячих линий психологической помощи для несовершеннолетних. Завершающее видео содержит в себе подробное описание несколько инструментов для эффективной и быстрой самопомощи, специально отобранных специалистами ФКЦ, для возрастной категории, на которую ориентирован чат-бот (5-11 классы) [3].

Взрослая версия чат-бота также представляет собой диалог с моментальной обратной связью после прохождения каждой методики. Однако, в ней вопросы не озвучиваются в предзаписанных видео, а представлены в текстовом виде. Каждый тест сопровождается предзаписанным видео с объяснением назначения идущей далее диагностики и инструкцией к ответам. По завершению каждого теста респонденту предоставляется видео с интерпретацией результатов для пользователя без использования специальных терминов. Система моментальной обработки результатов по каждой из использованных психодиагностических методик также встроена во взрослую версию бота. После завершения диагностики респондент получает итоговую интерпретацию, а также предзаписанное видео с подробно изложенными упражнениями для самопомощи, направленными на восстановление психоэмоционального состояния.

На данный момент взрослую версию прошли 356 человек, версию для несовершеннолетних – 178 человек. Анализ данных свидетельствует о том, что к данному инструменту чаще обращаются женщины, чем мужчины.

По результатам применения версии бота, предназначенного для самодиагностики несовершеннолетних, выявлено, что у детей и подростков, обращающиеся к нему, более выражены проявления дезадаптации, у них чаще встречаются признаки ПТСР, чем в группе несовершеннолетних, которые участвовали в диагностике при стандартизации данного инструмента с использованием платформы AnketologBOX.

На основании анализа использования чат-бота и исследования, проводимого в традиционной форме или с использованием иных онлайн инструментов, взрослыми респондентами выявлены взаимосвязи между выраженностью симптомов посттравматического стресса, показателями посттравматического роста и резилентностью, как способностью личности восстанавливаться после пережитых психотравмирующих событий.

В ходе исследования выявлено:

1) Наличие тесных прямых корреляционных связей между числом пережитых психотравмирующих событий и показателями, отражающими выраженность симптомов посттравматического стресса (вторжение, избегание, повышенная возбудимость), что свидетельствует о том, что, чем более обширен травматический опыт человека, тем сильнее выражены симптомы ПТСР, то есть, имеет место накопительный эффект.

2) Наличие тесных прямых корреляционных связей между числом пережитых психотравмирующих событий и суммарным показателем посттравматического роста, отражающим личностный рост в результате переживания травмы, свидетельствует о том, что, чем более обширен травматический опыт человека, тем сильнее выражен посттравматический рост личности. Эти данные отражают феноменологию посттравматического роста.

3) Показатель, отражающий выраженность симптомов ПТСР, также демонстрирует значимые прямые корреляционные связи с показателем посттравматического роста, что характерно для условий хронического стресса и условий боевых действий, и показывает, что нельзя рассматривать эффекты длительной травматизации в подобных условиях только в контексте нарушений функционирования, ПТСР и дезадаптации.

4) Суммарный показатель травматического опыта и показатель выраженности ПТСР демонстрируют значимые отрицательные взаимосвязи с резилентностью – одним из ключевых психологических ресурсов личности в совладании со стрессом и восстановлении после психологической травмы, что доказывает: опыт переживания травм истощает психологические ресурсы личности, по крайней мере, часть их них. С другой стороны, наличие развитых психологических ресурсов способно выполнять буферную функцию, защищая человека от серьезных нарушений функционирования.

5) При анализе данных, полученных от взрослых респондентов, выявлено отсутствие значимых взаимосвязей между посттравматическим ростом (отражающим меру преодоления личностью пережитого травматического опыта) и резилентностью, что подтверждает о независимости этих факторов и их следует учитывать отдельно при прогнозе психологических последствий травматического опыта.

Следовательно, психологическая помощь несовершеннолетним и взрослым, пострадавшим в результате боевых действий, должна быть направлена не только на снижение выраженности симптомов ПТСР и

проявлений дезадаптации, но и на развитие резилентности и других психологических ресурсов личности, а также фасилитацию посттравматического роста личности, являющегося мерой преодоления личностью психологической травмы и интеграции травматического опыта.

Для развития психологической культуры и культуры заботы о себе важной задачей является распространение чат-бота «Мой компас» среди населения Российской Федерации, в том числе новых и приграничных территорий, для возможности самостоятельного мониторинга психоэмоционального состояния. Созданный инструмент самодиагностики сможет помочь в формировании психологической культуры и потребности в заботе о себе.

Список литературы

1. Александрова, Л. А. Опыт разработки инструментов скрининга для оценки состояния детей, вовлеченных в последствия боевых действий / Л. А. Александрова // Экстремальная психология в экстремальном мире: Материалы III научного форума с международным участием, Москва, 24–25 ноября 2023 года. – Москва: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2024. – С. 52-56. – EDN SGERRO.

2. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции Методические рекомендации: Методические рекомендации / О. А. Ульянина, А. В. Ермолаева, Д. С. Волков, О. С. Комолова. – Москва: ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», 2024. – 40 с. – ISBN 978-5-94051-327-8. – EDN KVXSNS.

3. Ульянина, О. А. Особенности актуального состояния обучающихся 5-8 классов в регионе с высокой степенью вовлеченности в последствия боевых действий / О. А. Ульянина, Л. А. Александрова, С. О. Дмитриева // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития: Сборник материалов V Всероссийского симпозиума (с международным участием), посвященного 145-летию уголовно-исполнительной системы и 90-летию Академии права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, Рязань, 11–12 апреля 2024 года. – Рязань: Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, 2024. – С. 202-210. – EDN UPKAWU.

Маллаев Джафар Михайлович
доктор педагогических наук, профессор,
член-корреспондент РАО
Дагестанский государственный педагогический
университет им.Р.Гамзатова, vip.dgaf@mail.ru
Бажукова Оксана Александровна
кандидат психологических наук, доцент
Дагестанский государственный педагогический
университет им.Р.Гамзатова, boa9@mail.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ И РЕАБИЛИТАЦИЯ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы психологического сопровождения и реабилитация семей военнослужащих специальной военной операции в условиях инклюзивного социума и образования. Рассматриваются вопросы специфики психологического сопровождения и реабилитации членов семей участников специальной военной операции и социальной поддержки мобилизованных и их детей.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, реабилитация, специальная военная операция (СВО), психологическая, социальная поддержка, члены семей, инклюзивное образование.

Mallaev Dhafar Mikhailovich
Bazhukova Oksana Aleksandrovna

PSYCHOLOGICAL SUPPORT AND REHABILITATION OF FAMILY MEMBERS OF THE PARTICIPANTS OF THE SVO IN THE CONTEXT OF INCLUSIVE EDUCATION

Abstract: the article deals with the issues of psychological support and rehabilitation of families of military personnel of a special military operation in an inclusive society and education. The issues of the specifics of psychological support and rehabilitation of family members of participants in a special military operation and social support for the mobilized and their children are considered.

Keywords: psychological support, rehabilitation, special military operation (SVO), psychological, social support, family members, inclusive education.

Введение. Современные достижения психологической науки и практики, в том числе развитие специальной и клинической психологии обеспечивают решение актуальной задачи - психологического сопровождения и реабилитации членов семей участников специальной военной операции в специальном (дефектологическом) и инклюзивном образовании. В настоящее время большое количество психологических исследований посвящено специальной психологической помощи и поддержке бойцов - участников СВО и членам их семей.

Сегодня актуальным направлением является компенсация и коррекция утраченных и нарушенных функций как у самих участников, так и у членов семьи и их детей, обучающихся в условиях общего и инклюзивного образования. Исследование, проведенное М.Г. Магомедовым актуально для массовой и инклюзивной школы, где обучаются дети семей участников СВО. [4] Дети являются самыми незащищенными в сложившихся трагических ситуациях. Приобретая негативный опыт, деформирующий сознание, они транслируют в дальнейшем искаженное восприятие мира. В количественном соотношении, дети представляют большую часть людей от общего количества, которые имеют психотравматичный опыт.

Анализ, полученный многочисленными результатами ученых [4]:

- А. Кардинер (1941), обозначил изменения, вызванного стрессом во время вооруженного конфликта, назвал военным неврозом,
- М. Магомед-Эминов (1996) выделил несколько моделей, объясняющий происхождение ПТСР: реактивная (бихевиоральная концепция Б. Колодзина, нейропсихологическая теория Л.Колба),
- диспозиционная (теория переживания Ф.Васишижа), интеракционная (нейропсихологическая теория Эриксоновского гипноза). личностно - средовой подход (на стыке нескольких концепций).

Было установлено, что пребывание в травматических ситуациях может привести впоследствии к специфическим нарушениям в психике, что может повлиять и на членов семьи и окружающих и особенно детей с ОВЗ.

Проблема сопровождения и реабилитация не только участников СВО, но и членов их семей, особенно детей, находящихся в условиях инклюзии в социуме и образовании, является важной, так как они нуждаются в особой комплексной поддержке (образование, социализация, воспитание и развитие). Наше внимание было обращено на разработку системы психологической помощи в процессе сопровождения членов семьи: жён, детей и родителей участников специальной военной операции.

С этой целью нами были подобраны эффективные формы и методы психологической помощи в процессе сопровождения и реабилитации членов семей. Нами разработана комплексная методика реабилитации и двигательной самореабилитации с травмами верхних и нижних конечностей, поврежденным позвоночником, с применением нейропсихогимнастики для развития психомоторных способностей на основе персонального и группового тренинга, с использованием психотехнических упражнений и игр, специальных тренажеров [2].

Для детей с ОВЗ при различных нарушениях психофизического развития даются рекомендации по коррекции психомоторных способностей с применением сказкотерапии, мульттерапии, арт-терапии, психотехнических упражнений и игровой терапии воздействующих на развитие мелкой моторики рук способствующих развитию речи, коррекции двигательной сферы при детском церебральном параличе (ДЦП) [4, 6, 7].

Инклюзивные психологические феномены возникают в результате полученных в процессе боевой обстановки участниками конфликта стрессовых расстройств в дальнейшем сохраняющиеся как посттравматический синдром стрессового расстройства, требующий реабилитации и психотерапии [3]. Это касалось и их семей, находящихся вне боевого конфликта, образами конфликтной ситуации, установками, целями, мотивами, психофизиологическими возможностями со стороны участников специальной операции и членами семей (переживания, мнения, настроения, традиции, сплоченность, вера в победу, психологический климат в семье и др.). Инклюзивные подходы в семейном социуме при отсутствии отцов или братьев бойцов специальной операции положительно сказывается на членах семьи. В этих случаях семьи детей с ОВЗ могут чувствовать, понимать и ощущать грусть, радость, печаль, боль, но при этом их наполняет гордость за своих отцов и братьев.

Психологическое сопровождение, абилитация и реабилитация детей с ОВЗ в системах специального и инклюзивного образования с общественной точки зрения проходит более эффективнее в инклюзивном образовании на всех уровнях раннем, дошкольном, начальном, среднем общем и профессиональном и высшем образовании.

Результаты научных исследований психологического сопровождения и реабилитации членов семей и детей с ОВЗ участников СВО в инклюзивном образовательном социуме показали положительные тенденции адекватного взаимного проявления эмпатии как нормативными, также и лицами с ограниченными возможностями здоровья

и инвалидностью. К сожалению, так устроен социум, что некоторая часть граждан не принимает инклюзию и детей с ОВЗ. Есть две причины: отсутствие культуры и воспитания проявляющих дискриминацию к детям с ОВЗ; отсутствие полноценной адаптивной образовательной среды и наличия в штатном расписании специалистов, обеспечивающих психолого-педагогическое сопровождение и реабилитацию лиц с ОВЗ и инвалидностью.

За период проведения специальной военной операции участники получили серьезные ранения: потерю зрения, ампутацию ног, рук и другие увечья, которые также отнесены к инвалидам и лицам с ОВЗ. Для них важным направлением является психологическое сопровождение и реабилитация и включение в инклюзивный социум, при этом страна создает адаптивные условия для активного участия их проявивших высокий уровень патриотизма жертвуя свое здоровье и жизни для служения своему народу и России.

Поддержка государства участников СВО и их семей, жён, детей для получения льгот, при поступлении для обучения в колледжи и Вузы, и особенно важно лиц с ОВЗ в инклюзивную образовательную среду. Такой подход по указанию Президента России В.Путина к лицам с ОВЗ и инвалидностью позволяет улучшить возможности граждан и формирует адекватное чувство патриотизма к Отечеству и к выполнению гражданского долга.

В феврале 2024 годка министр здравоохранения России М. Мурашко заявил, что из российского бюджета выделяют более 70 миллиардов рублей на реабилитацию военнослужащих, получивших ранения различной степени тяжести в зоне проведения СВО. В комплекс реабилитации входит и психологическая помощь, и содействие в трудоустройстве и обучение членов семьи военнослужащих психологическое сопровождение и в том числе и на инклюзивное образование лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Значимость инклюзии и ее роль определяется следующими положениями:

- Инклюзивное образование для лиц с ОВЗ обеспечивает ролевые модели, соответствующие их возрастной категории в лице сверстников в норме.

- Инклюзия создает возможности для обучения в реалистической образовательной среде, помогает формировать коммуникативные, социальные и академические. навыки.

- Инклюзивный подход, выстраиваемый в нашей стране, обеспечивает равный доступ к лицам с ОВЗ и инвалидностью к обучению и

участию в активном управлении, повышает самооценку и эмпатию чувствовать себя частью целого- великой страны.

- Способствует Единению народов России и служит для налаживания новых дружеских отношений с гражданами дружественных стран.

Для обучающихся с норматипичным развитием инклюзивное образование:

- создает адекватную среду для воспитания и уважению к лицам с ОВЗ и инвалидностью;

- формирует умения и развивает навыки для творчества и изобретательности;

- позволяет формировать лидерские навыки и самостоятельность;

- инклюзивное образование обеспечивает возможность учиться на основе широкого выбора общих и специальных форм и методов работы.

Психологическое сопровождение лиц с ОВЗ:

- помогает педагогу-дефектологу наладить сотрудничество и применять командный подход всех специалистов к решению проблем и выбора пути преодолению трудностей нарушений психофизического развития детей с ОВЗ и инвалидностью;

- обеспечивает широкие возможности для профессионального развития;

- помогает осознать лицам с ОВЗ и инвалидностью важность разработки программ обучения;

Семья с детьми с ОВЗ:

-предоставляет возможности для сотрудничества и активного привлечения к жизни и школьному социуму;

- обеспечивает возможность выбора и их стремление обеспечить качественное своему ребенку или члену семьи;

- помогает выработать в инклюзии общие убеждения и ценности членов семьи и лиц с ОВЗ и с инвалидностью;

- помогает осознать и принять разнообразие образовательных маршрутов и возможности получения специальности в инклюзивном учебно-воспитательном социуме.

Проблема оказания своевременного психологического сопровождения и реабилитации и помощи семьям участникам СВО и особенно детям с ОВЗ обучающимся в инклюзивном образовании, а также участникам военной операции на всех уровнях образования является актуальной [7].

Инклюзивное образование требует создание адаптивной образовательной среды с наличием специалистов дефектологического профиля и тьюторов. Задача тьюторского сопровождения - построение образовательного индивидуального маршрута для лиц с ОВЗ и инвалидностью.

Вторая проблема сопровождение семей участников СВО, эта проблема обострилась в связи с тем, что многие мужчины добровольно проявив патриотизм, приняли решение встать добровольцами заключив контракты. С одной стороны семьи остались без отцов или сыновей изменились роли и структура семьи, а с другой стороны семьи остались в постоянном переживании и тревоги за отцов и сыновей.

Третья проблема система психолого-педагогического сопровождения обучающихся участников СВО и детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в инклюзивном образовании так как сегодня сама система инклюзивных школ в регионах не имеет полноценной адаптированной инклюзивной образовательной среды.

На сегодня наиболее решаемой проблемой является проблема социальной поддержки государством семьи участников специальной военной операции, не достаточно решена проблема психологического сопровождения и помощи при выполнении военной операции, не достаточно задействованы военные психологи, но при этом необходимо отметить во многих регионах созданы центры психологической поддержки и помощи семей участников специальной военной операции.

Список литературы

1. Бажукова О.А. Психологическое консультирование семьи для совместного сопровождения в окружающем социуме ребенка с ограниченными возможностями здоровья// Известия ДГПУ. №1 (Т.14). - Махачкала, 2020. (Входит в Перечень рецензируемых изданий ВАК РФ.)– С. 123-127
2. Волобуева Ю.М. Психокоррекция Я-концепция инвалидов боевых действий методом социально-психологического тренинга. // Армия и общество. -2008. -№2-С.101-108.
3. Караяни А.Г., Караяни Ю.М. Психологические последствия войны и социально-психологическая реадаптация участников боевых действий//Вестник ЮурГУСерия». Психология». -2014. -Т.7, №4 - С.59-66.
4. Магомедов М.Г. Психолого-педагогическая поддержка детей, оказавшихся в зоне вооруженного конфликта // Педагогика, - М., 2007. - №7. - С. 119-121. (Перечень рецензируемых изданий ВАК РФ.)

5. Маллаев Д.М., Бажукова О.А. Перспективы развития интегрированного и инклюзивного пространства в российском образовании – методологические аспекты и практика // Известия ДГПУ. №3(Т.12). - Махачкала, 2017. (Входит в Перечень рецензируемых изданий ВАК РФ. – С. 76-82.

6. Маллаев Д.М., Ценностно-ориентированное воспитание личности в образовании – профилактика деструктивного поведения обучающихся // Мир науки, культуры, образования, №3 (106) - Москва, 2024. - С.352-3554.

7. Пономарева И.В., Тамендарова Е.С. Исследование личностной беспомощности и психологической безопасности в семьях военнослужащих//Учёные записки Крымского федерального университета им.В.И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология - 2018. - Т.4(70). №2. -С.124 -135.EDN: VWVPRQ

*Яковлева Наталья Валентиновна,
кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой общей и специальной психологии с курсом
педагогики, декан факультета клинической психологии,
Рязанский государственный медицинский университет имени
академика И.П. Павлова, Рязань, yakovleva.nata2@gmail.com*

К ВОПРОСУ О ПОДГОТОВКЕ КЛИНИЧЕСКИХ ПСИХОЛОГОВ К РАБОТЕ С УЧАСТНИКАМИ СВО

Аннотация. В статье приводится анализ современной системы подготовки клинических психологов в свете проблем психологического сопровождения и клинико-психологической помощи участникам СВО и членам их семей. Сформулированы предложения по формированию профессионально-личностной зрелости клинических психологов, намечены ключевые темы для психологического всеобщего населения для реадaptации комбатантов в социум.

Ключевые слова: психологическое сопровождение комбатантов, клинико-психологическая помощь, подготовка клинических психологов, профессионально-личностная готовность медицинских психологов к работе с комбатантами, психологический всеобщий широкий групп населения.

ON THE TRAINING OF CLINICAL PSYCHOLOGISTS IN WORKING WITH PARTICIPANTS IN THE CONFLICT AND ITS CONSEQUENCES

Abstract. The article analyzes the modern system of training clinical psychologists in the light of the problems of psychological support and clinical-psychological assistance to the participants of combatants and their family members. Proposals on formation of professional and personal maturity of clinical psychologists are formulated, key topics for psychological general education of the population for readaptation of combatants to the society are outlined.

Key words: psychological support of combatants, clinical and psychological assistance, training of clinical psychologists, professional and personal readiness of medical psychologists to work with combatants, psychological general education of the general population.

Наиболее уязвимой группой в условиях проведения специальной военной операции становятся комбатанты. Эти люди в ходе СВО рискуют жизнью, подвергаются не только рискам получения физических травм и увечий, но и развитию неблагоприятных психических состояний, формированию боевой психологической травмы, психических расстройств, посттравматического синдрома.

Клинико-психологическое сопровождение участников СВО предполагает многоуровневую систему психологической помощи, включающую помощь с момента получения повестки или заключения контракта на военную службу, включая периоды прохождения военной службы и участия в боевых действиях, лечения и медико-психологической реабилитации, реадaptации и ресоциализации в период возвращения к мирной жизни. В этой системе участвуют военные психиатры, военные психологи, врачи-психиатры, врачи-психотерапевты, клинические психологи, социальные психологи, конфликтологи, работники социальных служб и общественных организаций, волонтеры.

Психологи в системе реадaptации комбатантов играют ключевую роль. По данным Н.А. и П.Н. Москвитиных, в настоящее время отсутствует необходимое количество врачей - психотерапевтов и психиатров, медицинских психологов для работы с комбатантами. По оценкам Минздрава, для работы службы психологической помощи для

бойцов СВО потребуется дополнительно 1112 медицинских психологов и 556 психотерапевтов в системе здравоохранения [3].

Особое значение приобретает организация помощи членам семей участников СВО. Психологическое напряжение, связанное с постоянным беспокойством о близком человеке, выстраивание новых отношений с учетом психологического состояния вернувшегося в мирную жизнь комбатанта. Эти психологические проблемы могут нарастать и приводить к появлению проблем в коммуникациях с окружающими, в т.ч. по бытовым и рабочим вопросам, что, в свою очередь, еще в большей степени повышает тревожность, снижает приспособляемость и стрессоустойчивость, требует специального вмешательства клинического психолога. В такой ситуации, как правило, члены семьи комбатанта могут рассчитывать на получение психологической помощи преимущественно на общих основаниях, в государственных и частных медицинских учреждениях. Созданные в 2023 году кабинеты медико-психологической помощи при городских и районных поликлиниках (приказом Минздрава № 668н от 14.10.2022.) частично решают эту проблему. Активно включаются в работу государственные службы и частные психологические центры. В целом, сложившуюся систему психологической помощи комбатантам и членам их семей можно представить в виде схемы [3, 4] (рис. 1).

Рисунок 1. Система психологической помощи комбатантам и членам их семей

Но возникает важнейший вопрос - качество психологической помощи участникам СВО и членам их семей. Качество может быть обеспечено только хорошим профессиональным обучением, так как опираться только на опыт в ходе профессиональной деятельности в этом случае недостаточно. Организационно есть три основных формы повышения качества психологической помощи в системе обучения психологов.

1. Высокая востребованность клинико-психологической квалификации специалистов, участвующих в системе помощи и психологического сопровождения участников СВО значительно повысила спрос на клинико-психологическое образование. Такая ситуация нашла отражение в практических действиях соответствующих министерств. Так, контрольные цифры приема на специальность «Клиническая психология» в вузах Министерства науки и высшего образования выросли на 25%; в вузах Министерства здравоохранения - на 39%, а объем бюджетных мест вырос на 248% (754- 2024г. к 317- 2023 г.)

2. Расширяются и объемы профессиональной переподготовки. Но в отличие от классического высшего очного образования (5,5 или 6 лет) переподготовка вызывает очень много вопросов. Об этом говорил Ю.П. Зинченко на Всероссийской научно-практической конференции «Клиническая (медицинская) психология: современные вызовы и новые возможности» в октябре 2024 в Санкт-Петербурге. Минимальный объем, который позволяет присвоить новую квалификацию в ходе подготовки – 250 уч.ч. В настоящее интернет предлагает время огромное количество таких курсов. При этом содержание предлагаемых курсов и тематические семинары (или даже вебинары) часто отстывает от требований научности и включает парапсихологию, тарологию, сомнительные духовные практики и т.д. В сентябре 2024 года был принят профессиональный стандарт «Психолог в социальной сфере», который задал уровень качества такой подготовки. (психологическая профессиональная переподготовка по этому стандарту не возможна без образования уровня бакалавриат).

3. Еще один трек подготовки – это курсы повышения квалификации и тематического усовершенствования. Это кратковременные курсы, в которых освещаются узкие вопросы посттравматического расстройства, подходов к реабилитации, работы с семьей комбатанта, клиника острого горя и т.д. Проблема таких курсов – межведомственное взаимодействие.

Так например, в нашем Рязанском государственном медицинском университете кафедрой клинической психологии реализуется про-

грамма повышения квалификации «Психологические методы работы с последствиями психотравмирующих событий» (нормативный срок освоения 36 учебных часов) для медицинских психологов. К образовательным целям программы относится:

- приобретение дополнительных компетенций в сфере диагностики последствий психотравмирующих событий (шкалы для скрининга; стандартизированные опросники; структурированные интервью).
- освоение навыков оказания психологической помощи пострадавшим в психотравмирующих ситуациях (правила подбора методов и методик; особенности построения терапевтических отношений).

В рамках данного курса особое внимание уделяется овладению наиболее релевантными и эффективными методами помощи: когнитивно-поведенческая психотерапия, арт-терапия, семейная и супружеская терапия.

Вторая разработанная сотрудниками факультета клинической психологии программа повышения квалификации «Кризисные состояния и травмы: помощь детям и родителям» предназначена для специалистов с психологическим и педагогическим образованием (нормативный срок освоения программы 36 часов). К образовательным целям программы относится:

- формирование представления о кризисе, травме, кризисных состояниях, их протекании в разных возрастных группах;
- знакомство с алгоритмами помощи детям и их родителям в ситуации возникновения суицидального риска, горя, утраты, различных видах насилия;
- определение профессиональных границ педагога при оказании помощи учащимся и их родителям при кризисных состояниях и чрезвычайных ситуациях;
- повышение уровня компетентности педагогов в вопросах помощи детям и их родителям в кризисных и чрезвычайных ситуациях;
- выработка навыков помощи и самопомощи в ЧС и кризисных ситуациях.

Есть еще множество интересных методических материалов, вышедших за последние два года, проводятся научно-практические конференции, семинары и т.д. Но в целом, все равно мы еще в начале пути. Поэтому изменение рабочих учебных планов в разделе вариативной части, включение факультативов и элективов, обучающих мето-

дам и методикам психологической помощи в экстремальных ситуациях и состояниях- актуальная задача вузов.

Какие же актуальные проблемы мы видим в существующей системе подготовки клинических психологов к работе с участниками СВО и членами их семей?

1. Чему обучать клинических психологов в контексте подготовки для работы с участниками СВО и членами их семей. Очевидно, что это широкий круг проблем связанных с экстремальными и кризисными состояниями и ситуациями, технологии психологической диагностики, коррекции и психотерапии. Преодоление возникших отдаленных негативных психологических последствий у круга лиц, предотвращение рецидивов острых стрессовых реакций, профилактика кризисных состояний, значительно способствуют сохранению адаптации и нормальному функционированию в обществе как участников боевых действий, так и членов семей [5]. Сейчас мы опираемся на профессиональный стандарт «Психолог в социальной сфере».

2. Как лично готовить клинических психологов к оказанию помощи комбатантам и членам их семей. Помимо тематической профессиональной подготовки актуальна и личностная готовность клинических психологов к работе. Взаимодействие с ветеранами боевых действий может быть чрезвычайно сложным. Комбатанты зачастую сталкиваются с посттравматическим стрессовым расстройством, аддикциями, депрессией и другими психологическими проблемами. И даже если вам удалось построить коммуникацию с таким клиентом, погружаться раз за разом в мир человека, находящегося в подобном состоянии, является настоящим испытанием. Клинические психологи, работающие с комбатантами, подвергаются очень высокому риску переноса эмоциональных и психологических травм на себя [1, 2]. Как говорит в своем докладе «Стратегия оказания психологической помощи семьям участников СВО» И.К. Силенок: «Необходимым условием успешной работы с сопротивлением клиента является состояние личной силы психолога».

Эту «личную силу»- профессионально-личностную зрелость психолога, как представителя помогающих профессий, мы представляем результатом формирования трех аспектов модели специалиста: готовность, компетентность, здоровьесбережение (рис. 2).

В ходе обучения клинических психологов на нашем факультете мы различными психолого-педагогическими технологиями пытаемся формировать эту «профессионально-личностную зрелость».

***Рисунок 2. Модель профессионально-личностной зрелости
специалиста помогающих профессий***

3. Какие новые вызовы психологическому сообществу возникают в связи с СВО? Реадаптация комбатантов в социум комплексная проблема [5]. В нашей помощи нуждаются все большее количество людей. Это не только комбатанты, члены их семей, но и широкие слои общества. Клинические психологи, оказывая помощь участникам СВО и членам их семей, призваны сейчас выступать и как просветители, и трансляторы новых прикладных психологических знаний в отношении широкого населения, тоже включенного в социальную ситуацию СВО.

Одним из необходимых условий эффективности такого образования является сочетание возможно большего охвата обучающихся (система психологического всеобуча) со специализацией его для различных слоев населения. Примерами специализированных категорий обучающихся могут выступать не только сами участники боевых действий, члены их семей, но и работники социальных служб, медработники (особенно первичное звено), сотрудники правоохранительных органов (прежде всего, участковые уполномоченные полиции), и далее по кругу лиц, в той или иной степени контактирующих с бывшими комбатантами.

В первом приближении, содержание обучения должно включать навыки самопознания, приемы эффективной коммуникации, в том числе в техники позитивного конфликтного поведения, аудиовизуальной диагностики эмоционального состояния, саморегуляции, самопомощи и допсихологической помощи при аффекте и личностном

кризисе, медицинские аспекты обращения за специализированной помощью (психиатрической, психотерапевтической и иной).

За последние годы роль психолога, клинического психолога в нашей стране резко возросла. Общество пришло к пониманию значимости психологической проблематики. Кредит доверия психологии сейчас огромный. Нам важно правильно распорядиться этим кредитом доверия и внести существенный вклад в обеспечение психологического благополучия нашего общества. Качественная подготовка психологов к реализации клинко-психологической помощи и психологического сопровождения участников СВО и членов их семей – важнейшая задача современной высшей школы.

Список литературы

1. Грязнов С.В., Лямина К.А., Орлова О.А. Методические рекомендации по взаимодействию и оказанию помощи ветеранам боевых действий для специалистов социальных учреждений [Электронный ресурс] – Барнаул.: КГБУ СО «Центр социальной реабилитации инвалидов и ветеранов боевых действий», 2021. – URL: <https://veteran-22.ru/wp-content/uploads/2021/09/metodicheskie-rekomendaczii-dlya-uchrezhdenij.pdf>.

2. Ичитовкина Е.Г., Бойко Н.В., Жернов С.В. Особенности психосоциальной адаптации комбатантов в условиях мирной жизни в зависимости от профиля их профессиональной деятельности // Гаудеамус. 2024. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihosotsialnoy-adaptatsii-kombatantov-v-usloviyah-mirnoy-zhizni-v-zavisimosti-ot-profilya-ih-professionalnoy>

3. Москвитина Н.Л., Москвитин Н.П. «Организационно-методические аспекты психологического сопровождения комбатантов и членов их семей» // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки / Humanities, social-economic and social sciences. 2023. №7 - DOI 10.23672/SAE.2023.34.57.019

4. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. М.: МГППУ, 2024. 40 с.

5. Караяни А.Г., Караяни Ю.М., Зинченко Ю.П. Американская военная психология как область специальной практики // Национальный психологический журнал. 2014. №1 (13). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/amerikanskaya-voennaya-psihologiya-kak-oblast-spetsialnoy-praktiki>

Муталимова Аида Магомедбеговна
к. пс. н., доцент кафедры общей и социальной психологии
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет»,
(г. Махачкала), aidamag@inbox.ru

Далгатов Магомед Магомедаминович
д. пс. н., профессор, зав. кафедрой психологии
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»,
г. Махачкала, dalgatov@inbox.ru

Ахмедпашаева Калимат Арслановна
к. п. н., ст. преподаватель кафедры психологии
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»,
г. Махачкала, kalimat79@mail.ru

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ УЧАЩИХСЯ – ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Аннотация. В статье обсуждаются вопросы психолого-педагогического сопровождения учащихся – детей участников СВО, а также результаты мониторинга психологических особенностей субъективного благополучия и жизнестойкости учащихся образовательных учреждений Республики Дагестан (младших классов, среднего звена и старшеклассников) – детей участников специальной военной операции.

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, образовательная организация, дети участников специальной военной операции, субъективное благополучие личности, жизнестойкость личности, мониторинг психологических особенностей учащихся.

*Mutalimova Aida Magomedbegovna,
Dalgatov Magomed Magomedaminovich,
Akhmedpashaeva Kalimat Arslanovna*

SUBJECTIVE WELL-BEING AND RESILIENCE OF SCHOOLCHILDREN – CHILDREN OF PARTICIPANTS IN A SPECIAL MILITARY OPERATION

Abstract. The article discusses the issues of psychological and psychological-pedagogical support for members of the children of participants in a special military operation, as well as the results of monitoring the psychological characteristics of the subjective well-being and resilience of

students of educational institutions of the Republic of Dagestan (lower grades, middle grades and high school students) - children of participants in a special military operation.

Keywords: psychological and pedagogical support, educational organization, children of participants in a special military operation, subjective well-being of the individual, resilience of the individual, monitoring of the psychological characteristics of students.

В современных психолого-педагогических исследованиях, посвященных проблемам обучения и воспитания учащихся, неоднократно подтверждалось, что уровень субъективного благополучия влияет на психологическое здоровье, психическое развитие, формирование личности школьников разного возраста и успешность процесса обучения.

Отметим, что согласно распоряжению Министерства просвещения РФ [1], а также рекомендациям Министерства просвещения РФ [2] по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители (законные представители) которых являются ветеранами (участниками) СВО, в образовательных учреждениях следует уделять данной категории детей повышенное психолого-педагогическое внимание.

В этой связи выявление особенностей субъективного благополучия, эмоционального состояния учащихся категории ПППВ является одной из актуальных задач психологической службы образовательного учреждения.

Важно отметить, что отсутствие адекватной психологической поддержки может усугубить негативные эмоциональные переживания, состояния подавленности и тревожности, переживаемые в семье, что делает необходимым создание системной программы помощи для данной категории детей.

Проблема исследования обусловлена рядом противоречий:

– возрастающей значимостью психологических особенностей формирования субъективного благополучия учащихся в условиях образовательного учреждения и недостаточной изученностью влияния психолого-педагогического сопровождения на психическое состояние детей участников и ветеранов СВО;

– важностью психолого-педагогической деятельности по предотвращению негативного воздействия образовательной среды с низким уровнем психологической безопасности на субъективное благополучие субъектов образования и недостатком данных, раскрывающих содержание деятельности школьных практических психологов, педагогов в этом аспекте.

В рамках реализации государственного задания Министерства просвещения РФ, реализованного в 2024 году коллективом кафедры психологии ФГБОУ ВО ДГПУ им. Р. Гамзатова, было проведено эмпирическое исследование субъективного благополучия и жизнестойкости субъектов образования.

Остановимся на полученных результатах исследования субъективного благополучия и жизнестойкости учащихся образовательных учреждений Республики Дагестан (младших школьников, учащихся среднего звена и старших школьников), детей участников СВО.

В исследовании принимало участие 560 учащихся из 95 образовательных учреждений РД (Махачкала, Каспийск, Буйнакс, Кизилюрт, Хасавюрт, Дербент).

Были использован следующий методический инструментарий.

Для младших школьников: методика «Диагностика самооценки» Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан); определение эмоционального уровня самооценки (графическое изображение), два субтеста; детский тест психологической устойчивости (P. Jefferies et al., 2018) - адаптация: О. Е. Хухлаев (2022).

Для учащихся средних классов: методика «Диагностика самооценки» Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан); детский тест психологической устойчивости (P. Jefferies et al., 2018); опросник психологического благополучия школьников (Водяха С.А.)

Для учащихся старших классов: методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (Л.А. Курганский, Т.А. Немчинов); детский тест психологической устойчивости (P. Jefferies et al., 2018); шкала психологического благополучия (Уорик-Эдинбург).

Таблица 1.
Описательные статистики для шкал методик Дембо-Рубинштейн-Прихожан

		Статистика						
		Здоровье	Внешность	Удача	Уверенность в себе	Наличие друзей	Хорошая учеба	Любовь родных
N	Допустимо	264	254	254	253	253	256	262
	Пропущенные	22	32	32	33	33	30	24
Среднее значение		64,758	66,83	61,60	65,08	98,07	63,75	75,11
Медиана		70,000	72,50	66,00	70,00	74,00	68,00	80,00
Мода		85,0	85	85	85	85	80	85
Стандартная отклонения		18,6505	17,434	19,783	17,868	504,162	18,488	14,328
Асимметрия		-,920	-1,090	-,752	-,998	15,872	-1,071	-2,496
Эксцесс		,105	,599	-,371	,387	252,288	,559	6,932

Перейдем к обсуждению результатов.

Анализ результатов по методике Дембо-Рубинштейн-Прихожан (Таб.1), показал, что средние показатели по шкалам «здоровье», «внешность», «удача», «уверенность в себе» и «хорошая учёба» не выходят за границы средних значений, то есть, в данной выборке испытуемых показатели самооценки по указанным шкалам соответствуют норме.

При этом, показатели асимметрии позволяют говорить о том, что значения выше среднего по обозначенным шкалам встречаются довольно часто. Также об этом свидетельствуют и показатели по шкале «любовь родных». Средние показатели по шкалам «наличие друзей» и «любовь родных» оказались неадекватно высокими, особенно показатели самооценки по шкале «наличие друзей».

Полученный результат безусловно требует пристального внимания со стороны семьи и образовательного учреждения, поскольку крайне завышенные показатели по шкалам показывают отчасти нереалистичное, некритическое отношение к себе и происходящему вокруг себя. Завышенные показатели подтверждают личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Такая самооценка указывает на существенные искажения в формировании личности - "закрытости для опыта", нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих (значения по шкалам от 90 до 100 мм) [3].

Методика на выявление психологической устойчивости позволяет оценить готовность младшего школьника и подростка к эффективному социальному взаимодействию с целью получения значимых для него ресурсов и поддержки в стрессовых ситуациях.

При обработке данных допустимо помимо единой шкалы психологической устойчивости, выделить две шкалы: *личностной устойчивости* (касается внутри- и межличностных аспектов устойчивости, а именно способности к успешной социализации, вариативности поведения в различных ситуациях, значимости получения образования и саморазвития и др.); *социальной устойчивости* (отражает такие параметры устойчивости, как ресурсы и поддержка, получаемые в семье и от социального окружения) [4].

Вычисление описательных статистик для шкал Детского теста психологической устойчивости показало, что средние показатели психологической устойчивости, полученные в нашей выборке младших школьников, находятся в границах высоких значений, согласно данным авторов методики (Таб.2).

Таблица 2.

Описательные статистики для шкал детского теста психологической устойчивости.

		Статистика		
		Личностная устойчивость	Социальная устойчивость	Психологическая устойчивость
N	Допустимо	283	283	282
	Пропущенные	3	3	4
Среднее значение		43,49	33,27	76,67
Медиана		44,00	34,00	78,00
Мода		47	35	78
Стандартная отклонения		4,961	2,741	6,679
Асимметрия		-1,272	-1,777	-1,556
Стандартная Ошибка асимметрии		,145	,145	,145
Экссесс		3,073	6,361	4,280
Стандартная ошибка эксцесса		,289	,289	,289

Далее для выявления младших школьников с различным уровнем личностной, социальной и общей психологической устойчивости нами был применен частотный анализ.

На рисунках 1-3 представлены результаты частотного анализа для шкал Детского теста психологической устойчивости.



Рис.1. Соотношение детей с различным уровнем личностной устойчивости.

Как показал анализ, 86% учащихся младших классов имеют средний (73%) и выше среднего (13%) уровни личностной устойчивости, 14% детей показали уровень устойчивости ниже среднего.



Рис.2. Соотношение детей с различным уровнем социальной устойчивости.

На рисунке 2 видно, что 85% исследованных младших школьников имеют средний уровень социальной устойчивости и лишь 1% - выше среднего. При этом 14% детей находятся в числе тех, чей уровень социальной устойчивости находится в границах ниже средних значений.



Рис.3. Соотношение детей с различным психологической устойчивости.

Частотный анализ показал, что 58% исследованных младших школьников имеют крайне высокий уровень психологической устойчивости, 30% детей –высокий, 8% - умеренный и только 4% низкий и очень низкий.

Согласно полученным результатам, наличие крайне высоких показателей говорит о сформированности у детей защитной позиции, отрицании и вытеснении травмирующих жизненных событий, что отчасти является критерием низкого уровня субъективного благополучия при избыточном стремлении респондентов вытеснить травмирующие обстоятельства и осознании длительной психотравмирующей ситуации как таковой.

В этой связи, целесообразным, на наш взгляд, является разработка программы психологического сопровождения детей участников и ветеранов СВО, не проявляющих открытые признаки пребывания в психотравмирующей ситуации.

Далее, по результатам исследования школьников среднего звена вычисление описательных статистик для шкал методики Дембо-Рубинштейн-Прихожан (Таб. 3) показало, что средние показатели по шкалам, измеряющим уровень самооценки здоровья, внешности, удачи, уверенности в себе, наличия хороших друзей и хорошей учёбы, находятся в границах средних значений.

Таблица 3.
Описательные статистики для шкал Методики изучения самооценки Дембо-Рубинштейн-Прихожан.

		Статистика						
		Здоровье	Внешность	Удача	Уверенность в себе	Наличие друзей	Хорошая учеба	Любовь родных
N	Допустимо	104	103	105	104	103	105	102
	Пропущенные	10	11	9	10	11	9	12
Среднее значение		65,12	64,80	58,64	61,96	66,03	60,96	76,75
Медиана		69,50	71,00	60,00	65,50	74,00	62,00	83,00
Мода		85	85	85	85	85	85	85
Стандартная отклонения		18,191	19,301	19,080	20,079	20,256	18,047	15,041
Асимметрия		-,799	-,787	-,522	-,662	-,916	-,387	-2,448
Минимум		12	8	10	12	10	13	10
Максимум		85	85	85	85	85	85	85

При этом, средние показатели по шкале «любовь родных» превышают границы высоких значений в выборке стандартизации. То есть, дети имеют неадекватно высокую самооценку по этому аспекту своего «Я».

Таблица 4.
Описательные статистики для шкал
Опросника психологического благополучия (Водяха С.А.).

Статистика						
		Отношение с друзьями	Отношения в школе	Отношения с педагогами	Отношения с родителями	Отношение к себе
N	Допустимо	113	113	113	113	113
	Пропущенные	1	1	1	1	1
Среднее значение		24,81	23,86	22,46	28,31	23,212
Медиана		26,00	24,00	23,00	29,00	24,000
Мода		30	30	26	30	24,0 ^а
Стандартная отклонения		4,838	4,747	5,303	2,342	3,7260
Асимметрия		-1,443	-,672	-,802	-1,167	-,755
а. Существует несколько модальных значений. Показано наименьшее значение						

Согласно результатам статистической обработки данных, а именно показателей асимметрии (Таб. 4), в выборке испытуемых, представленной учащимися средней школы, значения выше среднего по всем шкалам, направленным на измерение показателей благополучия в отношениях с друзьями, в отношении к школе, с педагогами, с родителями, в отношении к себе, встречаются достаточно часто.

При сравнении средних значений по шкалам методики Водяха С.А. с нормами стандартизации выявлены заметные различия по шкалам «отношения к семье» и «отношение к школе» - в исследованной нами выборке средние показатели по указанным шкалам заметно более высокие.

Частотный анализ показал (Рис. 4-6), что в группе исследованных нами учащихся среднего звена детей с уровнем устойчивости, не выходящим за нижнюю границу средних показателей, доминирующее большинство, причём это касается показателей личностной, социальной и общей психологической устойчивости.

Далее, по результатам исследования старших школьников было выявлено, что высокая и средняя степень психической активации у 85% обследованных детей. Низкий уровень интереса, проявляющийся в рассеянности, отвлекаемости и безучастности, отмечен только у 1% респондентов. 96% старших школьников оценивают свой уровень эмоционального тонуса как средний и высокий, 4% часто отмечают у себя плохое самочувствие, грустное настроение и трудности в способности соображать. Высокий уровень напряжения, проявляющийся

в частом желании отдохнуть, напряженности и равнодушии, отмечают 5% юношей и девушек.



Рис.4. Уровень личностной устойчивости в группе учащихся средних классов.



Рис.5. Уровень социальной устойчивости в группе учащихся средних классов.



Рис.6. Уровень психологической устойчивости в группе учащихся средних классов.

Низкий уровень комфортности, оцениваемый по таким критериям, как озабоченность, плохое настроение и недовольство, отмечен, по нашим данным, у 8% опрошенных старших школьников.

Для получения более полной картины о состоянии исследованных нами старших школьников мы сравнили средние значения по шкалам в группах мальчиков и девочек. Был использован t-критерий Стьюдента для независимых групп.

Таблица 5.

Описательные статистики для шкал Методики оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности в группах мальчиков и девочек.

	Пол	N	Среднее значение	Стандартная отклонения	Среднекв. ошибка среднего
Оценка психической активации	м	71	10,24	4,278	,508
	ж	89	11,63	4,043	,429
Оценка интереса	м	71	8,96	4,128	,490
	ж	89	10,11	4,035	,428
Оценка эмоционального тонуса	м	71	7,65	4,202	,499
	ж	89	7,67	3,825	,405
Оценка напряжения	м	71	9,62	3,432	,407
	ж	89	9,73	3,363	,357
Оценка комфортности	м	71	8,37	3,567	,423
	ж	89	9,67	4,282	,454

По результатам статистического анализа (Таб. 5-6) средние значения по шкалам «психической активации» и «комфортности» в группе девочек достоверно выше, чем в группе мальчиков.

Таблица 6.

Показатели t-критерия Стьюдента и уровня достоверности различий для шкал Методики оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности в группах мальчиков и девочек.

	Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий для равенства средних				
	F	Знач.	t	ст. св.	Знач. (2-х сторонняя)	95% доверительный интервал для разности	
						Нижняя	Верхняя
Активация	,182	,670	-2,105	158	,037	-2,694	-,086
Интерес	,005	,945	-1,780	158	,077	-2,436	,127
Эмоциональный тонус	1,596	,208	-,041	158	,967	-1,282	1,230
Напряжение	,125	,725	-,205	158	,838	-1,177	,956
Комфорт	2,016	,158	-2,065	158	,041	-2,559	-,057

То есть, девочки чаще оценивают себя как уставших, вялых и проявляющих желание отдохнуть ($t=-2,105$, $p=0,037$). Они также реже оценивают себя как беззаботных, чаще бывают недовольны и в плохом настроении ($t=-2,065$, $p=0,041$). Выявленные различия достоверны на 5% уровне статистической значимости.

Исследование психологического благополучия (Таб. 7, Рис. 7), в группе старших школьников показало, что низкий уровень субъективного благополучия выявлен у 17% учащихся, средний – у 68%, а высокий – у 15% испытуемых.

Таблица 7.

Описательные статистики для шкалы психологического благополучия Уорика-Эдинбурга у старших школьников

N	Допустимо	160
	Пропущенные	0
Среднее значение		52,76
Медиана		54,00
Мода		63
Стандартная отклонения		10,485
Асимметрия		-,555
Экссесс		-,195



Рис.7. Распределение испытуемых с высоким, средним и низким уровнем психологического благополучия.

То есть, в целом, 83% детей могут оцениваться как достаточно благополучные, однако, полученные данные созвучны с результатами, полученными при исследовании детей, находившихся в зоне боевых действий, где в среднем около 15 % испытуемых имеют низкие

показатели психологической устойчивости, испытывают серьезные последствия ПТСР и т.д.

В результате исследования психологической устойчивости старшеклассников (Рис. 8-10), статистический анализ показал, что большая часть исследованных нами старших школьников достаточно высоко оценивается по способности к эффективному социальному взаимодействию с целью получения значимых для них ресурсов и поддержки в стрессовых ситуациях.



Рис.8. Распределение старшеклассников с высоким, средним и низким уровнем личностной устойчивости.



Рис.9. Распределение старшеклассников с высоким, средним и низким уровнем социальной устойчивости.



Рис.10. Распределение старшеклассников с высоким, средним и низким уровнем психологической устойчивости.

57% опрошенных с высоким уровнем способности к успешному поиску и управлению важными для них психологическими ресурсами, получаемыми от социального окружения (семьи, друзей, одноклассников и т.д.).

Также, нами был проведен сравнительный анализ средних показателей по шкалам «Детского теста психологической устойчивости, CYRM-R» (P. Jefferies et al., адаптация О.Е. Хухлаева) в группах учащихся средних и старших классов с использованием t-критерия Стьюдента для независимых групп (Таб. 8).

Таблица 8.

Средние значения по шкалам «личностной», «социальной» и «психологической устойчивости» в группах учащихся средних и старших классов.

Статистика группы					
	возраст	N	Среднее значение	Стандартная отклонения	Среднекв. ошибка среднего
Личностная устойчивость	ср	114	42,68	5,405	,506
	ст	160	39,08	7,817	,618
Социальная устойчивость	ср	114	32,75	2,783	,261
	ст	160	31,88	5,193	,411
Психологическая устойчивость	ср	114	75,11	7,419	,695
	ст	160	71,25	10,018	,792

Средние значения по шкалам «личностной», «социальной» и «психологической устойчивости» представлены в таблице 9.

Таблица 9.

t-критерий Стьюдента для шкал Детского теста психологической устойчивости
в группах школьников средней и старшей школы.

	Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий для равенства средних				
	F	Знач.	t	ст.св.	Знач. (2-х сторонняя)	Разность средних	Среднеквадратичная ошибка разности
Личностная устойчивость	20,652	,000	4,518	271,784	,000	3,609	,799
Социальная устойчивость	19,554	,000	1,808	254,770	,072	,879	,486
Психологическая устойчивость	12,002	,001	3,667	271,575	,000	3,864	1,054

Анализ результатов применения критерия Стьюдента показал (Таб.9), что средние значения по шкале «личностной» устойчивости и шкале «психологической» устойчивости в группе учащихся средних классов значимо выше, чем в группе старших школьников, причём уровень достоверности выявленных различий очень высокий.

Нам наш взгляд данные различия между подростками и старшеклассниками детерминированы более высокой степенью осознанности, зрелости в понимании и переживании старшеклассников о родителе участнике СВО.

Резюмируя результаты мониторинга психологических особенностей субъективного благополучия и жизнестойкости учащихся – детей участников СВО, отметим, что:

- субъективное благополучие выступает значимым личностным ресурсом психологического и психического здоровья человека;
- психолого-педагогическое сопровождение участников образовательного процесса является необходимым условием развития субъективного благополучия их личности;
- психолого-педагогическое сопровождение субъектов образовательного процесса включает в себя с одной стороны мониторинг психологического статуса личности учащихся, педагогов и родителей, а с другой – проведение с ними консультативной, коррекционно-развивающей работы в рамках деятельности психологических служб образовательных организаций;
- в условиях проведения специальной военной операции психолого-педагогическое сопровождение членов семей участников СВО

является необходимым требованием к образовательным организациям на территории Российской Федерации.

В заключении отметим, что обсуждение проблем психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательных организаций на площадках научно-практических конференций, является важным фактором развития профессиональной рефлексии психологов, педагогов и медицинских работников, участвующих в практике оказания психологической помощи населению в условиях проведения специальной военной операции.

Список литературы

1. Письмо Минпросвещения России от 11.08.2023 № АБ-3386/07 "О направлении Алгоритма" (вместе с "Алгоритмом сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической"). // [Электронный ресурс] <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-11082023-n-ab-338607-o-napravlenii/>

2. Письмо Минпросвещения России от 29.03.2024 № АБ-1122/07 "О направлении рекомендаций" (вместе с "Рекомендациями по организации комплексного сопровождения обучающихся, родители (законные представители) которых являются ветеранами (участниками) специальной военной операции"). // [Электронный ресурс] <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-29032024-n-ab-112207-o-napravlenii/>

3. Прихожан А.М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога / Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик: Сборник научных трудов / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1998. – 272 с.

4. Хухлаев О.Е., Чибисова М.Ю., Ткаченко Н.В. Программа оценки особых образовательных потребностей детей в сферах психологического благополучия, социальных навыков и культурной адаптации. – М., 2022.

*Фролова Светлана Владимировна,
доктор психологических наук, доцент,
ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»,
г. Саратов, frolovasv71@mail.ru,*

*Плясова Кристина Дмитриевна, магистрант,
ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского,
г. Саратов, plyasovakristina@yandex.ru*

СИСТЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЯМ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, МОБИЛИЗОВАННЫХ НА СВО, И МЕНТАЛЬНАЯ ДУХОВНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ИНТРА-ПСИХОДРАМА

Аннотация. В статье излагаются авторские представления о реализации системного подхода в работе с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО. Использование системного подхода может быть целесообразно в отношении подбора комплекса методов и технологий, форм их организации; создания благоприятных социально-психологических условий; учета уровневого строения психики и личности субъекта. Дается общее описание авторского метода ментальной духовно ориентированной интра-психодрамы, показавшего свои протективные возможности в совладании с травматическими переживаниями и активизации личностных сил и ресурсов саморазвития.

Ключевые слова: системный подход, групповая психологическая работа, структура душевной жизни личности, ментальная духовно ориентированная интра-психодрама.

*Frolova Svetlana Vladimirovna
Pliasova Kristina Dmitrievna*

SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO FAMILIES OF MILITARY PERSONNEL MOBILIZED FOR THE SVO, AND MENTAL SPIRITUALLY ORIENTED INTRA-PSYCHODRAMA

Abstract. The article presents the author's ideas about the implementation of a systems approach in working with families of military personnel mobilized for the SVO. The use of a systems approach can be appropriate in relation to the selection of a set of methods and technologies, forms of

their organization; creation of favorable socio-psychological conditions; taking into account the level structure of the psyche and personality. There is given a general description of the author's method of mental spiritually oriented intra-psychodrama, which has shown its protective capabilities in coping with traumatic experiences and activating personal strengths and resources for self-development.

Keywords: systems approach, group psychological work, structure of the mental life of an individual, mental spiritually oriented intra-psychodrama.

Научные принципы системного подхода служат пониманию семьи как сложной многоплановой системы, выполняющей жизненно важные, экзистенциальные функции, одной из которых является осуществление психотерапевтического влияния для всех ее членов, независимо от их социальных ролей, возраста, поколенческих особенностей. О невозможности понимания индивида и его переживаний изолированно от системы его социокультурного окружения писал Л.С. Выготский, создавая свою многоплановую культурно-историческую теорию развития психики человека и личностного онтогенеза [2]. Я. Л. Морено мыслил в качестве элементарной, неделимой единицы социальной жизни не индивида, а социальный атом, охватывающий «индивида и людей (близких или далеких), с которыми он в данный момент эмоционально связан» [5, с.114].

Понимание семьи как системы позволяет лучше объяснить эффективность семейной психотерапии в работе с поведенческими и психоэмоциональными симптомами у отдельных ее членов. Индуктивный принцип внутрисистемного взаимодействия создает протективные условия повышения субъективного благополучия и жизнестойкости одних членов семьи посредством психологической работы по усилению личностных ресурсов других членов семьи. В этой связи психологическая работа с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО, представляет особую значимость.

Помимо внутрисистемных связей жизнеспособность системы обеспечивается и ее взаимодействиями с другими внешними системами. Данной логике подчиняется и важность организации психологической помощи членам семей военнослужащих не в отрыве, а в комплексе с другими видами помощи – социального, экономического, медицинского, юридического профиля. Создание условий для взаимодействия субъекта, находящегося в психотерапевтическом процессе, с внешними системами легло в основу терапии средой, на случаи

необходимости и незаменимости которой одним из первых обратил внимание К. Роджерс [6, с. 20].

Принципами системного подхода описывается и эффективность факторов групповой психологической помощи: групповой психотерапии, группового психологического консультирования, групп социально-психологического тренинга, групп поддержки. Социально-психологические эффекты групповой психологической работы полезно учитывать и при организации помощи семьям участников боевых действий. В комплексе методов психологической работы могут параллельно использоваться групповая психотерапия и группы поддержки для жен и родственников военнослужащих.

Использование системного подхода в психотерапии позволяет учитывать уровневую организацию психики и выстраивать работу с опорой на сохранные ресурсы сообразно принципу «от простого к сложному». При переживании стрессовых расстройств в первую очередь страдает энергетический уровень психики, нарушается баланс процессов возбуждения и торможения, напряжения и расслабления, что часто проявляется в нарушениях сна, повышении раздражительности, астенических ощущениях упадка сил, повышенной утомляемости, невозможностях глубоко расслабиться. В таких случаях работу необходимо строить, начиная с методов, восстанавливающих психофизиологическую саморегуляцию. С такими задачами хорошо справляются аппаратные программные комплексы и специально оборудованные комнаты психологической разгрузки, методы психофизиологической цветотерапии. Снятию острых симптомов травматического стресса, как показывают полученные нами данные психодиагностических бесед с членами семей военнослужащих, эффективно способствуют методы телесной психотерапии и релаксационные виды массажа. При достижении прогресса в снятии хронического напряжения и в восстановлении способностей к психофизиологической саморегуляции следующими по степени возрастания сложности используемых психологических ресурсов методами могут служить методы арттерапии, в первую очередь, терапии живописью.

Одними из основных этических принципов психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, должны оставаться правила конфиденциальности, уважения достоинства личности, добровольного согласия, профессиональной компетентности и ответственности. Учитывая специфику стрессовых травматических переживаний разного уровня, риски возникновения которых велики у членов семей участников боевых действий, обязатель-

ными методологическими принципами в психологической работе должны являться принцип нормализации (нормальный индивид, столкнувшись с ненормальными обстоятельствами, переживает экстраординарные чувства), принцип партнерства и повышения достоинства личности (люди с травматическими стрессовыми переживаниями ранимы, чувствительны, склонны к самообвинению, чувству бессилия, повышенной агрессивности), принцип восстановительной индивидуальности (каждый проходит свой путь личностного роста после восстановления) [1, с. 41].

Принимая во внимание накопившийся опыт различных региональных центров работы с боевыми ветеранами и членами их семей, столкнувшихся с субъективными барьерами обращения за психологической помощью, в системе комплексных мер могут быть предусмотрены специальные методы опосредованной психологической психотерапии, например: 1) тематические культурные, спортивные, клубные мероприятия, осуществляющие психолого-просветительские, медико-профилактические и косвенно-психотерапевтические функции; 2) творческие мероприятия, литературные вечера, циклы занятий на основе использования различных видов искусств, способных косвенно, но достаточно эффективно осуществлять в целом личностно-терапевтические функции; 3) социально-просветительские и патриотические мероприятия с привлечением в качестве организаторов и активных участников ветеранов боевых действий; 4) эффективные средства социальной терапии: социальные фото- и арт-выставки ветеранов и членов их семей, творческие встречи и встречи-воспоминания.

На факультете психологии ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» в рамках деятельности Регионального центра практической психологии (под руководством декана факультета психологии, доктора психологических наук, профессора Л.Н. Аксеновской) и в ходе реализации образовательной магистерской программы «Позитивное психологическое консультирование» по направлению «психология» в течение двух лет (сентябрь 2022 – октябрь 2024 гг.) проходила апробация психолого-психотерапевтических возможностей метода ментальной духовно ориентированной интра-психодрамы, (разработанного доктором психологических наук С.В. Фроловой [8, с. 162-167] в работе с участниками боевых действий и членами их семей. Теория и методология данной психотерапевтической модели психологического консультирования опирается на идеи психологии духовности С.Л. Франка [7], системную теорию и методологию психодрамы и

теорию ролей Я.Л. Морено [4], концептуальные положения о регулирующей функции ментальных образов представления в концепции образной сферы человека, сформированные А.А. Гостевым [3].

В структуре душевной жизни личности С.Л. Франк выделил три основных слоя, различающихся уровнем душевной организации и сущностным содержанием преобладающих переживаний: 1) слабо управляемая и плохо оформленная чувственно-эмоциональная сфера; 2) поддающаяся лучшему управлению сверхчувственно-волевая сфера, стремящаяся к дифференцированию особенностей своего эгоцентрического «Я» от характеристик других индивидов, и 3) идеально-разумная, или духовная сфера, характеризующаяся действием сформированного «высшего Я», переживанием чувства высшего долга, внутренней борьбой за веру в абсолютный смысл жизни, верой в свое высшее призвание, активностью внутреннего механизма постоянного самопреодоления в себе низших, гедонистических, ограничивающих развитие тенденций [7, с.241]. В методе ментальной духовно ориентированной интра-психодрамы учитывается такое иерархическое, уровневое строение личностной организации человека для определения стратегических задач внутренней психологической работы личности клиента в ходе консультативного психотерапевтического процесса.

Данная модель психотерапевтического консультирования в операционально-психотехническом плане опирается на накопленный эмпирический опыт эффективного использования технологии нейролингвистического программирования, приемов управления вниманием, создания чувственных образов, словесных формул внушения в психологической практике применения методов саморегуляции, аутотренинга, медитации. Модель использования данного метода на начальном и завершающем этапе включает психодиагностический инструмент, позволяющий оценивать эффективность его применения для управления целостными психическими состояниями личности. Апробация данного метода в работе с членами семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, показала его значительную эффективность в усилении ресурсов жизнестойкости, религиозности и субъективного благополучия личности.

Список литературы

1. Андреев В.Е. Психология экстремальных ситуаций и состояний. Москва: ФГБУ ДПО «ЦГМА» Управления делами Президента РФ, 2019. с.

2. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т. 3. Проблемы развития психики/ Под ред. А. М. Матюшкина. М.: Педагогика, 1983. 368 с.
3. Гостев А.А. Психология вторичного образа. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. - 512 с.
4. Морено Я.Л. Психодрама. М.: Психотерапия, 2008. 496 с.; Морено Я.Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе. М.: Академический Проект, 2004. - 320 с.
5. Морено Я. Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе / пер. с англ. М.: Академический Проект, 2004. - 320 с.
6. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: Монография. / Пер. с англ. О. Кондрашовой, Р. Кучкаровой. М.: ЭКСМО-Пресс, 1999. - 464 с.
7. Франк С.Л. Душа человека. Опыт введения в философскую психологию. М.: Директ-Медиа, 2008. - 281 с.
8. Фролова С.В. Позитивное психологическое консультирование: учебно-методическое пособие для подготовки магистрантов к итоговому экзамену по образовательной программе «Позитивное психологическое консультирование». Саратов: ИЦ «Наука», 2024. - 201 с.
9. Фролова С.В. Психология духовности С.Л. Франка (К 145-летию ученого). Часть II. Основные направления и перспективы развития // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2023. Том 8. № 1(29). С. 247-267. <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document1133.pdf>

*Аваряскина Тамара Валентиновна,
педагог-психолог,
ГБУ ДО КК «Дворец творчества»,
Краснодар, сутукан@mail.ru*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ДОШКОЛЬНИКОВ И ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, МОБИЛИЗОВАННЫХ НА СВО (НА ПРИМЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ ДВОРЦА ТВОРЧЕСТВА Г.КРАСНОДАРА)

Аннотация. В статье рассматриваются инструменты психодиагностики и основные приемы и методы психологической поддержки в работе с дошкольниками и подростками из семей военнослужащих, мобилизованных на СВО на примере деятельности педагогов-психологов Дворца творчества г. Краснодара. Описывается психологический арсенал, способствующий нормализации психологического состояния ребенка, активизирующий имеющиеся стратегии преодоления кризисных ситуаций и психологические защитные механизмы.

Ключевые слова: психологическая поддержка, психокоррекционная работа, психологическая травма, эмоциональное состояние, психодиагностика, психологические методы и приемы.

Avaryaskina Tamara Valentinovna

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR PRESCHOOLERS AND TEENAGERS FROM FAMILIES OF MILITARY PERSONNEL MOBILIZED INTO MILITARY SERVICE (ON THE EXAMPLE OF PSYCHOLOGICAL TEACHERS ACTIVITIES OF THE KRASNODAR CREATIVE PALACE)

Abstract. The article examines the tools of psychodiagnostics and the main techniques and methods of psychological support for preschoolers and adolescents from military families mobilized for their military service on the example of psychological activities of the Krasnodar Creative Palace. A psychological arsenal contributes to the normalization of the child's psy-

chological state, activates existing strategies for overcoming crises and psychological defense mechanisms.

Keywords: psychological support, psychocorrective work, psychological trauma, emotional state, psychodiagnostics, psychological methods and techniques.

После Второй мировой войны в истории нашей страны СВО стала самым масштабным военным событием. Серьезным адаптационным изменениям подвергается не только психика непосредственных участников военных действий и волонтеров, подвергающихся смертельной опасности в зоне боевых действий, но и других категорий граждан, прежде всего членов семей участников СВО.

В последнее время участились обращения педагогов за психологической консультацией по вопросам изменения поведенческих реакций обучающихся дошкольного и подросткового возраста из семей участников боевых действий.

Работу по оказанию психологической поддержки нужно проводить в первую очередь с детьми с учетом их возрастных особенностей, но и так же с родителями и преподавателями для адекватной оценки ими своего психологического состояния и здоровья, конструктивного преодоления негативных эмоций и психологической самопомощи. Эмоциональное неблагополучие может привести к психоэмоциональному напряжению и различным нарушениям поведения, Психическая травма у детей и подростков, вызванная чрезвычайной ситуацией, может существенно нарушить весь последующий ход психического развития.

Специфика коррекционно-развивающей работы с детьми из семей участников СВО заключается в том, что эти дети находятся в остром эмоциональном состоянии, которое характеризуется, как правило, высоким уровнем эмоциональной и сенсорной депривации, тревоги, страхов, агрессии (аутоагрессии), обиды. Также на реакцию ребенка влияет его возраст и особенности развития, тип нервной системы, предыдущий опыт, а также текущая ситуация: где и с кем он находится в данный момент. Не каждый взрослый человек успешно владеет приемами и методами психической саморегуляции в стрессовых условиях, а ребенок тем более оказывается крайне уязвим в ситуации острого эмоционального переживания.

Для оценки эмоционального состояния ребенка педагогами-психологами Дворца творчества используются следующие методики: цветовая диагностика М.Люшера; «Тест тревожности» Р.Тэмбла,

М.Дорки, В.Амена; методика М.А. Панфиловой «Страхи в домиках»; графическая методика «Кактус» (М.А.Панфиловой); рисуночный тест Дж.Бука «Дом. Дерево. Человек»; рисуночный тест «Моя семья»; рисуночный тест «Автопортрет»; проективная диагностика «Рисунок человека» (К. Маховер); рисуночный тест «Барашек в бутылке» (Т. П. Репнова); тест Розенцвейга (детский вариант); проективные сказки Луизы Дюсс и другие методики.

Исходя из опыта работы педагога-психолога, индивидуальных характеристик личности ребенка возможно использование иных методик в практической деятельности.

С учетом результатов диагностики разрабатывается индивидуальная коррекционно-развивающая программа. Прежде всего, важно создать атмосферу доверия и безопасности, понимание того, что все чувства имеют право на существование и нормальны в тяжелых жизненных ситуациях, в том числе и вина, тоска, раздражение, ненависть, боль, горе и т.п. Вербализованные эмоции и чувства обучающегося должны получить принятие со стороны взрослого. Психолог помогает обучающемуся справиться с негативными эмоциями, разъясняя, что испытывать их в определенных жизненных условиях естественно. Причем, необходимо избегать многочисленных и голословных утверждений о том, что «все хорошо», особенно если они не вполне уместны в данной ситуации, так как это может усугубить тревогу в долгосрочной перспективе.

Также необходимо отметить, что не существует неправильных вариантов выполнения заданий. В течение занятий проигрываются упражнения на стабилизацию эмоционального состояния, проводится работа по формированию коммуникативных навыков, развитию эмоционального и социального интеллекта (эффективное общение, выражение чувств, умение справляться с негативными эмоциями, навыки самоконтроля и саморегуляции, управление своим поведением).

Овладение следующими методами и приемами оказывается эффективным для преодоления тревожного состояния:

- регулирование дыхания. Сделайте вместе с обучающимся глубокий вдох животом на четыре счета и выдох на шесть счетов. Повторяйте в течение нескольких минут;

- задание на подстройку дыхания к ритму, задаваемому психологом, который медленно считает, а ребенок делает вдох на каждый счет. Можно задавать ритм, взяв руки ребенка в свои и медленно, равномерно поднимая (вдох) и опуская их (выдох). Еще один вариант контроля — сосредоточение внимания ребенка на дыхании («При-

слушайся к тому, как ты дышишь, но не старайся ничего делать со своим дыханием, не старайся управлять им»). Благодаря этому дыхание становится ровнее и глубже;

- «5-4-3-2-1». Перечисление: пять вещей, которые можно видеть, четыре вещи, которые можно потрогать, три вещи, которые можно услышать, две вещи, которые можно обонять, и одну вещь, которую можно попробовать на вкус;

- проговаривание собственных эмоций;

- релаксационные методы (использование упражнений, основанных на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона);

- аутотренинг (с использованием стихов, записи звуков природы);

- применение элементов сказкотерапии (рассказывание сказок, историй от первого лица, которые могут быть извлечены из литературных источников, либо придуманных взрослым или самим ребенком);

- кинестетические техники, упражнения, например, «Муха» (Представь, что на твое лицо пытается сесть муха. Она садится то на нос, то на рот, то на лоб, то на щеки. Твоя задача – гримасничая, согнать надоедливое насекомое); «Сосулька» (Представь, что ты сосулька или мороженое. Напряги все мышцы тела. Запомни эти ощущения. Замри в этой позе на 1-2 минуты. Затем представь, что под действием солнечного тепла, ты начинаешь медленно таять, расслабляя постепенно кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног); «Согрейся» (5 раз потри ладошки друг о друга, согрей ладошки дыханием, 5 раз похлопай ладошками по щекам, согрей ладошки дыханием, 5 раз потри мочки ушей, согрей ладошки дыханием, 5 раз погладь себя по рукам. Повтори) и т.п.

Все техники и методы подбираются индивидуально под потребности и особенности самого ребенка.

Важным фактором эффективности работы по восстановлению нормального психологического состояния ребенка является сотрудничество с семьей в целом. Недостаточная критичность взрослых к собственному психическому состоянию усугубляет положение ребенка. Остается хотя бы внешне родитель сдержанным или впадает в панику, имеет огромное влияние для эмоциональной реакции ребенка. Важная составляющая работы психолога с родителями – это вовлечение их в совместную работу, восстановление конструктивного общения с ребенком. Стало быть, основными приоритетами для взрослых являются, прежде всего, забота о себе и стабилизация эмоционального состояния своего и ребенка, а также о собственной безопасности и безопасности детей, их здоровье и эмоциональном состоянии.

Имеется обширный арсенал психологических средств и методов, направленный на то, чтобы человек смог адаптироваться к изменяющимся условиям жизни и полноценно функционировать во всех ее сферах. Простые техники (информационная гигиена, физическая активность, различные формы релаксации, саморегуляции и контроля за дыханием и т.п.), способствующие снижению общей напряженности, помогают преодолеть состояние острой тревоги, типичное для человека, пережившего тяжелую психотравму.

Так, к психологу Дворца творчества обратилась за консультацией педагог по поводу изменения поведения и эмоционального состояния дошкольника (6 лет), отец которого пропал без вести в зоне военных действий. От эйфорического настроения «Мой папа – герой!» произошел переход к нарушению поведения, агрессии, злости, повышенной возбудимости. Совместно с педагогом была выработана успешная стратегия психолого-педагогического сопровождения ребенка и направления работы с близкими.

Для проведения результативной психокоррекционной работы и дальнейшего психолого-педагогического сопровождения первоначально осуществляется оценка состояния ребенка на основе наблюдения, беседы с родителями, анализа реакций на психокоррекционное воздействие, используются специальные диагностические методы, в том числе проективные методики. Психокоррекционная работа проводится с использованием методов игровой и арт-терапии, психокоррекционные воздействия включаются в игру и художественную деятельность.

С целью отреагирования агрессии ребенку предлагаются такие занятия, как игры со «страшилками», игрушками, изображающими агрессивных персонажей; игровые упражнения для снятия травматического напряжения, имитирующие крик, дрожь, плач; создание рисунков с агрессивным содержанием; разрывание бумаги, картона; прокалывание воздушных шариков; удары по коробке, топание ногами, маршировка и т.п. Хорошо зарекомендовали себя в работе по снижению агрессивных импульсов кубики историй («Страшилки. Говорящие кубики», «StoryCubes. Действия» и др.). При проведении упражнений необходимо следить, чтобы агрессия не направлялась на другого человека, запрещается драться, обижать других детей, бросать игрушками и другими вещами друг в друга.

Ребенку часто не хватает слов для выражения своих чувств и эмоций. В данной ситуации эффективным инструментарием оказываются метафорические карты, снимающие психологическое напря-

жение. Вот некоторые колоды, используемые психологами Дворца творчества в работе с детьми и подростками: «Неправильная страна». Игра для психологической работы с детьми (автор О.В. Хухляева); «Зонтики». Метафора совладания со сложными жизненными ситуациями (автор Г.Гераськина) «Из сундука прошлого». Метафора детских переживаний (авторы Г. Кац, Е.Мухаматулина) и др. При работе с метафорическими картами важно грамотно подобрать правильные вопросы по теме, понятные ребенку. Например, «Что ты видишь на этой карте?», «Кто или что в ней является главным?», «Ты есть на этой картинке?», «Что чувствует герой, изображенный на картинке? Как ты это понял?», «Знакомы ли тебе такие чувства? В каких ситуациях тебе приходилось их испытывать?», «Как бы ты поступил в ситуации, в которой оказался главный герой?», «Почему с ним это произошло? Что ты об этом думаешь?», «Что может произойти дальше? Почему?», «Чего не хватает на этой карте? Что хотелось бы добавить? А может быть, наоборот, что-то хочется убрать? Почему?» и т.п.

Работа с вышеописанным психологическим инструментарием способствует дальнейшей нормализации психологического состояния ребенка, активизирует имеющиеся у него стратегии преодоления и психологические защитные механизмы. Преодоление или снижение эмоционального дискомфорта представляется нам важным не только само по себе, но и как профилактическая мера. Установлено, что при отсутствии специальной профилактической работы посттравматическое расстройство в ряде случаев проявляется у 70% детей и подростков, переживших тяжелую психотравму [2].

Сегодняшнее время ставит перед психологическим сообществом задачу доказать свою профессиональную состоятельность, раскрыть созидательный потенциал психологии в сложных исторических условиях. Психологи как люди поддерживающей профессии, обязаны создать условия поддержки и понимания для сохранения психологического здоровья подрастающего поколения.

Список литературы

1. Морозова Е.В., Столярова Е.В. Психодиагностические и психокоррекционные подходы в реабилитации детей с посттравматическим стрессовым расстройством. «Медико-социальная экспертиза и реабилитация детей с ограниченными возможностями» №2, Москва, 2010г.
2. NaderK., PynoosR.S., FairbanksL., FrederickC. Children's PTSD reactions one year after a sniper attackatt heir school // American Journal of Psychiatry, 1990, 147, 1526-1530.

*Алиева Бика Шапиевна,
доктор педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой общей и социальной педагогики
Дагестанский государственный педагогический университет*

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЬИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРЕДСТВАМИ НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ

Аннотация. В статье проанализированы современные проблемы воспитания, связанные с возникновением феномена бездуховности, проявляющееся, в частности, в агрессивном невежестве, которое уничтожает духовный «код» нации и вызывают новую систему требований общества к личности. Взятый обществом курс на воспитание жизнеспособной личности, должен опираться на воспитательный потенциал традиции народной педагогики, способствующий самореализации в жизни. Авторами описаны педагогические условия воспитания жизнеспособности, использование которых способствует формированию жизнеспособности у подростков.

Ключевые слова: Воспитание, жизнеспособность подростков, традиции народной педагогики

Abstract: In article are analysed modern problems of the education, connected with arising the phenomenon бездуховности, revealing, in particular, in aggressive ignorance, which deletes spiritual "code of" nation and cause the new system of the requirements society to personalities. The Taken society course on unbringing the viable personality, must rest in воспитательный potential to traditions public педагогики, abetting самореализации in lifes. Author is described pedagogical conditions of the education to viability, which use promotes shaping to viability beside teenager of the.

Keywords: Education, viability teenager, traditions public pedagogy.

Актуальность исследуемой проблемы определяется значительными переменами в жизни общественном устройстве страны. Эти перемены сегодня оказывают существенное влияние на формирование ценностных, гуманистических ориентаций на личность, предопределяют цели образования социальных институтов воспитания.

На сегодняшний день «социальный фон воспитания детей в современной России является кризисным и неблагоприятным», и именно поэтому проблема формирования жизнеспособности у подростков становится все более актуальной. И как отмечает доктор педагогических наук М.П. Гурьянова: «Идея формирования жизнеспособного поколения должна быть выдвинута на уровень национального приоритета в общегосударственной, социальной, семейной, молодежной политике» [1]. Пока же отечественные разработки по проблеме формирования жизнеспособности хоть и многочисленны, но эпизодичны, разрозненны и мало систематизированы. Поэтому мы взяли за разработку и изучение проблемы «Педагогические условия воспитания жизнеспособности у подростков из семьи военнослужащих средствами народной педагогики».

В основе всех социальных институтов в Российской Федерации лежат общие духовные платформы, которые принимает и закрепляет государство.

О ее значимости и необходимости разработки неоднократно указывали официальные документы Указе Президента Российской Федерации от 09.11. 2022г. №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей», «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Указ Президента РФ от 7 мая 2024 года «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года», Указ от 22 ноября 2023 г. № 875 Президентом России Владимиром Путиным, подписавшим «О проведении в Российской Федерации Года семьи», главный посыл которых выражается в том, что необходимо развивать высоконравственную толерантную личность, способной реализовать нравственный, интеллектуальный, физический потенциал в современном обществе, разделяющей традиционные российские духовные ценности, что делает возможным достижение мира и ведет от культуры войны к культуре мира.

Одна из самых актуальных и социально-значимых задач воспитательной работы в школах – поиск путей повышения уровня воспитанности молодежи, повышение эффективности профилактической работы, на основе этнокультурных традиций формирования ценностных установок у школьников.

Важность и своевременность поднятой темы, подтверждается Указом от 22 ноября 2023 г. № 875 Президентом России Владимиром Путиным, подписавшим «О проведении в Российской Федерации Года

семьи», этому учреждения социальной сферы планирует проведение мероприятий в целях популяризации государственной политики в сфере защиты семьи, сохранения традиционных ценностей. В его рамках учреждения социальной сферы проводят множество тематических мероприятий, посвященных традиционному семейному быту, памятникам истории семьи и семейной культуры всех народов и этнических общностей России.

Использование в воспитании традиций народов, прошедших испытание временем, позволит выработать меры противостояния чуждой нам культуре и будут способствовать формированию жизнеспособной личности через приобщение к традициям и культуре народа на основе применения современных образовательных технологий в учебно-воспитательном процессе. Передача от поколения к поколению национально- исторических традиций - это и есть реализация принципа народности в современной педагогике. В условиях глобального ценностного нигилизма российское общество теряет основные средства воздействия на личность. Пересматривается роль многих социальных институтов, ранее занимавших ведущее место в процессе социализации личности (общественные организации: пионерия, комсомол и т.д.). Утеряны такие национальные институты воспитания (например, аталычество, кунацкая и др.), а современная система воспитания и образования не удовлетворяет все возрастающие требования трансформации общества.

Очень важно, чтобы государственные и общественные институты взяли курс на воспитание жизнеспособной личности, которая может самореализовываться в жизни в специфических условиях.

Актуальность проблемы обусловлена по преимуществу двумя группами факторов. Первая группа связана с ее ориентацией на исследование содержания научных фактов, среди которых, прежде всего, научный факт статуса семьи и школы как субъекта воспитания жизнеспособности у человека. Именно в них создаются условия, обеспечивающие формирование жизнеспособности у детей, закладываются все базовые качества ребенка, формируются его мировоззрение, убеждения, отношение к окружающему миру, труду, другим людям и самому себе, подготовленных к успешной жизни.

Вторая группа факторов, обуславливающая актуальность проблемы, связана с противоречиями; между сложившимися новыми социально-педагогическими условиями деформирующей воспитанность учащихся и недостаточной изученностью их влияния на семью и школу и ее воспитательной деятельностью, между изменившимися

условиями жизни в ситуации социальной неопределенности, нестабильности, кризиса и необходимостью создания целенаправленной гуманистической системой воспитания способствующая формированию индивидуальности, смысложизненных установок у детей.

Три начала – физическое, психическое и социальное – своего рода «три измерения» человеческого существования. Попытки построить жизнь лишь в каком-то одном из них и пренебречь другими всегда приводят к поражению; негативное представление о себе искажает наши усилия и может превратить нашу физическую, психическую либо социальную активность в деятельность неконструктивную, попросту бесплодную.

Физическая активность. Если человек здоров – физически и психически, он в движении, физические нагрузки приносят удовольствие, преодоление препятствий радует. Напряжение, которым сопровождается любое активное действие человека, не доставляет дискомфорта. Величина его соответствует задаче, которую необходимо решить.

Психическая активность. Человек, обладающий гармонично развитым самосознанием, склонен смотреть на мир с оптимизмом: «На этот раз не получилось, - не беда, сделаю что-то другое и добьюсь желаемого результата».

Социальная активность. Развивающаяся личность осознает, что жизнь – это вызов для роста, и, ощущая настоящую потребность в усовершенствовании, изменяет самого себя. Он учится открытости, обходительности, плодотворным способам выражения чувств.

Приглядитесь: конструктивная активность позволяет достигать желаемого результата, сохраняя при этом силы.

В этнической культуре каждого народа педагогические идеи жизнотворны, последовательно демократичны, безупречно и последовательно гуманистичны, призывают к толерантности, к миролюбию.

Этническая педагогика является отражением образа жизни, природного, социального, производственного окружения людей, живущих в конкретном регионе. Она порождает специфические для данного окружения методы воспитания, приемы и способы воздействия на растущие поколения.

Поскольку этническая специфика связана с принадлежностью к определенному народу, нации, педагогические приемы и способы прежде всего ориентированы на национальное своеобразие психических качеств и свойств людей. В полиэтническом Дагестане, где мирно живут более тридцати национальностей, многие этнические идеи и мысли взаимообогащаются, взаимно дополняют друг друга. Ни один

дагестанский народ не живет обособленно, их культуры взаимопроникнуты и взаимообогащены.

Введение понятия «жизнеспособность личности» в педагогику объясняется насущными проблемами практики. Педагогов не может не тревожить тот факт, что для части молодежи свойственны не характерные данному возрасту здоровый оптимизм и романтика, а склонность к асоциальному, виртуальному образу жизни. В этой связи сохранение и укрепление физического, психического, духовно-нравственного здоровья детей и подростков становится актуальнейшей проблемой гражданского общества. Поэтому использование гуманистического потенциала народной педагогики является сегодня одним из эффективных средств воспитания жизнеспособности.

В педагогических исследованиях жизнеспособность - это индивидуальная способность человека к самостоятельному существованию, развитию, выживанию, управлению собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, когнитивной сферами в контексте социальных, культурных норм и средовых условий. «Жизнеспособность личности - это способность человека к самоопределению, самостоятельному выбору жизненного пути, житнетворчеству, организации собственной жизнедеятельности» [1].

Проблемы воспитания возвысились пиком проблем в связи с возникновением новой и, деструктивной для становящейся личности, катастрофической социально-педагогической ситуации: разрушение системы традиционных ценностей и традиционного механизма социализации поколений; возникновение феномена бездуховности, проявляющееся, в частности, в агрессивном невежестве, которое уничтожает духовный «код» нации; возникновение новой системы требований общества к личности, которые порождены новыми социальными реалиями; активное навязывание российскому обществу западных ценностей, один из способов попытки покорения России мирным путем; смещение акцентов в соотношении образования и воспитания, переоценка образования и ослабление позиции воспитания.

Жизнеспособная личность - нравственно-волевая, духовно-развитая, физически активная, социально зрелая, психологически устойчивая личность обладающая знаниями и способностями, необходимыми для жизни в современном обществе.

Подростковый возраст - это переходный период особенно важный для развития здоровых адаптационных способностей личности, но целый ряд таких трудностей, как употребление наркотиков и токсических веществ, насилие, эмоциональные травмы и проблемы с

психическим здоровьем делают этот возраст особенно опасным. Вызывает тревогу и то, что в период между подростковым периодом и юностью уровень смертности возрастает более чем в два раза.

Следует отметить, что жизнеспособные подростки адаптируются к опасной среде, что происходит благодаря их твердой уверенности в собственных силах, навыкам преодоления трудностей и умению избегать опасных ситуаций, они способны противостоять бедам и оправляться от них. Такие подростки часто демонстрируют свою компетентность, попадая в стрессовые ситуации. Некоторые подростки могут быть жизнеспособны по отношению к одним обстоятельствам, но в то же время могут быть неустойчивы по отношению к другим, кроме того жизнеспособность может меняться со временем и в разных условиях. Жизнеспособность подростков тесно связана с индивидуальными возможностями, тесными семейными связями и возможностью получения поддержки общества.

В наши дни в педагогической литературе все чаще встречается термин народная педагогика.

Народная педагогика - это воспитательные традиции конкретной этнической группы. Она является одной из составляющих культуры народа. Изучение народной педагогики способствует познанию сущности национальной психологии, развитию национального самопознания. Народная педагогика способствовала превращению нравственных форм в социально значимые взгляды, убеждения и качества человека.

Цель народного воспитания выражается в формировании «идеала совершенного человека», в котором объединены качества разносторонне развитой личности, готовой к полноценной жизни в обществе: жизнеспособность, трудолюбие честность, человечность, духовность, храбрость, патриотизм. Содержание народного воспитания составляют разнообразные отношения, которые во многом определяют результаты социализации личности. Субъекты воспитания включают ребенка в разнообразные отношения, что формирует его взгляды, ценностные ориентации, мировоззрение, мотивы поведения и деятельности. Методы народного воспитания - это исторически сложившиеся способы воздействия народных воспитателей с целью выработки требуемых качеств, знаний и умений совершенной личности. Выделяются следующие методы воспитания в народной педагогике: методы воспитания словом, делом, религией, искусством, традициями, игрой, общественным мнением. Одна из основных задач педагогов - способствовать формированию духовно - нравственной лично-

сти на основе культурных традиций многонационального народа. Уроки родного языка и литературы хранят в себе неограниченные возможности воспитания ребенка и погружения в мир родной культуры, в реализации духовно-нравственного воспитания.

Своим содержанием они способны активно влиять на личность ребенка, его чувства, сознание, волю. Эти уроки оказывают большое воспитательное воздействие на школьника, формирует его личность.

Основу народной педагогики составляют духовная культура, народные обычаи, традиции, социально-этические нормы. В педагогической мудрости народа наблюдается достаточно четкая дифференциация форм воспитания:

- пословицы - для социально-этического воспитания
- загадки - для умственного воспитания
- песни - для эстетического, патриотического воспитания.

Этнопедагогика - это обобщенное понятие, означающее сравнительный анализ воспитательных традиций различных народов. Золотое правило народной педагогики звучит так: «Без памяти исторической - нет традиций, без традиций - нет культуры, без культуры - нет воспитания, без воспитания - нет духовности, без духовности - нет личности, без личности - нет народа, как исторической общности»[2]. Мы рассматриваем этнопедагогика как теоретико-методологическую базу процесса формирования жизнеспособной личности, нужно исходить из того, что личность является субъектом окружающих ее социумов, частью своего этноса, а значит, осваивает культуру, ценностные ориентации, образ жизни людей. Сущность процесса воспитания жизнеспособной личности на традициях народной педагогики видится в способствовании в развитии, в психолого-педагогическом сопровождении личностного роста, его способности мыслить, чувствовать, действовать, опираясь на силу народной педагогики и создании условий для этого роста и развития. Каждая мать и отец стремятся воспитывать своих детей жизнеспособными, т.е. трудолюбивыми, смелыми, честными. Различия состоят в том, каким образом решаются эти задачи. Этнические особенности, связанные со способами социализации, подразделяются на витальные (жизненно важные, биофизические) и ментальные (духовные). И в этом отношении народные традиции, этнопедагогическая, духовная культура выступают реальным регулятором развивающегося самосознания и поведения растущего человека. Как любой процесс, социализация представляет собой систему, которую следует рассматривать в единстве структурных и функциональных компонентов.

Внутренняя опора для обретения жизнеспособности - благоприятная обстановка в семье, малых группах и других общностях, требует подкрепления внешней опорой - надежными жизненными устоями сообщества, прочностью авторитета власти, нравственными ориентирами. Важна опора и на собственные силы, необходимо отказаться от всего негативного и сосредоточить усилия на самом позитивном в мыслях и делах.

В опытно-экспериментальной работе, мы обосновали и апробировали педагогические условия повышения эффективности воспитательно-образовательной работы по формированию жизнеспособности являются:

- создание в образовательном пространстве воспитывающей среды: выстраивание системы педагогической поддержки формирования жизнеспособности через выявление характера ценностных ориентаций школьников; созданием ситуации успеха, стимулирующей эмоциональное восприятие семейных ценностей.

- взаимодействие семьи и школы, обеспечивающее эмоционально-ценностное отношение подростков к ценностям жизни: здоровье, знание, красота, являющихся основой жизнеспособности личности (психолого-педагогическое просвещение, конференции по обмену опытом, круглые столы, семинары-тренинги, дискуссии и др.);

- разработка и внедрение в практику образовательных учреждений специальных программ, основанных на этнокультурном наследии Дагестана и пропаганда жизнеспособности (программа «Традиции и ценности дагестанского народа в современном социуме»).

Теоретически обоснованная модель формирования эмоционально-ценностного отношения к семье проходила апробацию в условиях экспериментального исследования по обоснованию разработанных педагогических условий; педагогических технологий, форм и средств; этапов формирования эмоционально – ценностного отношения у старшеклассников к семье.

Целью диагностики является изучение контингента учащихся, родителей, семей, проведение их дифференциации по материальному положению, по структуре и типу семьи, по характеру проблем, выявление общего состояния и уровней эмоционально-ценностного отношения старшеклассников к семье.

В качестве показателей сформированности эмоционально-ценностного отношения выступали: широта ценности, эмоциональное принятие ценностей (потребности, мотивы и интересы); когнитивный (знание о ценностях); поведенческий (поступки).

Результаты диагностики подтверждают, что для 48% испытуемых главной ценностью в жизни является семья, 64 % старшеклассников отметили, что наряду с семьей не менее приоритетными являются получение образования и профессиональный рост. Полученные результаты отражают значимость семьи как социального института в системе социальных ценностей старшеклассников.

В соответствии с целью исследования нами был выделен ряд базисных блоков, объединяющих сходные ситуации в проблемах семейного воспитания, это: сложные отношения с родителями, конфликтные отношения со сверстниками, снижение престижа семьи, разброс во мнениях о ценностях (духовных и материальных).

Позитивный результат воспитательной политики, направленной на формирование жизнеспособности у подростков в условиях нестабильного общества возможен на основе консолидированных условий всех социальных институтов. Каждый человек заинтересован в том, чтобы занять достойное место в жизни, чувствовать себя уверенно и защищено в постоянно меняющемся обществе. А это возможно благодаря знаниям, личным качествам, способностям, составляющим основу жизнеспособной личности.

Список литературы

1. Гурьянова, М.П. жизнеспособность личности как педагогический феномен / М.П. Гурьянова // Педагогика. 2006. № 10. с. 43 – 50.
2. Волков Г.Н. Педагогика любви: Избранные этнопедагогические сочинения: В 2 т. Т. – М.: Изд. дом магистр-пресс, 2002. – 460 с.
3. Дубровин В. М. ребенок в современном культурном и образовательном пространстве// Воспитание школьников- 2016.- №4 – С. 68
4. Королева Ю. А. Проблемы жизнеспособности детей и подростков в условиях современного общества // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015.
5. Ушинский К. Д. Педагогические сочинения: В 6 т. Т. 1. / Ред. кол.: С.Ф. Егоров и др. АПН СССР. – М.: Педагогика, 1988. – 414 с.

Апанович Татьяна Михайловна, соискатель

Балтийский федеральный университет им.Иммануила Канта

Калининград, aranovich.tm@mail.ru

Серых Анна Борисовна

доктор психологических наук,

доктор педагогических наук, профессор

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта

Калининград, annaserykh@rambler.ru

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ДЕСЕНСИБИЛИЗАЦИИ И ПЕРЕРАБОТКИ ДВИЖЕНИЯМИ ГЛАЗ В ТЕРАПИИ ПОСЛЕДСТВИЙ ХРОНИЧЕСКОГО РОДИТЕЛЬСКОГО СТРЕССА

Аннотация. Статья представляет результаты изучения актуальной в современном обществе проблемы – эмоционального выгорания, возникшего в результате переживания хронического родительского стресса у матерей младших школьников. В рамках проведения диссертационного исследования нами проведён эксперимент, результаты которого позволяют говорить об успешном применении метода десенсибилизации и переработки движениями глаз в комплексной терапии последствий хронического стресса у матерей представленной выборки.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, родительский стресс, краткосрочная психотерапия, десенсибилизации и переработка движениями глаз, младшие школьники

THE APPLICATION OF EYE MOVEMENT DESENSITIZATION REPROCESSING IN THE TREATMENT OF THE CHRONIC PARENTAL STRESS EFFECTS

Abstract. The article presents the results of studying an urgent problem of modern society – emotional burnout associated with chronic parental stress in mothers of primary school children. We conducted this experiment as part of a dissertation research. The results of the successful application of the method of desensitization and correction of eye movements in the complex therapy of the effects of chronic stress in the mothers of the presented sample were obtained.

Keywords: emotional burnout in mothers, parental stress, eye movement desensitization reprocessing, primary school children, short-term psychotherapy

Введение. В последние годы всё более распространённым в консультативной психотерапии становится запрос матерей на психологическую помощь и поддержку по вопросам обучения и воспитания младших школьников. Данные обращения продиктованы стремлением современных матерей к «правильному» родительству, предполагающему интенсивный вклад во всестороннее развитие ребёнка, который становится «доминирующим жизненным проектом» женщины даже при условии её трудовой занятости [3]. Помимо позитивных моментов, установка на интенсивное родительство несёт риски возникновения родительского стресса, связанного с высоким уровнем родительской вины, проявлением психоэмоциональной (тревожность, раздражительность, слезливость, агрессивность и др.) и/или психосоматической (цефалгии, кардиалгии, инсомнии и др.) симптоматики и развитием эмоционального выгорания матери. Что становится существенным фактором функционирования семьи, влияющим на ресурсное состояние родителя, его адаптационные способности, воспитательные требования, качество отношений в семье и социальную поддержку ребёнка вне ее. Недостаток ресурсов вследствие продолжительного родительского стресса влияет на способность эффективно воспитывать детей, принимать их индивидуальность и выстраивать конструктивные детско-родительские взаимоотношения. На сегодняшний день, проблема совладания с родительским стрессом являет-

ся малоизученной. Также недостаточно разработанными представляются вопросы немедикаментозной психотерапии симптомов эмоционального выгорания, ответы на которые, преимущественно, носят характер профилактических рекомендаций.

Данные противоречия определили цель нашего исследования: выбор и апробация метода, позволяющего в короткие сроки улучшить психоэмоциональное состояние матерей с симптомами ЭВ, воспитывающих младших школьников.

Выборка. В исследовании приняли участие 96 человек – матери с симптомами ЭВ (диагностированными на этапе констатирующего эксперимента [1]), обратившиеся к клиническому психологу за психологической помощью, воспитывая детей с нормативным развитием в возрасте от 6 до 9 лет (m 8 лет). Характеристики выборки: женщины в возрасте от 29 до 54 лет (m 38 лет), 52 матери с единственным ребёнком (50%), 42 матери – 2 детей (44%), 6 матерей – 3 и более детей (6%). 55 из 96 матерей воспитывают ребёнка в полной семье (57%), 41 (43%) воспитывают ребёнка в одиночку (по причине развода, вне брака, длительных (3-6 мес.) командировок партнёра (в том числе в ВКС в Сирии и СВО на Украине). 5 женщин являются приёмными матерями для своего ребёнка (5%). Являются работающими 65 матерей (68%). Симптомами ЭВ, общими для данной выборки, являются: «Тревога» (71%), «Избирательное эмоциональное реагирование» (55%), «Экономия эмоций» (39%), «Деперсонализация» (34%). Обращения матерей данной выборки за помощью к школьному педагогу-психологу по вопросам обучения и воспитания ребёнка имели результатом совет получить помощь клинического психолога или психиатра, что свидетельствует о недостаточной подготовленности школьной психолого-педагогической службы к участию в решении проблем учащихся, связанных с характером семейного взаимодействия.

Методы. Одной из важнейших характеристик психического здоровья является способность индивида к интеграции психобиологических процессов, обеспечивающих согласованность и гибкость действий, что позволяет человеку творчески решать задачи адаптации. В условиях крайнего и продолжительного стресса психический уровень индивида зачастую снижается настолько, что тенденции к действиям и системы действий – основные факторы, организующие личность, оказываются рассогласованы [4]. На наш взгляд, в дифференциальной диагностике ЭВ первоочередное значение имеет симптом деперсонализации – чувство отчуждения от своего «Я», своих мыслей, чувств, ценностно-смысловых компонентов ментального пространства, что

категориально сближает синдром эмоционального выгорания с синдромом посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). В то же время, такие аффективные проявления, как выраженная тревога, апатия, экономия эмоций, редукция материнского взаимодействия, являются характерными для тревожных и депрессивных расстройств. Среди рекомендованных методов немедикаментозной психотерапии тревожных и депрессивных расстройств главенствующее место уже традиционно отводится когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), эффективность которой в данном спектре расстройств подтверждена многими зарубежными и отечественными исследованиями. Однако, КПТ предполагает выполнение сознательных, произвольных и сложных ментальных действий, что требует большего расхода психической энергии и более высокого уровня психической эффективности, чем тот, которым обладают матери с выраженными симптомами ЭВ, большую часть времени функционирующие на низком психическом уровне, в значительной степени искажающем способности к ментализации. Поэтому нами был избран метод десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ), как наиболее полно учитывающий особенности психофизиологического состояния матерей с ЭВ и необходимости достигнуть в кратчайшие сроки ощутимых результатов в переработке негативных переживаний.

Метод ДПДГ является сравнительно молодым среди иных методов краткосрочной психотерапии. Целесообразность применения ДПДГ в терапии не только классического ПТСР, но и иных расстройств аффективного спектра, в последние годы активно изучается, преимущественно в практике зарубежных исследований и мета-анализов.

По мнению Ф. Шапиро, эффективность ДПДГ обусловлена тем, что метод позволяет получить прямой доступ к стрессогенному материалу, на основе взаимодействия с различными модальностями восприятия и памяти. А также тем, что при переработке информации данным методом задействуются системы мозга непосредственно нейрофизиологического уровня [5].

Таким образом, в соответствии с представленными теоретическими обоснованиями, в качестве методов формирующей и контрольной части исследования стали: опрос, беседа; методика «САН», разработанная Первым МГУ имени И. М. Сеченова; стандартный протокол ДПДГ Ф. Шапиро, дополненный протоколами, разработанными коллективом европейских исследователей для работы с тревожностью и депрессией. Обработка материалов эксперимента была проведена

методом математико-статистического анализа (t-критерий Стьюдента) и представлена графически.

Ход эксперимента

1) Проведено входное тестирование по методике САН.

2) В результате анализа их системных взаимосвязей вычленены следующие мишени воздействия: аффективные проявления ЭВ (тревога, апатия, раздражительность, вспыльчивость, слезливость и т.д.); запрет на выражение истинных чувств; негативные самопредставления; травматический опыт семейного взаимодействия; перфекционистские родительские установки.

3) Было проведено по 3 индивидуальных 1.5-часовых ДПДГ-сессии в неделю в течение 3 недель. Первоначальный этап включает сбор данных, подготовку и оценку. Затем ставится задача сессии – выявляются и разбиваются на кластеры все эпизоды стрессогенного взаимодействия с ребёнком. В это же время предъявляется теория лежащая в основе ДПДГ, объясняется механизм действия билатеральной стимуляции. В зависимости от степени выраженности симптомов, матери с ЭВ нуждаются в определённом количестве ресурсных техник [2] на основе билатеральной стимуляции, которыми при необходимости стоит «прославить» сеты переработки. Основываясь на дискомфортном воспоминании, взятом из списка, вызывающих родительский стресс эпизодов, женщина определяет образ, который представляет собой худшую часть её переживаний. Далее выявляется негативное самопредставление (например, “Я плохая мать”). Вводится задача отслеживания движениями глаз. Затем формулируется позитивное самопредставление, чтобы выразить то, во что хотелось бы поверить, думая о своей родительской роли (например, “Я делаю лучшее, что могу”). Десенсибилизация по стандартному протоколу [5] и/или протокол при работе с тревогой [6] и/или протокол при работе с депрессией [7]. «Сканирование» тела. Завершение.

4) Заключительным этапом стало контрольное тестирование, позволяющее оценить эффективность выбранных методов.

Результаты. По данным тест-ретест методики САН на каждом этапе работы с аффективными проявлениями ЭВ можем судить о возрастании субъективного ощущения благополучия до приемлемого уровня за достаточно непродолжительное время. Динамика изменения измеряемых признаков отражена графически на Рисунке 1.

Рисунок 1.

Математическая обработка результатов сравнения входного тестирования и данных тестирования через 3 недели применения ДПДГ подтвердила статистически значимое возрастание измеряемых признаков САН: $t_{ЭМП} = 4.8$, $t_{Кр} = 2.78$ при $p \leq 0.05$, , $t_{Кр} = 4.6$ при $p \leq 0.01$.

Выводы. Исследование возможностей психотерапии симптомов ЭВ в консультативной практике, которая предъявляет к методам требования экономичности и, можно так выразиться, технологичности в сочетании с индивидуальным подходом, что отвечает необходимости восстановления эмоционального и физического самочувствия нуждающихся в стабилизации социального функционирования матерей с ЭВ, до приемлемого для них уровня в кратчайшие сроки – показало высокую результативность метода ДПДГ.

Список литературы

1. Апанович Т. М., Серых А. Б. Симптомы эмоционального выгорания матерей младших школьников: роль установок на интенсивное родительство и стилей родительского отношения // Российский психологический журнал. 2024. Т. 21, № 2. С. 22-34. DOI: [10.21702/rpj.2024.2.2](https://doi.org/10.21702/rpj.2024.2.2)

2. Гиллиген С. «Терапевтические транссы». – М.: Психотерапия, 2011. – 448 с.

3. Ильина Т. И. Эмоциональное выгорание и стресс у женщин-матерей // Social psychology Emotional burnout of mothers and stress. Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches. 2019. Vol. 8, Is. 6A P. 111-118. DOI: [10.34670/AR.2020.46.6.163](https://doi.org/10.34670/AR.2020.46.6.163)

4. Носатовский И. А., Рогачева Т. А., Утенкова С. Н. Клинический подход к проблеме «синдрома эмоционального выгорания» // Социальная и клиническая психиатрия. 2017. Т. 27 № 4, С. 89-92.

5. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры. – М.: Нез. фирма «Класс», 1998. – 496 с.

6. Logie R. D. J., De Jongh A. The "Flashforward procedure": confronting the catastrophe. Journal of EMDR Practice and Research. 2014. 8(1), P. 25-32. <https://doi.org/10.1891/1933-3196.8.1.25>

7. Hase M., Plagge J., Hase A., Braas R., Ostacoli L., Hofmann A. et al. Eye Movement Desensitization and Reprocessing Versus Treatment as Usual

*Асланбекова Эльвира Аслановна,
директор МБОУ «Гимназия №37» им. Героя РФ М. Нурбагандова
Махадов Ахмедия Камирович,
Учитель географии и истории, преподаватель
МБОУ «Гимназия №37» им. Героя РФ М. Нурбагандова
Дагестанский государственный университет
г. Махачкала*

САМОСОЗНАНИЕ И «СОЦИАЛЬНЫЕ РАМКИ» КОЛЛЕКТИВНОЙ ПАМЯТИ

Аннотация. Самосознание этноса – это отражение длящейся во времени коллективной драмы, называемой историей. Россия – государство полиэтничное и поликультурное. В этом отношении Северный Кавказ – регион суперэтнический. Ученые и исследователи все более склонны объяснить проблемы, возникающие в межкультурной коммуникации, растущим самосознанием этносов. Пробуждение этнического самосознания, появление в интеллектуальной среде народов таких настроений, как гордость за свой народ, стремление сохранить духовные ценности – явление закономерное.

Ключевые слова: Россия, Северный Кавказ, этнос, самосознание, коллективная память, история, историческая память.

*Aslanbekova Elvira Aslanovna,
AkhmediyaKamilovichMakhadov*

SELF-AWARENESS AND THE "SOCIAL FRAMEWORK" OF COLLECTIVE MEMORY

Annotation. The self-consciousness of an ethnic group is a reflection of a collective drama lasting over time, called history. Russia is a multieth-

nic and multicultural state. In this regard, the North Caucasus is a superethnic region. Scientists and researchers are increasingly inclined to explain the problems arising in intercultural communication by the growing self-awareness of ethnic groups. The awakening of ethnic consciousness, the emergence in the intellectual environment of peoples of such sentiments as pride in their people, the desire to preserve spiritual values is a natural phenomenon.

Keywords: Russia, North Caucasus, ethnos, self-awareness, collective memory, history, historical memory.

Самосознание этноса – это отражение длящейся во времени коллективной драмы, называемой историей. Россия – государство полиэтническое и поликультурное. В этом отношении Северный Кавказ – регион суперэтнический. Ученые и исследователи все более склонны объяснить проблемы, возникающие в межкультурной коммуникации, растущим самосознанием этносов. Пробуждение этнического самосознания, появление в интеллектуальной среде народов таких настроений, как гордость за свой народ, стремление сохранить духовные ценности – явление закономерное.

Оно, в первую очередь, обусловлено коренными преобразованиями, которые сначала благодаря политике СССР произошли во всех сферах общественной и культурной жизни народов России, а именно – создание государственности (автономии) у тех народов, которые к тому времени находились на уровне традиционных, догосударственных социально – политических отношений, способствовавшее этнической консолидации, единству, создание своей письменности, развитие науки и просвещения, национальной литературы и культуры, а затем в условиях современной демократии.

Речь идет, прежде всего, о возможности, которая появилась у народов России и Дагестана свободно обратиться к своему историческому прошлому, оценить его объективно и понятно. Наряду с этим нарастающие тенденции к социокультурному единению российского общества вступают в противоречие с тенденциями к развитию этнического самосознания, и его пробуждение порой ведет к проявлению различных видов и форм национализма, обострению споров и межэтнических конфликтов.

Само понятие «самосознание», терминологически обозначив его латинским словом «апперцепция», ввел немецкий ученый, математик Г.В. Лейбниц [3, С. 373]. Под апперцепцией философ понимал рефлексивную способность духа, переводящую бессознательное состояние человеческой психики в осознанное. Проблеме самосознания эт-

носа (нации) посвящены работы таких известных обществоведов XX столетия, как Ю.В. Бромлей, Л.М. Дробижева, Н.Г. Скворцов, А.Г. Спиркин, В. А. Тишков, К.Н. Хабибуллин. Вместе с тем, в понимании сущности и структуры этнического самосознания существуют различные подходы. Одни считают его частью сознания этноса, другие сводят его содержание к национальным интересам, третьи подразумевают национальную самоидентификацию личности.

Основы специфической идентификации народов закладывались на протяжении многих столетий. В ходе длительного исторического пути развития народа складывался своеобразный, неповторимый внутренний мир, его менталитет и душа, воплощаясь в этническом самосознании. Как верно подмечает исследователь проблемы В.Х. Акаев, «...этническая идентичность не является раз и навсегда данным и неизменным социальным феноменом. В условиях социальной трансформации она претерпевает заметные изменения, в результате чего актуализируются одни его компоненты, а другие остаются нейтральными» [2, С. 123].

Одним из важнейших оснований самосознания этноса выступает его историческая память. Как известно, предшествующими поколениями любого народа накапливается определенный исторический опыт жизни и деятельности, который составляет своего рода исторический генотип этноса, в котором содержится как положительный потенциал, так и негативный фон развития в дальнейшем. Врастая веками в общественное сознание, при этом влияя на психику человека, исторический опыт и память народа на уровне мифологии определяют его отношение к окружающему миру и социуму. То есть этническое самосознание – это сгусток живой памяти народа и опыта его жизнедеятельности. Вот потому – то неотъемлемой частью самосознания этноса остается ориентированность на наследие прошлого, на традиционно – моральные и правовые модели жизнедеятельности и развития. Этническое самосознание не поддается искусственному воздействию или давлению. Здесь обнаруживается еще одно свойство этнического самосознания – способность законсервироваться, как бы «затаиться», маскируясь в периоды опасности. Так в условиях советской действительности, в период непримиримой борьбы с любыми проявлениями этнической самобытности как «пережитками прошлого», народы Северного Кавказа, в частности Дагестана глубоко вобрали в себя свое, этническое и самобытное и, казалось бы, восприняли иную (хотя и не чуждую его менталитету), советскую идеологию и культуру. Как известно, кодекс советского человека, на первый взгляд, от-

рицал то специфическое, что было присуще национальному характеру и представлениям этноса.

Самосознание этноса неразрывно связано с коллективным сознанием, которое уже на самых разных стадиях истории развития проявлялось в виде «сознания рода». Осознавать себя членом единого коллектива (рода) означает иметь единую волю, оценки и представления. При этом самое ее древнее проявление – это осознание своего несходства с другими. Чувство постоянной тревоги за собственные ценности – территорию обитания, этническую самобытность, культурные достижения, свободу порождало определенные эмоции недоверия и подозрительности. И, к сожалению, дихотомическая ментальная схема «мы и они», «мы и чужие» как родовая характеристика на всем протяжении истории развития этноса продолжает тревожить сознание людей, чрезмерно обостряясь в периоды кризисов и исчезая с их ослаблением или прекращением. Недвусмысленным отражением этого процесса является на примере этнонима чеченцев «вайнахи» («наши люди»), который предполагает противопоставление себя «не нашим» людям. Отрицательная сторона этих представлений заключается в возрождении давно забытых идей и исторических ситуаций, которые заставляют народ периодически вспоминать старые раны и обиды, реставрируют архаичные негативные стереотипы, мобилизуют этнос на неоправданные поступки, ставящие его на грань физического выживания. Мифологический характер представлений довольно часто определяет и мифологизированные надежды, и цели людей. Так, представление о свободе как архетип, как коллективное бессознательное «всплывает» в самые судьбоносные периоды истории народа или нации.

Этнос тут наиболее отчетливо обнаруживает себя и в таком неотъемлемом компоненте самосознания, как осознание им своей территории обитания, которую он исторически занимает. Глубоко веря, что у этноса должно быть определенное место проживания, народ воспринимал территорию обитания как пространство, освоенное только им, а себя автохтоном, и что вне этого пространства бытие этноса невозможно. «Чужая» территория не только представлялась непонятной, но и опасной для жизни. Для этносов, занимавших определённую территорию, она была условием выживания – по крайней мере, так им представлялось. Об этом свидетельствует фольклор народов Северного Кавказа, в котором ключевым является понятие свободы, имеется в виду свобода от «других». Внутри общества свободы как таковой не было и не могло быть, поскольку оно регулировалось на основе морали. Внешним механизмом регулирования выступало общественное мнение, а внутренним – совесть.

Показателем уровня развития этнического самосознания является способность этноса к рационально взвешенным межэтническим отношениям, к стратегическим дипломатическим действиям. Хотя естественная необходимость обороны территории своего обитания и формировала в сознании этноса неприятие всех, кто мог бы претендовать на нее, все же определяющей социально – психологической основой функционирования общества являлась не врожденная агрессия по отношению к другим народам, а вполне закономерная в тех условиях дихотомическая ментальная схема «мы» и «они», которая переходила в состояние войны только в случае угрозы его независимому существованию. По справедливому замечанию политолога, бывшего главы РД и известного общественно – политического и государственного деятеля Р.Г. Абдулатипова, «предрассудки и крайности исторически всегда существовали, когда речь шла о разных народах, культурах и религиях. Здесь оценки «свой» и «чужой» проявляются гипертрофированно» [1, С. 34].

В целом же характерной чертой самосознания этноса является толерантное, терпеливое и бережное, уважительное отношение к чести и достоинству иных народов и уважение тех же качеств, проявленных по отношению к себе. Доказательство тому – принципы и нормы поведения, ориентированные на традициях добрососедства, гостеприимства, оказание помощи, которые складывались в межэтнических отношениях народов Северного Кавказа с русским и другими народами нашей страны. Как пишет В.В. Черноус, «даже в условиях военных действий культурное взаимодействие между народами Кавказа с русским народом не прерывалось. Русский канал влияния на культуру народов Северного Кавказа постепенно вытесняет роль восточного... В свою очередь, русская культура обогащалась сюжетами, образцами, смыслами и символами, связанных с Кавказом» [4, С. 203].

Таким образом, этнос – это реальность, существующая во времени и пространстве, имеющая свою историю, территорию обитания, самобытную культуру. А носителем этой информации является этническое самосознание. Человек же вне этой информации не сможет идентифицировать себя с данной этнической общностью. Значение самосознания в процессе идентификации настолько велико, что даже некоторые изменения таких важных этнических признаков, как потеря территории проживания, языка, традиций и т.д., не меняют, не разрушают этническую идентичность. Это самый стабильный показатель этнической группы, поскольку концентрирует в себе социально –

психическую природу этноса, выработанную многими поколениями его представителей и зафиксированную в исторической памяти.

В современных исследованиях в области гуманитарных дисциплин феномен коллективной памяти зачастую видится как антитеза истории. Важнейшим инструментом исследования социальной или коллективной памяти является понятие «рамка». Рамка – это совокупность «опорных точек и системных единиц», к которым мы привязываем свои личные воспоминания, та самая интереснейшая и субъективная среда, которая служит основанием индивидуальной памяти. В некотором отношении понятие рамки тождественно понятию «множество событий».

В повседневной жизни так или иначе усвоенные исторические сведения (события, даты и факты) «господствуют» над нашим сознанием. Определенное истолкование того или иного события нам было известно, возможно, задолго до того, как мы узнали об исторической дисциплине и ее методах исследования. Религиозные обряды и вообще имеют продолжительность существования куда больше, нежели продолжительность жизни отдельного человека. Устная или письменная форма коммуникации из далекого прошлого до сегодняшнего дня донесли до нас багаж культурного наследия, которым мы продолжаем активно пользоваться. Нельзя не уточнить – он именно актуален, не связан с забвением или полной смертью для тех или иных сообществ.

Таким образом, проблема корреляции истории и коллективной памяти возникает лишь на уровне восприятия. Первая выступает как научное реконструирование прошлого, вторая – как живое воспоминание. В остальном же эти 2 феномена неразрывно взаимосвязаны. Они дополняют друг друга и формируют комплекс определенных тем – будь то тема «мест памяти», идентичности, смены ментальности или коммеморативных переживаний. Не нужно забывать тот факт, что коллективная память как «некая биография» сама по себе исторична. В таком ключе рассуждение и понятие социальных рамок памяти обеспечивает себе включенность и в историю – процесс, и в историю – память. При этом существует вероятность, что ментальность детерминирована и в определенной степени действительно построена на «рамках».

Список литературы

1. Абдулатипов Р.Г. Этнополитология. – М.: Питер, 2004.
2. Акаев В.Х. Чеченское общество в поисках геополитической и социокультурной идентичности / Современные проблемы геополитики Кавказа. – Ростов н/Д: СКНЦ ВШ, 2004

3. Лейбниц Г.В. Письмо к Софии – Шарлотте / Лейбниц Г. Соч.: В 4 т. – М., 1984. Т.3.

4. Черноус В.В. Кавказская горская цивилизация – объект цивилизационно – культурного взаимодействия в Черноморско – Каспийском регионе / Традиционализм и модернизация на Северном Кавказе. Южнороссийское обозрение. №23. – ростов н/Д: СКНЦ ВШ, 2004.

Ахмедпашаева Калимат Арслановна
к. п. н., ст. преподаватель кафедры психологии
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»,
г. Махачкала, kalimat79@mail.ru

АНАЛИЗ ПОДХОДОВ К ОЦЕНКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. В статье представлен анализ подходов к пониманию и оценке психологического благополучия школьников. Образовательная среда рассматривается как часть жизненной среды человека. Психологическая безопасность - одна из ее психологических характеристик.

Ключевые слова: психологическое благополучие, безопасность образовательной среды, субъективное восприятие психологического благополучия.

Akhmedpashayeva Kalimat Arslanovna

ANALYSIS OF APPROACHES TO ASSESSING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF SCHOOLCHILDREN

Annotation. The article presents an analysis of approaches to understanding and assessing the psychological well-being of schoolchildren. The educational environment is considered as a part of human life environment. Psychological safety is one of its psychological characteristics.

Key words: psychological well-being, safety of educational environment, subjective perception of psychological well-being.

Понятие «благополучие человека» имеет широкое толкование в различных областях науки (философии, психологии, педагогике, медицине, и т.д.), так как данное состояние зависит от множества внутренних и внешних для человека факторов и представляет собой многогранное явление. Состояние благополучия (физического, душевного

и социального), с точки зрения Всемирной организации здравоохранения, определяет уровень «здоровья» человека: чем выше субъективное ощущение благополучия человеком, тем более здоровым он является [2].

В 90-е годы XX века отечественные психологи обратили внимание на феномен психологического благополучия. Исследованиями по этой теме занимаются А.В. Воронина, А.Е. Созотов, З.Х. Лепшокова, Г.Л. Пучкова, Н.К. Бахарева, П.П. Фасенко. В западных исследованиях возникло два течения – гедонистическое и эвдемонистическое. Сторонники гедонистического подхода Д. Кайнемен, Э. Динер, М. Аргайл, Н. Шварц, Н. Брэдбурн рассматривают психологическое благополучие как феномен, обусловленный окружающей средой и позитивными переживаниями. Н. Брэдбурн рассматривал психологическое благополучие как баланс, возникающий при взаимодействии позитивного и негативного аффекта.

Сторонники эвдемонистического подхода (К. Рифф, Р. Райан, Э. Дисси, А. Вотермен) рассматривают развитие и саморазвитие самой личности, считая самопреобразование личности и преобразование окружающего мира способом достижения психологического благополучия и гармонии. А.В. Воронина определяет психологическое благополучие как системное качество человека, обретаемое на основе психофизиологической сохранности функций, как условие реализации потенциальных возможностей и способностей личности [3]. Личностный рост, самопринятие, управление средой, автономия, цели в жизни, позитивные отношения с окружающими - это компоненты позитивного функционирования, по Т.Д. Шавеленковой, П.П. Фесенко, С.Ю. Семенову. Они упоминают об удовлетворенности собой и собственной жизнью в своей теории психологического благополучия [4].

Образовательная среда является частью жизненной среды человека, а психологическая безопасность представляет собой одну из ее психологических характеристик. Проблема психологической безопасности и концепция ее создания в образовательной среде практически отсутствует. Именно поэтому в последние годы обострился интерес к определению этого важного социально-психологического феномена. Проблема психологического благополучия школьников в последние годы является очень актуальной и привлекает внимание специалистов различных сфер общественной деятельности.

Благополучие – это многофакторный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов. Этот сложный

продукт – результат влияния генетической предрасположенности, среды и особенностей индивидуального развития [2].

Субъективное восприятие психологического благополучия - ощущение поддержки со стороны социально значимого окружения и, как следствие, доминирование чувства уверенности и компетентности личности (Я – любимый, успешный, уверенный в себе).

Существует несколько подходов к пониманию и оцениванию психологического благополучия у школьников. Психологическое благополучие школьников рассматривается исследователями как субъективное ощущение удовлетворенности жизнью или как состояние психологического здоровья. Психологическое благополучие является существенным условием развития и социализации обучающихся. Многофакторные модели психологического благополучия (М. Ягода, К. Рифф, Ю.В. Бессонова, А.М. Прихожан) указывают на связь психологического благополучия с физиологическими и социально-психологическими характеристиками личности, которые являются основой для самореализации человека. Интерес к феномену психологического благополучия возник у психологов во второй половине XX века. И.В. Дубровина указывает на связь психологического благополучия школьников с социальной ситуацией развития ребенка. С точки зрения Л.С. Выготского, социальная ситуация развития является важнейшей характеристикой условий, обеспечивающей позитивное развитие ребенка. Если ребенок переживает среду своего обитания как благополучную, если семейная и школьная ситуация воспринимается ребенком как благополучная и обеспечивающая его психологических комфорт, то эта среда обладает развивающим эффектом и способствует развитию у школьника чувства доверия к себе и окружающему миру.

Одной из важнейших характеристик образовательной среды, обеспечивающих позитивное развитие обучающихся и влияющих на их психологическое здоровье, является психологическая безопасность (В.В. Рубцов, И.А. Баева). «Психологическая безопасность образовательной среды определяет динамическое равновесие между человеком и социальной средой в сторону повышения психического здоровья личности и ее психосоциального благополучия»

С точки зрения И.А. Баевой, под психологической безопасностью образовательной среды понимается среда, «свободная от психологического насилия». Именно такая среда будет способствовать удовлетворению потребности в личностно-доверительном общении всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, их родителей

(законных представителей), административных и педагогических работников), что создает условия для развития референтной (личностно-значимой) среды и сохранения психического и психологического здоровья включенных в нее участников.

Помимо среды образовательной организации на ребенка также оказывают влияние и другие социальные институты: семейное окружение, референтная группа сверстников, с которыми ребенок общается очно или в социальных сетях, средства массовой информации и многое другое. Б. Настази предложила рассматривать психологическое благополучие школьников в контексте влияния на его формирование и поддержание индивидуальных и социокультурных факторов.

К индивидуальным факторам относятся:

- социально значимые компетенции (академические, физические и т.д.),

- социально-психологические ресурсы (способствующие эффективной адаптации и коммуникации), - персональная уязвимость (индивидуальные риски ребенка, связанные с его историей развития).

Группу социокультурных факторов составляют:

- социокультурные особенности сообществ, в которые включен ребенок, агенты социализации (родители, учителя, сверстники, СМИ),

- социально-культурные стрессоры (насилие, бедность, конфликты и т.д.),

- особенности культурных норм взаимодействия и формы приобретения социального опыта.

А.М. Прихожан была предложена программа изучения образовательной среды в контексте психологического благополучия личности школьников [7]. Ученым были выделены следующие 5 показателей эффективности образовательной среды:

- стиль педагогического общения;
- ожидания учителя в отношении учащихся;
- психологический климат класса и школы;
- характеристики выраженности оценочного компонента образовательной среды («оценочная напряженность»);
- эмоциональное самочувствие.

А.В. Ворониной представлено психологическое благополучие состоящим из четырёх относительно автономных иерархических уровней:

- 1) психосоматическое здоровье как отражение взаимосвязи психической и соматической сферы человека;

- 2) социальная адаптированность как состояние уравновешенности с социальной средой;

3) психическое здоровье как проявление внутренней целостности и определённости, гармонии с окружающей средой, личной зрелости и согласия с самим собой;

4) психологическое здоровье как способность к нахождению смысла своего существования [3].

Проведенный анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников еще раз подчеркнул разнообразие как в трактовке самого термина «психологическое благополучие», так и в способах его оценки. Наиболее теоретическими обоснованными являются следующие варианты оценки психологического благополучия личности:

- оценка субъективного ощущения, переживания психологического благополучия;

- диагностика психологического здоровья как важного условия психологического благополучия школьника;

- оценка уровня саморазвития и стремления к самоактуализации у обучающихся (актуально начиная с подросткового возраста);

- оценка особенностей когнитивной сферы школьников, прежде всего - оптимистического стиля мышления и способности к рефлексивной деятельности;

- диагностика особенностей социальной ситуации развития и среды обитания ребенка, прежде всего, семейной ситуации развития и психологической безопасности образовательной организации.

Ключевым элементом в структуре психологического благополучия выступает именно психологическое здоровье как степень эмоционального благополучия и характер удовлетворенностью жизнью. В данном аспекте важным является положение Е.П. Ильина, который определяет удовлетворенность как устойчивое долгосрочное положительное эмоциональное отношение (установку) человека к чему-либо, возникающее в результате неоднократно испытанного удовлетворения в какой-то сфере жизни и деятельности [5].

Исследование психологического благополучия детей младшего школьного возраста осуществлялось с применением методик: шкала измерения удовлетворенности жизни школьников (Huebner's Student Life Satisfaction scale; адаптация Топоркова, Слободская и др., 2015); общий опросник оценки качества жизни – Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL™ 4.0), опросник «Сильные стороны и трудности» (Strengths and Difficulties Questionnaire; адаптация Гудман, Слободская, Князев 2005). Исследования детского благополучия традиционно включают один или несколько показателей здоровья и благополучия детей, которые приводят к позитивной адаптации, в том числе

счастье и позитивный аффект, удовлетворенность жизнью, психическое здоровье и психологическую адаптацию, способность справляться со стрессом, позитивный взгляд на жизнь, оптимизм, самооценку и Я-концепцию, самопринятие, позитивную личностную идентичность и социально-эмоциональное функционирование.

Известно, что большую часть времени ребенок проводит в школе, общаясь со сверстниками и педагогами. Тип взаимодействия со взрослыми является очень серьезным фактором, влияющим как на развитие ребенка, так и на его психологическое благополучие. Поэтому важно изучать особенности восприятия психологического благополучия всеми участниками образовательного процесса. Психологическое благополучие понимается как многофакторный конструкт, представляющий сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов.

Список литературы

1. Ананьев В.А. Практикум по психологии здоровья: метод. пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике. - СПб.: Речь, 2007. - 320 с.

2. Ахрямкина Т.А., Чаус И.Н. Психологическое благополучие учащихся в образовательной среде: Монография. Самара: СФ ГБОУ ВПО МГПУ, 2012. 104 с.

3. Воронина А.В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: ав-тореф. дис. ... канд. психолог. наук. - Томск, 2002.

4. Васильева, С. А. Структурные и динамические особенности студенческого адаптационного синдрома /С. А. Васильева: дис. ... канд. психол. наук. - Санкт-Петербург, 2000. - 185 с.

5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: Питер, 2001. - 752 с.

6. Клиническая психология: учеб. / под ред. Б. Д. Карвасарского. - СПб.: Питер, 2002. - С. 951-952.

7. Прихожан А. М. Психология тревожности. - СПб.: Питер, 2007.

*Багандова Гулаймат Хайруллаевна,
к.пс.н., доцент кафедры психологии
ДГПУ им Р. Гамзатова, Махачкала, bgulaymat@mail.ru;
Давудова Айзанат Рамазановна,
к.пс.н., старший преподаватель кафедры психологии
ДГПУ им Р. Гамзатова, Махачкала, dajzanat@inbox.ru*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Аннотация. В статье рассматривается психолого-педагогическое сопровождение детей участников специальной военной операции. Описываемая психологическое сопровождение детей участников СВО, выполняется по следующим направлениям: психологическая диагностика, психологическое консультирование, психологическая коррекция, психологическая профилактика.

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, психоэмоциональное состояние, коррекционно-развивающая работа, психологическое консультирование, психотравмирующий фактор, психологическая помощь.

*Bagandova Gulaimat Khairullayevna
Davudova Aizanat Ramazanovna*

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN OF PARTICIPANTS IN A SPECIAL MILITARY OPERATION

Abstract: the article discusses the psychological and pedagogical support of children participating in a special military operation. The described psychological support for the children of the participants of the SVO is carried out in the following areas: psychological diagnosis, psychological counseling, psychological correction, psychological prevention.

Keywords: psychological and pedagogical support, psycho-emotional state, correctional and developmental work, psychological counseling, traumatic factor, psychological assistance.

Проводимая нашей страной специальная военная операция (СВО) стала серьезным испытанием не только для ее непосредственных уча-

ственников военнослужащих, но и для членов их семей. Разлука с близкими, постоянное беспокойство за их жизнь и здоровье, необходимость адаптироваться к изменившимся жизненным условиям – все это может оказывать существенное негативное влияние на психологическое состояние и субъективное благополучие родственников военнослужащих.

В последнее время в Российской Федерации образовательный процесс уделяет особое внимание социально-педагогическому и психологическому сопровождению школьников и студентов. Особенно это актуально сейчас в связи с проведением специальной военной операции (СВО) в России. В соответствии с этим появилась новая группа детей, требующих особого внимания в образовательном процессе – дети из семей участников и ветеранов СВО. Дети участников (ветеранов) СВО, военнослужащих, погибших или получивших различные увечья, либо заболевания при исполнении обязанностей военной службы нуждаются в корректном, внимательном подходе, в соблюдении требований в организации психолого-педагогического сопровождения. Психолого-социальное сопровождение и профилактика психоэмоционального состояния данной группы стали одной из важных задач современного российского общества.

По определению Пономарёва Е.Ю. психологическое сопровождение понимают как целостную и согласованную систему мероприятий по психологической диагностике, психологическому просвещению и профилактике, психологической коррекции, психологическому консультированию, при необходимости психологической реабилитации [5].

Участие близких родственников в боевых действиях, обстоятельства возможной угрозы жизни, потери близких вызывают негативные психические состояния у членов семей военнослужащих участников СВО. А также является сильным психотравмирующим фактором, проявляющийся в форме негативных эмоций: горя, отчаяния, тревоги, страха, депрессии, вины, агрессии, раздражительности, дисфории. В некоторых случаях развивается и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), требующее особого внимания специалистов. Такая ситуация сказывается и на детях участников СВО, интенсивные негативные эмоции способны дезорганизовать как у детей, так и у других членов семьи когнитивную деятельность, затрудняя адаптацию к происходящим событиям. Так, чрезмерные переживания, такие как страх, паника, ужас, могут нарушать адекватное восприятие реальности, препятствующее принятию решений по выходу из стресса. Чрезмерный стресс может способствовать развитию зависимостей, провоци-

ровать суицидальное поведение. В результате делает необходимой организацию психологической помощи семьям участников, погибших или пострадавших военнослужащих участников СВО. Психологическая помощь семьям участников (ветеранов) СВО должна быть направлена на то, чтобы помочь им адаптироваться к новой реальности, принять изменения в жизни и найти пути гармоничного существования в новых условиях.

Психолого-педагогическое сопровождение детей участников СВО должно быть направлено на формирование благоприятного психологического климата, необходимого для сохранения и восстановления психологического здоровья детей участников СВО. Психологический климат предполагает создание условий, при которых все участники образовательных учреждений чувствуют поддержку со стороны друг друга. Для того, чтобы создать благоприятный психологический климат в образовательной организации педагогическим работникам важно проводить мероприятия, направленные на формирование позитивного отношения обучающихся к учебному процессу, на обучение коммуникативным навыкам, навыкам саморегуляции, совладания в трудных и проблемных ситуациях, а также на создание системы психологической поддержки. Такие меры способствуют обучающимся развивать способность к сопереживанию, уважению и принятию других людей.

Деятельность психолога по психологическому сопровождению детей участников (ветеранов) СВО выполняется по следующим направлениям: психологическая диагностика обучающихся, включающая наблюдение, коррекционно-развивающая работа с обучающимися, психологическое консультирование, психопрофилактика, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в процессе обучения.

В отношении обучающихся, чьи родители являются участниками СВО, в образовательной организации следует на постоянной основе проводить мониторинг их психологического состояния. В случае выявления признаков неблагоприятных и деструктивных состояний у обучающихся, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании, разумно организовать взаимодействие между психологами и родителями, не участвующими в СВО.

Одной из задач психологического сопровождения является также помощь в выстраивании взаимоотношений и общения между членами семей участников (ветеранов) специальной военной операции. В результате участия в военных действиях может появиться не только физическая дистанция, но и психологические барьеры – утрачено дове-

рие и гармония в отношениях между партнерами или другими членами семьи. Психологи помогают восстановить каналы коммуникации между членами семьи, наладить контакты, отношения [6].

Как показывает практика, все семьи участников СВО, нуждаются в психологической поддержке и консультировании, поскольку длительный период специальной военной операции кардинально изменяет психологическое состояние семьи участника СВО. Изменяется эмоционально- психологическое состояние женщины на фоне постоянной тревоги, а в социальном плане она дополнительно нагружена решением бытовых вопросов и ответственности за детей.

Разлука с отцом для всех детей разного возраста всегда психологически травматична. И поэтому родным и педагогам очень важно оказывать им психологическую поддержку. Однако не каждое событие может вызвать травматический стресс. Психологическая травма возможна, в случае произошедшее событие осознаваемо, то есть человек знает из-за чего у него ухудшилось психологическое состояние, а также пережитое разрушает привычный образ жизни.

В образовательных учреждениях с детьми и обучающимися, чьи родители были мобилизованы, в обязательном порядке необходимо оказывать психологическую помощь. Проводимая работа как с детьми, так и с его родителями и педагогами позволит сохранению нормального психологического состояния. Организация доступной психологической поддержки для каждого члена семьи участников СВО является важным элементом адаптации семьи к текущей ситуации и активизации ее ресурсов для дальнейшего функционирования.

При необходимости психологом проводится коррекция психолого-педагогических рисков, трудностей в проявлении состояний, поведении, адаптации и содействие социально-психологической реабилитации детей участников СВО. Коррекционно-развивающая работа с детьми, участников СВО должна быть направлена на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения, преодоление проблем в поведении. А также следует организовать взаимодействие с педагогами, учителями, дефектологами, учителями-логопедами, социальными педагогами по психолого- педагогической коррекции выявленных в психическом развитии детей участников СВО недостатков, нарушений социализации и адаптации.

Рекомендуемые программы психолого-педагогического сопровождения, включая коррекционно-развивающие, профилактические программы, а также перечень диагностического инструментария под-

робно представлены в методических рекомендациях по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях, с учетом возрастных особенностей и категорий обучающихся [2].

В разработанных учеными методических рекомендациях особое внимание уделяется работе с семьями участников специальной военной операции, психологическом сопровождении процесса адаптации семьи при возвращении военнослужащих из зоны боевых действий, из плена, сопровождении семей без вести пропавших, погибших, получивших ранения разной степени тяжести.

Список литературы

1. Быков А.В. Психологическая служба в учреждениях социально-педагогической поддержки детей и подростков: учебное пособие для вузов / А. В. Быков, Т.И. Шульга. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2024.

2. Методические рекомендации для программ обучения специалистов по психолого-педагогическому сопровождению и социальной адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий / Под ред. О.Е. Хухлаева, О.С. Павловой, Н.В. Тарулиной. – М.: ФГБОУ ВО «МГППУ», 2022. – 532 с.

3. Организация системы межведомственного адресного сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей / О.А. Ульянина, Н. Н. Дмитриева, Р.А. Прокопишин. - Текст: электронный // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: материалы V Всероссийской научно-практической конференции (Екатеринбург, 6-7 апреля 2023 г.). - Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2023. - С. 76-84. - URL: <http://elar.urfu.ru/handle/10995/124863>.

4. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. - Ростов н/Д : Феникс, 2005.

5. Пономарёва Е.Ю. Задачи и содержание психологического сопровождения образовательного процесса в высшей школе // Ped. Rev.: [website]. 2016. № 4 (14).

6. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. - М.: МГППУ, 2024. 40 с.

7. Шульга Т.И. Психологическое сопровождение семьи: учебное пособие для вузов / Т. И. Шульга. - 2-е изд. - Москва: Издательство Юрайт, 2024.

Байсонгуров Ибрагим Байсонгурович

*к. пс. н., доцент кафедры психологии развития личности,
и.о. декана факультета социальной педагогики и психологии,
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова», г. Махачкала*

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ ДЛЯ РАБОТЫ СО ШКОЛЬНИКАМИ, НУЖДАЮЩИМИСЯ В ПОВЫШЕННОМ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ВНИМАНИИ

Аннотация. Вопрос формирования у будущих педагогов-психологов компетентности к осуществлению психолого-педагогического сопровождения обучающихся, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании (ПППВ) является одним из актуальных в профессиональной подготовке психологов образования. В этой связи, автором предложено включение в учебный процесс специального курса дисциплины «» для студентов 4 курсов факультета социальной педагогики и психологии.

Ключевые слова: формирование профессиональных компетенций у студентов, готовность педагогов-психологов к решению профессиональных задач.

Baysongurov Ibrahim Baysongurovich

FORMATION OF PROFESSIONAL COMPETENCIES OF FUTURE EDUCATIONAL PSYCHOLOGISTS FOR WORK WITH SCHOOLCHILDREN IN NEED OF INCREASED PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ATTENTION

Abstract. The issue of the formation of competence among future teachers of psychology to provide psychological and pedagogical support to students in need of increased psychological and pedagogical attention (PPD) is one of the most relevant in the professional training of educational psychologists. In this regard, the author proposed the inclusion in the educational process of a special course of the discipline "" for 4th year students of the Faculty of Social Pedagogy and Psychology.

Keywords: the formation of professional competencies among students, the readiness of teachers-psychologists to solve professional problems.

В современных условиях задачи обеспечения психологической безопасности образовательной среды являются неотъемлемой частью управления деятельностью образовательных учреждений.

Одной из актуальных задач обеспечения психолого-педагогического сопровождения категории обучающихся с ПППВ, которая вызвана необходимостью в психологическом сопровождении учащихся образовательных организаций, родители или законные представители которых являются участником СВО проводимой нашей страной на территориях других стран с одной стороны и современными возможностями специализированной помощи – с другой.

Новые вызовы, происходящих в современном мире определенным образом, влияют на процессы, происходящие в образовательном пространстве, наблюдается стремительный рост количества детей и подростков, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании со стороны родителей, учителей, социальных педагогов и педагогов-психологов.

Профессиональная компетентность, согласно Казаковой А.Ю., является интегральным образованием личности и проявляется в ее знаниях, умениях, навыках, опыте, личных свойствах, обуславливающих готовность индивида к выполнению профессиональной деятельности [1, С. 252].

Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, находящихся в кризисных состояниях, предполагает соблюдение организационных требований к проведению профилактических, диагностических и консультационных мероприятий, следование принципам деятельности педагога-психолога психологической службы образования в кризисной ситуации, алгоритмам оказания психологической помощи с учетом эмоционального состояния участников образовательных отношений. В целом, создание благоприятного психологического климата в образовательной организации является важной задачей, которая требует комплексного подхода и систематической работы, содержательных мероприятий, направленных на сохранение и (или) восстановление психологического здоровья детей ветеранов (участников) СВО [2].

В исследовании Шемпелевой Н.И., Пестовой И.В. отмечается о наличии профессиональных дефицитов у специалистов психологической службы в системе образования, где установлено, что одной из причин низкого уровня профилактической работы педагога-психолога, проводимой в образовательных организациях, – это дефицит знаний и умений [3, С. 60].

Одним из основных показателей выпускника высшего учебного заведения является наличие у него сформированных ключевых профессиональных компетенций. С целью эффективного решения новых проблем, сложившихся в образовательной практике, растут и требования к уровню подготовки педагогов-психологов, обладающих такими характеристиками как оперативность, креативность, мобильность, конкурентоспособность, умение адаптироваться к новым условиям, потребность в постоянном самосовершенствовании.

Нами предложено включить в образовательную программу будущих педагогов-психологов курс дисциплины «Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы повышенного психолого-педагогического внимания» перед выходом студентов на практику.

Основными задачами, реализуемыми при изучении данного курса, являются:

- знание и применение методологии сопровождения детей и подростков группы риска;
- усвоение основ психолого-педагогической деятельности, ее специфики, основных задач, направлений, критериев эффективности применения технологий психолого-педагогического сопровождения детей и подростков группы риска;
- применение современных информационных технологий, планирования и реализации программы системного пролонгированного сопровождения;
- психологическое просвещение специалистов смежных профилей, а также других лиц, участвующих в процессе сопровождения.

После усвоения дисциплины студенты отрабатывают во время прохождения практики следующие компетенции:

- знать психологические особенности детей, нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании и методы работы с данной категорией учащихся;
- уметь составлять программы системного пролонгированного сопровождения детей и подростков;
- владеть способами и навыками планирования психолого-педагогического сопровождения детей и подростков группы риска.

Апробация предлагаемого и разработанного нами и курса дисциплины «Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы повышенного психолого-педагогического внимания» позволит на примере студентов четвертого курса факультета социаль-

ной педагогики и психологии Дагестанского государственного педагогического университета им. Р. Гамзатова, позволит проработать систему формирования профессиональных компетенций будущих педагогов-психологов для работы со школьниками группы риска.

Список литературы

1. Казакова, А.Ю. Формирование профессиональных компетенций у будущих педагогов-психологов // Молодой ученый. – 2020. – № 11 (301). – С. 251-253. – URL: <https://moluch.ru/archive/301/68079/> (дата обращения: 12.10.2024).

2. Письмо Минпросвещения России от 11.08.2023 N АБ-3386/07 "О направлении Алгоритма" (вместе с "Алгоритмом сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической"). // [Электронный ресурс] <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-11082023-n-ab-338607-o-napravlenii/>

3. Шемпелева Н.И., Пестова И.В. Профилактическая компетентность педагога-психолога как фактор его профессионального развития // Вестник практической психологии образования. 2020. Том 17. № 3. С. 58-67. DOI:10.17759/ bpre.2020170305.

Билида Настасия Сергеевна
магистрантка, кафедра общей и прикладной психологии,
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»,
Россия, г. Барнаул, 89133644842@mail.ru

Шамардина Марина Валерьевна
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и прикладной психологии,
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет»,
Россия, г. Барнаул, marav_sh@mail.ru

МЕТОДЫ СНИЖЕНИЯ ДЕЗАДАПТИВНЫХ СОСТОЯНИЙ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Аннотация. В статье выделены действенные методы по адаптации военнослужащих специальной военной операции (далее СВО) зрелого возраста, принимавших участие в боевых действиях. Предложены возможные группы методов снижающие дезадаптивные состояния военнослужащих СВО зрелого возраста.

Ключевые слова: адаптация, дезадаптивные состояния, методы адаптации, военнослужащие зрелого возраста, участвующие в СВО, стресс-факторы.

Shamardina Marina Valeryevna,
Bilida Nastasia Sergeevna

METHODS OF REDUCING MALADAPTIVE STATES IN MILITARY PERSONNEL OF SPECIAL MILITARY OPERATIONS.

Abstract. The article identifies effective methods for the adaptation of servicemen of mature age who have participated in combat operations during the special military operation (hereinafter referred to as SWO). Possible groups of methods are proposed to reduce maladaptive states among servicemen of mature age involved in the SWO.

Keywords: adaptation, maladaptive states, adaptation methods, servicemen of mature age participating in SWO, stress factors.

Исследования показали, что среди ветеранов боевых действий значительно большой процент мужчин проявляют впоследствии в си-

туациях по адаптации к мирной жизни различные формы дезадаптивного поведения [8, с.13]. Поэтому была поставлена цель исследования особенностей дезадаптации личности ветеранов СВО, их системы жизненных ценностей для подбора методов по оптимизации адаптивных возможностей личности и снижения дезадаптивных состояний.

Работы, в которых были рассмотрены особенности дезадаптивных состояний у участников специальной военной операции, которые принимали участие в активных боевых действиях в основном исследуют проблемы посттравматического стресса (Р.А. Абдурахманов, В.В. Березовец, В.В. Знаков, И.О. Котенев, Е.О. Лазебная, М.Ш. Магомед-Эминов, А.Г. Маклаков, Н.В. Тарабрина, Э.Р. Яппарова, А.М. Гринкер, С. М. Горовиц, А.В. Белинский, М.В. Лямин, Ю.С. Голов, Е.В. Салмон и др. Среди зарубежных психологов данный вопрос изучали Ж. Ференци, Г. Зимель, Г. Арчибальд, Р. Таденхем и др.

Актуальность нашего исследования обусловлена тем, что в связи с проведением специальной военной операции в Луганской и Донецкой Республике особую актуальность приобретает проблема сохранения физического и психического здоровья военнослужащих, побывавших в экстремальных условиях, а так же организации их социально-психологической реабилитации и адаптация в обществе.

В структуре жизненного пути военнослужащих участников военных действий выделяются основные этапы: детство–юность, служба в армии, этап пребывания на войне и этап адаптации к мирной жизни, затем наступает переходный этап – адаптация к гражданской жизни, жизнь в гражданском обществе [7, с.464].

Целью исследования стало выделить ключевые методы адаптации для военнослужащих после СВО, которые могут способствовать стабилизации эмоционального состояния военнослужащих зрелого возраста после СВО.

На основе данного исследования можно делать вывод о том, что наиболее важными свойствами личности военнослужащего СВО являются: высокая ответственность и дисциплинированность, устойчивость к стрессу и экстремальным условиям, физическая и психологическая выносливость, смелость, отвага и решительность, высокий уровень самообладания. Военнослужащие зрелого возраста, вернувшиеся из зоны военных действий, могут страдать от отчуждения, изоляции и непонимания, сознательно уходят от контактов с окружающими, так как у них возникает страх быть не понятыми, поэтому комфортными коммуникации для них – это коммуникации с сослуживцами [4, с.298]. Участникам боевых действий сложно думать о

будущем так как, жизнь раскладывается на «до» и «после» травмирующих событий – это состояние названо чувством укороченной жизненной перспективы, что может спровоцировать развитие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), симптомы избегания и дистанцирования, дисфункционального гнева [13, с.130].

Процесс адаптации описан с разных методологических подходов: в психоаналитической концепции в виде обобщенной формулы: «конфликт – тревога» – «защитные реакции». З. Фрейд под «адаптацией» понимал процесс установления гомеостатического равновесия между личностью и требованиями внешнего окружения (среды). В русле гуманистического подхода целью «адаптации» является достижение позитивного духовного здоровья и соответствия ценностей личности ценностям социума [12, с.38]. Бихевиористы под адаптацией понимали процесс изменений (физических, социально-экономических или организационных) в поведении, социальных отношениях или в культуре в целом. Представители гештальтпсихологии считают, что «адаптация» – это конфликт между личностью и обществом [11, с.47].

Военные психологи отмечают, что процесс адаптации можно рассматривать с позиций своеобразной перестройки потребностно-мотивационной сферы, комплекса имеющихся навыков, умений и привычек, через освоение новых социальных ролей для достижение нового статуса в коллективе и т.д. [5, с.241].

Наряду с рассмотрением, подходов к понятию «адаптации» традиционных школ психологии, необходимо отметить следующие подходы к изучению особенностей адаптации военнослужащих переживших боевой стресс. Итак, медицинский подход рассматривает «адаптацию» как процесс восстановления физического и психического здоровья после участия в боевых действиях. Фокусируется на лечении посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и других психологических травм. Социальный подход рассматривает «адаптацию» как процесс реинтеграции военнослужащих в общество, фокусируется на восстановлении социальных связей, трудоустройстве и поиске смысла жизни после службы. Психологический подход рассматривает «адаптацию» как процесс психологической перестройки после пережитого опыта. Фокусируется на изменении когнитивных установок, эмоциональных реакций и поведенческих паттернов. Комплексный подход объединяет элементы всех трех подходов. Рассматривает «адаптацию» как многомерный процесс, включающий физическое, психологическое и социальное восстановление [6, с.200].

Таким образом, существует ряд методов направленных на адаптацию военнослужащих СВО, например организационные методы используются для решения организационных задач, таких как, организация социально-правовой помощи и поддержки военнослужащим и их семьям.

Педагогические методы направлены на оказание помощи человеку как отдельно взятому индивиду и как члену социума, в котором происходит процесс социализации и социальной ориентированности.

Социально-психологические методы – это комплекс методов (способов, приемов взаимодействия с объектами социальной работы).

Социально-экономические методы – совокупность приемов и способов, с помощью которых осуществляются действия и определяются пути их удовлетворения: натуральная и денежная помощь, установление льгот и единовременных пособий, патронажное и бытовое обслуживание и др.

Метод индивидуальной работы с военнослужащими и членами их семей [3, с.226].

Так для оказания психологической поддержки военнослужащим СВО при ПТСР используются такие методы как:

1. Рациональная психотерапия: клиенту разъясняют причины и механизмы ПТСР.

2. Методы психической саморегуляции для снятия симптомов напряжения и тревоги: аутотренинг, прогрессивная мышечная релаксация, активная визуализация положительных образов.

3. Когнитивная психотерапия: переосмысление дезадаптивных мыслей и изменение негативных установок.

4. Личностно-ориентированная терапия: изменение отношения пострадавшего к психотравмирующей ситуации и принятие ответственности если не за нее, то за свое отношение к ней.

5. Поведенческая психотерапия: изменение деструктивных поведенческих схем, купирование фобий [3, с.226].

Так для лиц, переживших трудную ситуацию, сюжетов, связанных с травматическим событием (мысли, воспоминания, переживания, ночные кошмары, «флэшбэк-эффекты») можно использовать метод психологической работы с интрузией, который включает различные произвольные «внедрения» в сознание и поведение. Для избавления от ночных кошмаров в практике психологической помощи пострадавшим используются приемы «Рисунок сна», «Рассказ о сне», «Диалог со сном», «Модификация сна», «Завершение сна» и др.

Высокую эффективность в психологической помощи лицам, страдающим симптомами «избегания» (одной из наиболее часто встречающихся и тяжело переживаемых форм избегания является фобия), показывают методы, такие как: систематическая десенсибилизация; иммерсия; парадоксальная интенция; рациональная психотерапия; аутогенное отреагирование; аутогенная вербализация.

Для психологической помощи лицам, страдающим гиперактивности, которая включает в себя трудности с засыпанием или плохой сон (ранние пробуждения), раздражительность или вспышки гнева, затруднения с сосредоточением внимания, повышенный уровень тревожности, гипербдительность, болевые ощущения показаны следующие методы: аутогенная тренировка (АТ) (по И. Шульцу) - самовнушение в состоянии релаксации (низшая ступень) и гипнотического транса (высшая ступень) и нервно-мышечная релаксация (метод Джекобсона) - прогрессивная мышечная релаксация, достигаемая путем первоначального напряжения и последующего расслабления мышц.

Метод работы с группой предполагает работу как в целом с группой военнослужащих и членами их семей, так и в группе - с каждым из ее членов отдельно. Основными методами групповой психологической помощи лицам, переживающим психологический кризис, являются: обсуждение стресса; дебрифинг стресса критических инцидентов; реабилитационный тренинг; коллажирование [5, с.257].

Методы создания реадаптирующей среды направлены на удовлетворение специфических потребностей ветеранов боевых действий: достойная встреча участников боевых действий, публичное признание.

Метод трехмерной декомпрессии, целью которого является возвращение военнослужащих из зоны боевых действий в мирные условия жизни, отключить механизмы борьбы: снять напряжение, восстановить навыки коммуникации, выявить и решить проблемы.

Гармонизирующий (реабилитационный) тренинг разработанный Ю.М. Волобуевой совместно с А.Г. Караяни, который нацелен на социально-психологическую коррекцию Я-концепции инвалидов боевых действий и представляет специфическую форму их обучающего взаимодействия, в которой участники при содействии ведущего включаются в своеобразный опыт интенсивного общения, ориентированного на выявление ими функциональной неадекватности, структурной разбалансированности временной дезориентированности Я-концепции, порождение мотивации на выбор путей и методов ее гармонизации. Тренинг решает 4 задачи: восстановление нарушенной временной протяженности и дезориентированности Я-концепции по-

страдавшего; повышение интернальности в самовосприятии и восприятии собственной жизни; преодоление конфликта между Я-образами личности; актуализация жизневозвышающей стратегии бытия. Ю. М. Волобуева схематически обозначает модель социально психологической коррекции Я-концепции инвалида боевых действий. Желаемое изменение Я-концепции пострадавшего может достигаться как длительным влиянием ближней и дальней социальной среды, так и непродолжительным воздействием социума или его моделью. Одной из форм временного гармонизирующего социума и является Я-гармонизирующий тренинг. Дезориентированный темпоральный модус инвалидов корректировался с помощью психотехнических процедур, «открывающих инвалиду его жизненный путь во всей его целостности: «Рефлексия «линии жизни», «Сравнение жизненных линий», «Взгляд в будущее». Коррекция каузального модуса осуществлялась с помощью психотехник, объективирующих ошибочную интерпретацию инвалидом роли и установок его социального окружения: «Сон в летнюю ночь», «Меня заставили» и др. Конфликтность Я-образов снималась приемами, порождающими конфронтацию между старыми, привычными социальными установками личности (в том числе и «на себя») и новыми («отраженными от группы»): «Визитка», «Вавилонский базар», «Ожидаю поддержки», «Мои коммуникативные качества» [4, с.301].

Анализируя группы методов, мы приходим к выводу, что, пережившим трудную ситуацию, сложен и многогранен. ПТСР и психологический кризис - многоплановые явления, требующие комплексного и длительного лечения. Каждый симптом требует подбора адекватного терапевтического подхода и наиболее эффективной техники индивидуальной или групповой психологической помощи.

Список литературы

1. Абабков, В.А. Адаптация к стрессу [Текст] / В.А. Абабков, М.С.Перре: монография. – М.: Изд-во Мысль, 2004. С.208.
2. Калюжный, А.С. Методические основы изучения личности военнослужащего: Учебное пособие [Текст] / А.С. Калюжный – Н. Новгород.: ВМИ ФПС РФ, 2002. С.28.
3. Караяни, А.Г. Прикладная военная психология [Текст] / А.Г. Караяни – СПб.: Питер, 2006. С.226.
4. Караяни, А.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников: учебное пособие. – М.: ВУ, 2010. С.298-307.

5. Караяни, А.Г. Прикладная военная психология [Текст] / А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников: учебное пособие. – СПб.: ВУ, 2015. С.241-262.
6. Китаев-Смык, Л.А. Психология чеченкой войны [Текст] / Л.А. Китаев-Смык – М.: Изд-во Мысль, 2010. С.200.
7. Маклаков, А.Г. Психология и педагогика. Военная психология [Текст] / А.Г. Маклаков – СПб.: Изд-во Питер, 2007. С.464.
8. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 10-23.
9. Попов Т.И. Проблема адаптации личности в рамках гештальт-психологии. [Текст] / Т.И. Попов – П.: Изд-во Петербургского университета путей сообщения, 2000. С.208.
10. Прищепа И.М. Возрастная анатомия и физиология: учеб. пособие / И. М. Прищепа. Минск: Новое знание, 2006. С.416.
11. Толмен Э.Ч. Основные направления психологии в классических трудах. Необихевиоризм. [Текст] / Э.Ч. Толмен, Я.Л. Холл: монография. – М.: Мысль, 1998. С.45-48.
12. Хрестоматия по гуманистической психотерапии [Текст] /– М.: Изд-во Экспо, 1995. С.37–39.
13. Шамардина М.В., Орлова О.А. Настольная книга психолога в социальной сфере: методы и приемы психологической помощи участникам боевых действий: Учебно-методическое пособие. – Барнаул: Изд-во Алт. Ун-та, 2023. С.130.

*Богданова Елена Рахматжоновна,
психолог, ведущий специалист,
ПАО «Россети Сибирь» - «Кузбассэнерго-РЭС»,
Кемерово, helenburn@mail.ru*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ВОЗВРАЩЕНИЮ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО ДОМОЙ: РАБОТА С СЕМЬЯМИ

Аннотация. Травмирующие события – неизбежный фактор военной службы, оказывающий влияние на сознание и поведение военного. Поддерживающая среда внутри семьи благоприятно влияет на процесс адаптации военнослужащих к гражданской жизни, что способствует улучшению качества жизни и снижению социальных трудностей. В создании устойчивых механизмов поддержки важным аспектом является психологическая подготовка членов семьи к возвращению военнослужащих домой.

Ключевые слова: военная служба, психологическая поддержка, семья, военнослужащий, адаптация, реабилитация, поведение, стресс.

Bogdanova Elena Rakhmatzhonovna

PSYCHOLOGICAL PREPARATION FOR THE RETURN OF A SERVICEMAN HOME: WORKING WITH FAMILIES

Abstract. Traumatic events are an inevitable factor of military service that affects the consciousness and behavior of the military. The supportive environment within the family has a positive effect on the process of adaptation of military personnel to civilian life, which contributes to improving the quality of life and reducing social difficulties. In creating sustainable support mechanisms, an important aspect is the psychological preparation of family members for the return of military personnel home.

Keywords: military service, psychological support, family, military personnel, adaptation, rehabilitation, behavior, stress.

Для многих военнослужащих переход к мирной жизни становится настоящим испытанием. В условиях специальной военной операции существует четкое распределение на «своих» и «врагов», «добро» и «зло». По возвращению военнослужащий имеет статус героя официально, но попадает в общество, которое живет обычной, привычной жизнью, и относится как к подвигам, которые совершил военнору-

жащий, так и к разворачивающимся на СВО событиям и конфликтам как чему-то, что лично их не касается. Это способствует формированию чувства обесценивания. В таком случае самой ожидаемой ответной реакцией выступает агрессия, конфликтное поведение. Самый большой эмоциональный удар принимает на себя семья. Именно поэтому психологическая подготовка не только самого военнослужащего, но и его семьи играет критически важную роль в успешном возвращении и последующей интеграции в гражданское общество.

Длительный период отсутствия военнослужащего неизбежно сказывается на внутрисемейном стиле жизни. Изменяется привычный уклад, происходит перераспределение ролей. По факту адаптации к изменившимся условиям семья достигает условной гармонии, и функционирует с учетом обстоятельств, ставших привычными. В свою очередь, возвращение военнослужащего домой может негативно изменить динамику отношений в семье. К возможным негативным изменениям относятся:

1. Стресс и напряжение, вызванные необходимостью адаптироваться к новой реальностью;

2. Изменения в ролях – возвращение военнослужащего может изменить распределение ролей в семье, что, в свою очередь, провоцирует конфликты;

3. Проблемы с коммуникацией - переживание травмирующих событий, изменение социальных кругов и потеря навыков мирной жизни могут привести к трудностям в общении и установлению новых социальных связей.

4. Психологические проблемы – возможные посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР) могут повлиять на настроение и поведение военнослужащего;

5. Социальная изоляция – сложности с адаптацией к жизни вне службы способствуют формированию чувства отчуждения.

Поддерживающая и понимающая семейная среда – это фундамент успешной реабилитации и адаптации. Семья является тем важнейшим социальным институтом, который оказывает непосредственное влияние на эмоциональное состояние и поведение военнослужащего после возвращения. Если члены семьи не подготовлены к возможным изменениям в поведении и эмоциональном состоянии вернувшегося домой бойца, это может привести к недопониманию, конфликтам и усугублению психологических проблем. Вместо долгожданной поддержки, военнослужащий может столкнуться с отсутст-

вием эмпатии, критикой и непониманием, что только усилит чувство изоляции и безысходности [2, с. 29-30].

Для того, чтобы семья смогла эффективно поддерживать своего близкого, ей необходима соответствующая психологическая подготовка.

Эта подготовка должна охватывать широкий спектр вопросов, к которым относятся:

1. Понимание природы посттравматического стрессового расстройства и других психологических последствий военной службы;

2. Информирование о возможных изменениях в поведении военнослужащего – раздражительности, вспыльчивости, бессоннице, кошмарах, избегании социальных контактов, изменениях аппетита и т.д. – и обучение адекватному реагированию на эти изменения.

3. Обучение коммуникативным навыкам - семья должна понимать, как правильно общаться с военнослужащим, избегая обвинений и давления. Важно уметь слушать, проявлять эмпатию и сочувствие, создавать безопасную и поддерживающую атмосферу.

4. Позитивное отношение к профессиональной помощи - готовность обратиться за профессиональной помощью, к которой относятся психологические консультации, как индивидуальные, так и семейные, помогут выработать стратегию конструктивного разрешения конфликтов.

5. Информация о доступных ресурсах помощи (специализированных центрах психологической реабилитации, группах поддержки для семей военнослужащих и т.д.) - информирование о существовании таких ресурсов помогает семьям вовремя обратиться за профессиональной помощью, если они сталкиваются с трудностями в адаптации. Важно подчеркнуть, что обращение за помощью – это не признак слабости, а свидетельство осознанной заботы о благополучии всей семьи [1, с. 153-155].

На основании сказанного можно сделать вывод, что психологическая подготовка семей к возвращению военнослужащих домой способствует ряду позитивных изменений, влияющих на улучшение качества жизни и укрепление семейных отношений:

1. Поддержка и эмпатия – знание о психологических последствиях военной службы помогает семьям лучше понимать, через что проходит их близкий человек, что способствует более глубокому уровню поддержки и эмпатии.

2. Снижение стигматизации - осведомленность о влиянии военной службы на поведение может помочь уменьшить стигматизацию,

связанную с психическим здоровьем, и способствовать открытым разговорам о проблемах.

3. Распознавание симптомов - семьи могут научиться распознавать признаки ПТСР и других расстройств, что позволяет вовремя обратиться за помощью и поддержкой.

4. Создание безопасной среды - понимание особенностей поведения и эмоциональных реакций может помочь создать более безопасную и поддерживающую домашнюю атмосферу.

5. Улучшение коммуникации - знание о психологических последствиях может улучшить коммуникацию в семье, снизить конфликты и недопонимания.

6. Поиск ресурсов – информированные семьи могут быть более активными в поиске ресурсов и поддержки, включая терапию, группы поддержки и образовательные программы.

7. Профилактика вторичных травм - осознание последствий может помочь избежать дополнительных стрессовых факторов в семейной жизни, которые могут усугубить состояние военнослужащего [3, с. 156-157].

Процесс адаптации может быть сложным как для самих военнослужащих, так и для их близких. Эффективные программы поддержки должны учитывать индивидуальные потребности, эмоциональные состояния и возможные травмы, полученные в ходе службы.

Обучение членов семьи навыкам коммуникации, эмоциональной поддержки и понимания особенностей возвращения поможет создать более гармоничную атмосферу в доме.

Комплексный подход, включающий психотерапевтические практики, группы поддержки и образовательные программы, может существенно повысить шансы на успешную адаптацию.

Список литературы

1. Маклаков А.Г. Психология и педагогика. Военная психология: Учебник для вузов / Под ред. А. Г. Маклакова. – СПб.: Питер, 2005. С. 153-155.

2. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. М.: МГППУ, 2024. С. 29-30.

3. Харитонов А.Н. Психологическая помощь семьям профессиональных военнослужащих: учеб. пособие / А.Н. Харитонов, Г.Н. Тимченко; М-во обороны Рос. Федерации, Воен. ун-т. - Москва: Воен. ун-т, 2002. С. 156-157.

*Гаджимурадова Зоя Магомедовна,
Дагестанский государственный педагогический университет
им. Р. Гамзатова, Махачкала; e-mail; gjt@mail.ru;
Джабраилова Саида Авурбековна,
магистрант кафедры психологии 2 года обучения
ДГПУ им. Р. Гамзатова, Махачкала*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД СОЦИАЛЬНОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ

Аннотация. Статья посвящается раскрытию особенностей изменений, которые происходят в самосознании личности в период экстремальных событий. Атмосфера особой социальной напряженности, сложившаяся в России в связи с проведением специальной военной операции, снижает перспективы благополучной реальности мирового пространства и конструктивного развития самосознания личности. Показано, что любые трансформации личности требуют особой социально – психологической диагностики и последующей поддержки профессиональных психологов. В статье описаны виды трансформации личности в условиях напряженной обстановки.

Ключевые слова: социальная напряженность, тревога, тревожность, эмоциональная неустойчивость, агрессивность, невроз.

*Gadzhimuradova Zoya Magomedovna
Saida Avurbekovna Dzhabrailova*

PSYCHOLOGICAL TRANSFORMATION OF PERSONALITY'S SELF-CONSCIOUSNESS IN THE PERIOD OF SOCIAL TENSION

Annotation. The article is devoted to the disclosure of the peculiarities of changes that occur in the self-consciousness of an individual during extreme events. The atmosphere of special social tension, which has developed in Russia in connection with the special military operation, reduces the prospects of a favorable reality of the world space and constructive development of the self-consciousness of the individual. It is shown that any transformation of personality requires special socio-psychological diagnostics and subsequent support of professional psychologists. The article describes types of personality transformation in conditions of tense environment.

Key words: social tension, anxiety, anxiety, emotional instability, aggressiveness, neurosis.

Любая война или военная операция формирует особый склад личности при всех индивидуальных особенностях, при всей специфике самих вооруженных конфликтов. Массовое сознание российского общества в период специальной военной операции, формирует ошибочные интерпретации своих мотивов и действий.

Учитывая, что деструктивность представляет отклик человека на разрушения нормальных условий бытия, мы определили тему нашей статьи. В предлагаемой статье раскрыты социально-психологические проблемы внутриличностной конфликтности. Предлагается изучение психологической природы трансформации самосознания личности, в период социальной напряженности и ее последствия и причины – эмоциональной неустойчивости, агрессивности, невротизма, тревожности и деструктивных форм внутриличностных конфликтов, проявляющихся в аномальных формах поведения личности.

Проявление эмоциональной устойчивости зависит от множества возрастных и социальных факторов. Механизмом преодоления эмоциональной неустойчивости является стратегия формирования внутриличностной эмоциональной устойчивости, то есть способности человека выдерживать и преодолевать внутриличностную конфликтность и ее последствия. Предполагается, что разные психические процессы могут взаимодействовать и поддерживать, усиливать, ослаблять, тормозить, подавлять друг друга. Способность управлять возникающими эмоциями, возможно путем включения волевых усилий, приемами аутогенной тренировки, изменением своего эмоционального состояния.

Эмоциональная неустойчивость как «эффект неадекватности», проявляется в форме повышенной обидчивости, упрямства, негативизме, замкнутости. Ситуация, угрожающая нарушению эмоциональной устойчивости, активизирует защитные механизмы, которые словами З. Фрейда, защищают личность от травмирующих переживаний. Это защитные механизмы, направленные не на объективный источник проблемы, а лишь на изменения субъективного восприятия ситуации. Такое искажение реальности является самообманом. Однако, это до определенной степени играет адаптивную роль, так как сохраняется целостность личности. Этот механизм постепенно готовит человека к прямому столкновению со стрессовой ситуацией и приспособлению к существующим обстоятельствам. Защитные механизмы способствуют эффективной стратегии формирования устойчивости личности. Эмоциональная устойчивость – это свойство темперамента, позволяющее надежно выполнять целевые задачи деятельности за счет оптимального использования ресурсов нервно-психической эмо-

циональной энергии. Но она может быть и интегративным свойством, чертой личности и психическим состоянием. Рациональный момент здесь состоит в подчеркивании роли эмоционального возбуждения в условиях социальной напряженности.

В мире человеческих переживаний тревожность относится к одному из распространенных явлений, имеющих широкий диапазон. Тревожность отражает склонность переживать ситуации неопределенной опасности и чувствовать себя под угрозой.

Тревога представляет собой напряжение, противостоящее напряжению потребностей и активности, направленной на их удовлетворение. Сильная тревога блокирует поступление информации, вызывает полную путаницу, разрушает ощущения; менее интенсивная тревога дает возможность восстановления и объективизации ситуации [1].

На пути неизбежных, неблагоприятных изменений личности человека, развития внутриличностной конфликтности камнем преткновения является переживание, структурированное в системе самости и связанное с повышением тревоги.

На психологическом уровне тревожность ощущается как напряжение, озабоченность, беспокойство, нервозность и переживается в виде чувств неопределенности, бессилия, незащищенности, одиночества, грозящей неудачи, невозможности принять решение и т.д. На физиологическом уровне реакции тревожности проявляются в усилении сердцебиения, учащении дыхания, увеличении минутного объема циркуляции крови, повышении артериального давления, вырастании общей возбудимости, снижении порогов чувствительности. Нейтральные стимулы приобретают отрицательную эмоциональную окраску.

З. Фрейд трактовал страх в контексте психоаналитической теории личности. Он считал, что страх основывается на инстинкте самосохранения, и утверждал, что страх человека кроется в его подсознании, проявляется в кошмарных сновидениях, в художественном творчестве. Кроме того, З. Фрейд рассматривал страхи как результат конфликта, centered на неразрешившихся в детстве ситуациях, наблюдавшихся в возрасте Эдипова комплекса [2]. В страхах раннего возраста (боязнь пауков, грозы и т.п.), он видел некоторую «долю архаичного наследия». С другой стороны, Фрейд выделил детские страхи, к которым относил боязнь кастрации, страх потери любви, фобии животных [3]. Бихевиористы рассматривали страх как эмоциональную реакцию, возникающую на основе условного рефлекса. Основатель бихевиоризма Д. Уотсон, опираясь на данные многолетних опытов, сделал вывод о том, что страх у человека появляется с самого

момента рождения и сопровождает всю его жизнь. У Джемс страх считал онтогенетически самым ранним инстинктом человека.

Тревожность и страх рассматриваются с точки зрения отношения к внешней и внутренней угрозе. Указывается, что страх вызывается некоторым опасным объектом в среде, с которым нужно что – либо сделать или избегать его. Тревожность проецирует внутреннее состояние как органическое ощущение, не имеющее прямого отношения к внешним объектам, например переживания трудности дыхания во время заблокированного возбуждения.

Обобщая вышесказанное, следует отметить, что в обоих понятиях тревоги и страха есть общий эмоциональный компонент, отличающийся дифференцированностью реакций на конкретную, локализованную в пространстве опасность.

Тревога и страхи личности представляют собой реакцию на угрозу, которая влечет за собой подавление (диссоциацию) формы интрапсихического конфликта и сопровождается различными ограничениями активности и осознания, например, торможением, развитием указанных симптомов и девальвацией жизненной стратегии.

В период социальной напряженности показателем социальной дезадаптации и нарушения процессов социализации в целом является агрессивность поведения, то есть поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющего все основания избегать подобного обращения с собой [4].

Позитивное направление развития личности определяется осмыслением значимости проблемы роста агрессивности в современном мире, и ее влиянием на развитие саморазвития личности, установлением взаимосвязи развития своего «Я» формами проявления агрессивных реакций в условиях вызовов современного мира.

Неврозы – это группа психических расстройств, возникающих под влиянием психических травм. Связь невроза с психотравмирующей ситуацией позволяет считаться с его принципиально обратимыми состояниями. Невротический характер страдает от постоянно усиливающего застоя энергии, чувства вины, противоречия между ОНО и сверх – Я, неадекватности – Я.

В.Н. Мясищев в 1934 отмечал, что невроз представляет болезнь развития личности. Под болезнью личности он понимал ту категорию нервно – психических расстройств, которая вызывается тем, как личность перерабатывает или переживает свою действительность, свое место и свою судьбу. Это может быть страх, пережитый во время автомобильной катастрофы, потеря близкого человека, внезапный испуг, горькое чувство обиды, незаслуженное оскорбление, неудача во

время экзамена, боязнь быть исключенным из вуза, развод с супругом и многие факторы, создающие затруднительную, трудноразрешимую для индивида ситуацию.

Одной из доминирующей черт невротиков является их чрезмерная зависимость от одобрения или расположения со стороны других людей [5]. Имеется заметное противоречие между их желанием получить любовь от других и их собственной способности питать это чувство. Внутренняя незащищенность, чувства неполноценности и несоответствия могут проявляться в безосновательной убежденности в своей некомпетентности, глупости, непривлекательности.

Под влиянием экстремальных ситуаций кризисные процессы личности обостряются. Психические трансформации могут протекать как в направлении психического расстройства, так и в направлении развития личности, внутриличностной устойчивости, глубинных способностей к личностному росту. Эта мысль прослеживалась еще в работах А. Адлера (1927), который считал, что стремление к гиперкомпенсации своего дефекта, является основным механизмом развития индивида.

Психосоциально обусловленные эмоциональные и поведенческие трансформации включают в себя основные проблемы внутриличностной конфликтности.

Основной путь оказания помощи состоит в создании инновационных техник и программ, соответствующих динамике и форме изменений личности. Результаты проведенных исследований свидетельствуют, что изменчивы когнитивная и эмоциональная сферы, иерархии мотивов, их строение, диалектика смены ведущей деятельности, содержание контролируемости и т.п.

Диагностика и психокоррекция развития личности при пограничных расстройствах может служить моделью всевозможных трансформаций личности здорового человека и ключом к пониманию задач коррекции и реабилитации в условиях социальной нестабильности.

Список литературы

1. Салливан Г.С. Интерперсональная терапия в психиатрии. – СПб.: Ювента, М.: КСП, 1999– 347 с.
2. Фрейд А. Детский психоанализ. – СПб.: Питер, 2003. – 477с.
3. Астапов В.М. Тревожность у детей. – М.: ПЕР СЭ, 2001. –160с.
4. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия – СПб.: Питер, 1999. –352с.
5. Хорни К. Самоанализ. – М.: Эксмо – Пресс, 2002. – 448с.
6. Исаева Э.Г. Трансформации личности в период экстрёма. – Махачкала: ДНЦ РАН, 2005 – 312с.

Гасанова Бурлият Магомедовна
к. психол. наук, доцент кафедры психологии развития личности
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»

ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ПОКОЛЕНИЙ И МОДЕЛЬ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Аннотация. Статья посвящена исследованию атмосферы взаимоотношений, которая устанавливается в конкретном коллективе, так как является определяющим фактором проявления всех форм взаимодействия между людьми. Автор рассматривает перспективы, которые проявляются в усилиях воспитателя в многонациональном коллективе, прежде всего, нацеленные на формирование у молодежи гуманистических отношений, на соблюдение простейших норм нравственности и справедливости. Укрепление личных контактов, дружеских отношений детей различных национальностей должно происходить на почве общности интересов, общности морально-этических норм и принципов. Важно предупреждать проникновение в молодежную среду пережитков эгоизма, мещанства, собственнической психологии, ибо они могут стать питательной почвой для возникновения национального эгоизма и ограниченности. Воспитательная работа в многонациональном студенческом коллективе строится на модели принятия ценностей совместно с образовательными организациями, нацеленными на формирование у молодежи гуманизма и соблюдения простейших норм нравственности и справедливости. Укрепление личных контактов, дружеских отношений детей различных национальностей должно происходить на почве общности интересов, общности морально-этических норм и принципов.

Ключевые слова: патриотизм, учебно-воспитательная работа, будущие страны, межличностные отношения, сплоченность, студенческий коллектив, культура, этические нормы и принципы, молодежь, модернизация, социальный облик

Gasanova Burliyat Magomedovna

GENERATIONAL CONTINUITY AND THE MODEL OF PATRIOTIC EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract. The article is devoted to the study of the atmosphere of relationships that is established in a specific group, as it is a determining fac-

tor in the manifestation of all forms of interaction between people. The author examines the prospects that are manifested in the efforts of the educator in a multinational group, primarily aimed at developing humanistic relationships among young people, observing the simplest norms of morality and justice. Strengthening personal contacts, friendly relations between children of different nationalities should occur on the basis of common interests, common moral and ethical standards and principles. It is important to prevent the penetration of remnants of egoism, philistinism, and proprietary psychology into the youth environment, because they can become fertile ground for the emergence of national egoism and narrow-mindedness. Educational work in a multinational student body is based on the model of accepting values together with educational organizations aimed at developing humanism in young people and observing the most basic norms of morality and justice. Strengthening personal contacts, friendly relations between children of different nationalities should occur on the basis of common interests, common moral and ethical norms and principles.

Keywords: patriotism, educational work, future countries, interpersonal relations, cohesion, student body, culture, ethical norms and principles, youth, modernization, social appearance

Воспитание нового человека, воспитание нового поколения людей, которое поднялось бы на более высокий уровень образования, культуры, профессионального мастерства и общественной активности, есть фундамент, основа состоит в том, чтобы вся работа школы и вуза была подчинена задаче формирования всесторонне развитой и социально зрелой личности.

Школа и вуз является начальным социальным институтом, именно мы готовим к жизни, а жизнь – это не только академические знания.

Социальный облик и социальное поведение молодежи в значительной мере определяются способами и степенью включенности в социальную деятельность общества. Модернизация всех сфер общественной жизни довольно резко за последние годы изменила социальные условия формирования молодежи. Вопрос о позиции молодого поколения, его отношения к происходящим переменам связан с ценностными ориентациями, имеет большое общественное значение. Поэтому, рассматривая данную проблему, нами сделаны следующие выводы:

1. развитие структуры ценностных ориентаций молодежи – процесс становящийся и совершенствующийся в ходе развития личности,

и оно во многом зависит от того в какой среде, и какие ценности преобладают в данном обществе;

2. ценностные ориентации являются основой социализации молодежи, так как в условиях кризиса, когда меняются традиционные ценности общества и у молодежи происходит трансформация системы ценностей. Ориентация в основном у современной молодежи идет на общепризнанные ценности, такие как «свобода», «жизнь», «семья», «доброта» а также проявляет немалый интерес к основополагающим религиозным ценностям.

3. как мы видим, в структуре ценностных ориентаций молодежи нашей республики главными тенденциями являются ориентация на семейные отношения, на религиозности, профессиональной и духовной самореализации. Молодежь считает необходимым для современного общества решение таких проблем, как повышение религиозности, нравственности, культуры, морали. Из исследования видно, что большая часть молодых людей задумывается над этими проблемами. В целом молодежь пытается приспособиться к постоянно изменяющимся условиям жизни, в общественной жизни в целом. За свое существование современная молодежь проявляет стойкость, оптимизм, упорство в достижении необходимых благ.

Социализация не сводится лишь к передаче сведений об основах наук. Успех учебно-воспитательной работы со школьниками зависит от знания места каждого ученика в системе личных взаимоотношений, которые складываются в школьных классах. Индивидуально-психологическое изучение учеников поможет выявить факторы, обеспечивающие ученику то или иное место в системе личных взаимоотношений и наметить такие педагогические мероприятия, которые обеспечили бы каждому ученику благоприятное место в этой системе.

Общественная оценка студенческого коллектива, выполняя свои социальные роли, вступают в два основных вида отношений: общественные и личностные. «Природа межличностных отношений существенно отличается от природы общественных отношений: их важнейшая специфическая черта – эмоциональная основа. Эмоциональная основа межличностных отношений означает, что они возникают и складываются на основе определённых чувств, рождающихся у людей по отношению друг к другу». При этом в межличностных отношениях различают две группы чувств: чувства, сближающие, объединяющие людей, и чувства, разъединяющие людей [1].

Коллектив становится могучим средством формирования личности только тогда, когда он характеризуется положительным психоло-

гическим климатом. Психологический климат - это эмоционально-психологический настрой коллектива, в котором на эмоциональном уровне отражаются личные и деловые взаимоотношения членов коллектива, определяемые их ценностными ориентациями, моральными нормами и интересами.

Атмосфера взаимоотношений, которая устанавливается в конкретном коллективе, является определяющим фактором для проявления всех форм взаимодействия между людьми.

Одним из важнейших внутренних факторов, влияющих на психологический климат в коллективе, является психологическая совместимость.

Психологическая совместимость определяется как такой эффект сочетания людей, который даёт максимальный результат деятельности при минимальных психологических затратах взаимодействующих лиц.

К основным характеристикам психологического климата коллектива относятся:

1. удовлетворённость членов коллектива взаимоотношениями, процессом труда, руководством;
2. преобладающее настроение;
3. взаимопонимание и авторитетность руководителей и подчинённых;
4. степень участия членов коллектива в управлении и самоуправлении коллектива;
5. сплочённость;
6. сознательная дисциплина;
7. продуктивность работы.

Результативность влияния коллектива на личность определяется самочувствием личности в коллективе.

Это определяется термином «эмоциональное благополучие». Если личность испытывает эмоциональное благополучие в коллективе, то его ценности и нормы воспринимаются ею как свои собственные, активная позиция становится значимой и привлекательной.

Организуя психологический климат, стимулирующий развитие каждой личности и высокую работоспособность всего коллектива следует начинать с регуляции взаимоотношений между членами коллектива и ценностных ориентации

Сложившиеся в коллективе взаимоотношения приобретают особую эмоционально-психологическую окраску, определяемую ценностными ориентациями, моральными нормами и интересами членов коллектива.

Степень активности каждой личности определяется тем, насколько личность переживает эмоциональное благополучие в данном коллективе

Общение рассматривается социальной психологией как взаимодействие людей, через совместный труд, учение, игру и т.п. Оно удовлетворяет и особую потребность человека в контакте с другими людьми. В процессе общения осуществляется также воспитание детей и молодежи. Общение, как и деятельность, является необходимым условием формирования личности.

Благодаря общению индивиды живут и действуют в реальных связях и отношениях друг с другом. Общение, являясь одной из фундаментальных человеческих потребностей, представляет самостоятельную ценность, ибо человек нуждается в другом человеке.

Общение - это сложный вид человеческих отношений. Оно включает в себя взаимоотношения, складывающиеся в процессе дружбы и неприязни, ошибок и неверных поступков, любви, успехов и т.д. В процессе общения личность посредством подражания, заимствования, сопереживания и идентификации усваивает индивидуальное и общественное сознание, формы проявления эмоций, чувств, нормы поведения. Общение осуществляет функции взаимодействия людей, их взаимопонимания и взаимовлияния, формирования у них способностей к взаимопониманию, взаимодействию, совместной деятельности. Через групповое и индивидуальное общение происходит взаимодействие культурных ценностей, традиций, обычаев различных народов.

Через общение люди познают друг друга. Первоначально на эмоциональном уровне возникает общее, недифференцированное суждение о познаваемом человеке. Постепенно первоначальные суждения уточняются, и достигается все более полное и глубокое понимание. Известно, что человека воспринимают при положительном отношении к нему как бы сквозь "розовые очки", ему приписывают позитивные качества, которых тот может и не иметь. При отрицательном же отношении к человеку его лишают положительных черт и приписывают одни отрицательные. В процессе общения происходит постепенный пересмотр первоначальных представлений и оценок личности идет сдвиг в сторону адекватности реальному положению вещей.

Общение выступает важнейшим фактором формирования личности. Оно обеспечивает регуляцию поведения человека, его отношений с другими людьми. Общение создает условия для целенаправленного регулирования чувств, поведения, ориентации, оценок [2].

Любой вид общения формирует человеческую личность. Однако лишь основанные на гуманизме формы общения формируют положительные человеческие качества. Культуру личности составляют знания, умения и навыки, которыми обладает человек, его личностные качества, проявляющиеся в отношении к другим людям.

Общение выполняет и воспитательные функции. "Общение молодежи, - отмечает А. В. Мудрик, - это обмен духовными ценностями (общепризнанными и специфическими для половозрастных и групповых ценностных ориентации учащихся), который происходит в форме диалога школьника как с «другими Я», так и в процессе взаимодействия с окружающими людьми".

Автор выделяет следующие воспитательные функции общения школьников: нормативную (отражающую освоение школьниками норм социально-типического поведения, т.е. общение как нормативный процесс), познавательную (отражающую приобретение школьниками индивидуального социального опыта в процессе общения, т.е. общение как познавательный процесс), эмоциональную (отражающую общение как аффективный процесс), актуализирующую (отражающую реализацию в общении типических и индивидуальных сторон жизни школьника, т.е. общение как способ и средство социального утверждения личности) [1].

Основой культуры общения является выполнение людьми правовых и морально-этических норм и правил общежития. В культуру общения входят умения и навыки строить свои отношения с окружающими людьми, нравственная и эстетическая воспитанность, помогающая человеку выразить свое отношение к обществу, стране, семье, другим людям и самому себе. В силу этого в культуре общения человека проявляются патриотизм, отношение к людям разных наций, рас, коллективизм. Культура общения непременно включает в себя также культуру речи, умение человеком держать себя в обществе и соблюдать правила приличия.

Нормами культуры общения являются вежливость, соблюдение условных и общепринятых способов выражения доброго отношения друг к другу, формы приветствия, благодарения, извинения, общения женщин и мужчин. Непременные атрибуты культуры общения " тактичность, умение понять чувства и настроения окружающих людей, поставить себя на их место, прогнозировать возможные последствия своих поступков.

Одной из важнейших форм человеческого общения является межнациональное общение. Естественно поэтому то, что положения

об общении, содержащиеся в исследованиях философов, психологов, педагогов (Б.Г. Ананьева, Г.М. Андреевой, В.С. Агеева, А.Г. Асмолова, К.А. Абульхановой-Славской, А.А. Бодалева, Л.П. Буевой, Л.Я. Гозмана, Ю.М. Жукова, И.С. Кона, М.С. Когана, А.А. Леонтьева, Б.Ф. Ломова, А.В. Мудрика, М.Н. Ночевника, А.М. Омарова, А.В. Петровского, А.А. Петровской, Б.Д. Парыгина, О.В. Соловьевой, Т.Г. Стефаненко, П.М. Якобсона и др.), являются исходными и служат основой для понимания также и природы межнационального общения, то есть общения людей различных национальностей. Разумеется в процессе межнациональных контактов человек приобщается к инонациональной культуре, традициям, сближается с людьми другой национальности. В процессе таких контактов у него рождается сознание сходства с представителями иной национальности: "они такие же, как и я". Чем интенсивнее протекает межнациональное общение людей и взаимообогащение культур народов, тем активнее человек приобщается к культурным ценностям других наций. Это способствует преодолению негативных явлений в национальном самосознании (этническая ограниченность, замкнутость, предубеждение, этноэгоизм – тенденция обеспечить своему этносу привилегии за счет других, этническая ксенофобия - негативное отношение к другим этносам) [4].

Молодежь следует учить культуре межнационального общения, выручке и поддержке людей, переживать чужое горе и радости, как свое. Особое внимание следует уделять формированию у них позитивного опыта общения с людьми разных национальностей и конфессий [4].

В формировании у человека знаний о других людях значительное место занимают также оценочные эталоны и стереотипы, которые использует он в качестве мерок, прикладываемых к познаваемой личности для определения ее принадлежности к той или иной общности людей (в том числе и этнической). Между тем наличие у индивида сложившегося этнического стереотипа о представителях тех или иных национальностей (склонность оценивать их не как отдельных лиц, наделенных индивидуально-психологическими и иными особенностями, а как носителей стереотипов, набора качеств) порой может породить и отрицательную национальную установку, ибо стереотип, как элемент обыденного сознания, не всегда достоверно отражает суть.

Очень важно целенаправленно формировать этические стандарты общения, отражающие специфику социально-исторического опыта жизни народов, проживающих в том или ином регионе. Следует учить молодежь правильно строить свои отношения не только со

сверстниками, но и всеми окружающими людьми, необходимо прививать ей навыки межличностного общения, формировать умение преодолевать мелкие неурядицы, конфликтные ситуации. Немаловажное значение имеет привитие умений и навыков узнавать и понимать окружающих людей (другой национальности в особенности). Это узнавание должно перерасти в сопереживание, солидарность, сознание общности цели, идеалов, чувств [5].

Формирование нравственно устойчивой личности является барьером для всякого рода асоциальных (в том числе и националистических и шовинистических) влияний. Нравственная устойчивость укрепляется в процессе активного противостояния студенческой молодежи социально вредным действиям националистически и шовинистически настроенных людей [2].

Воспитательная задача заключается в том, чтобы научить молодежь обеспечивать волевое управление эмоциональной сферой своего поведения, сохранить устойчивость в эмоциональных обстоятельствах. Очень важно предупреждать ситуации, порождающие эмоциональную направленность в отношениях между людьми разных национальностей. Следует улучшать морально-этический и психологический климат, формировать обстановку уважения, дружелюбия и доверия к окружающим, к их культуре, языку, традициям [2].

Следует строить воспитательную работу так, чтобы не допускать возникновения каких бы то ни было нездоровых суждений о людях той или иной национальности.

Важно предупреждать проникновение в молодежную среду пережитков эгоизма, мещанства, собственнической психологии, ибо они могут стать питательной почвой для возникновения национального эгоизма и ограниченности.

Сегодня воспитатель в многонациональном студенческом коллективе должны быть заинтересованы, проявиться в содействии с образовательными организациями в воспитании нацеленные на формирование у молодежи гуманистических отношений, на соблюдение простейших норм нравственности и справедливости. Укрепление личных контактов, дружеских отношений детей различных национальностей должно происходить на почве общности интересов, общности морально-этических норм и принципов.

Надо приучать членов многонационального коллектива к тому, чтобы не пытались казаться выше окружающих. Такая установка, реализуемая в поведении людей, поможет предупреждать возможные рецидивы и барьеры негативного выражения нравственных чувств.

Нельзя допустить, чтобы языковая проблема стала причиной недоверия и межнациональной розни.

Список литературы

1. Уманский Л. И. Психология организационной деятельности школьников. - М., 2000 г.
2. Донцов А. И. Психология коллектива. - М.: МГУ, 2014 г.
3. Кон И. С. Психология ранней юности [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://fisfactor.ru/conceptii/downloads/selye_stress_bez_disstressa.pdf
4. Андреева Г. М. Социальная психология. - М., 2011г.
5. Майерс Д. Социальная психология. - М., 2019г.

Гасанова Диана Имиралиевна
кандидат педагогических наук, доцент,
заведующая кафедрой педагогики и технологий
дошкольного и дополнительного образования
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический
университет имени Р. Гамзатова», г. Махачкала

ФОРМИРОВАНИЕ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Статья посвящена исследованию процесса формирования патриотической идентичности как важного фактора, способствующего развитию национального самосознания студенческой молодежи. В ней раскрываются механизмы, инструменты и методы, способствующие развитию патриотического воспитания в образовательной среде. Особое внимание уделяется высшим учебным заведениям созданию условий для формирования у студентов устойчивых патриотических ценностей и гражданской ответственности. Авторы акцентируют внимание на необходимости целенаправленной работы по формированию национального самосознания студенческой молодежи.

Ключевые слова: патриотическая идентичность, героизм, героическое воспитание, воспитание патриота, студенческие сообщества, специальная военная операция, СВО.

FORMATION OF PATRIOTIC IDENTITY AS A FACTOR IN STRENGTHENING NATIONAL SELF-CONSCIOUSNESS OF STUDENTS

Abstract. The article is devoted to the study of the process of formation of patriotic identity as an important factor contributing to the development of national self-consciousness of student youth. It reveals the mechanisms, tools and methods that contribute to the development of patriotic education in the educational environment. Particular attention is paid to higher educational institutions to create conditions for the formation of sustainable patriotic values and civic responsibility in students. The authors focus on the need for targeted work on the formation of national self-consciousness of student youth.

Key words: patriotic identity, heroism, heroic education, education of a patriot, student communities, special military operation, SVO.

Актуальность выбранной темы обусловлена острой необходимостью формировать патриотическую идентичность у студенческой молодежи в условиях современного образовательного процесса. Глобализация и свободный доступ к различным культурным и идеологическим влияниям создают угрозу утраты национальной идентичности. Молодежь может столкнуться с чуждыми культурными и социальными нормами, что приводит к ослаблению патриотических ценностей и размыванию национального самосознания.

Формирование патриотической идентичности студенческой молодежи становится ключевым фактором в сохранении национальных ценностей и традиций, поскольку молодежь - это будущие лидеры, творцы и созидатели, их патриотизм и национальное самосознание являются залогом устойчивого развития страны.

В условиях глобальных конфликтов и идеологических противостояний важно укрепить национальную идентичность и патриотизм среди молодежи, чтобы противостоять внешнему влиянию и сохранить культурную самобытность.

Патриотизм мотивирует молодежь к активному участию в жизни общества, решению проблем своей страны и готовности защищать свои ценности.

В контексте данных факторов исследование формирования патриотической идентичности как фактора укрепления национального

самосознания студенческой молодежи становится важным и актуальным заданием для современного общества.

За последние десятилетие патриотизм стал одной из ключевых тем общественных дискуссий в Российской Федерации. Мнения по этому вопросу значительно различаются: от критики, где патриотизм рассматривается как явление, способное вызывать конфликты и включать элементы фашизма или расизма, до утверждений высших должностных лиц о его важности как инструмента консолидации российского общества.

Анализ научных источников показывает, что понимание ценностей в отечественных науках - психологии, культурологии, истории и педагогике – базируется на трудах таких исследователей, как П. С. Гуревич, Н. И. Козлов, Д. А. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, М. Рокич, В. К. Шохин и других. В их работах ценности рассматриваются как выражение общественных идеалов, сформированных коллективным сознанием и воплощённых в практической деятельности. При этом акцент делается на оценке значимости объектов, отвлекаясь от их конкретных свойств и существования.

Проблема патриотизма исследовалась в работах таких авторов, как И. А. Агапов, Н. А. Бердяев, И. И. Валеев, А. Н. Выршиков, В. И. Гальперин, Г. В. Гасанов, Т. М. Маслов, В. С. Соловьева, В. А. Середа, а также педагогов К. Д. Ушинский, Л. В. Фатхуллина, В. М. Хаустов, С. Т. Шацкий. Эти исследователи изучали психологический и духовный менталитет народа, его ценности в образовании, включая патриотизм как одну из ключевых ценностей, знание истории России, жизнь народа и его национальные особенности [13, с. 241].

Многие авторы, такие как Н. И. Болдырев, Н. Г. Бачевский, Б. Г. Гершунский, В. В. Гладких и др., уделяли внимание военно-патриотическому и гражданско-патриотическому воспитанию личности, отмечая при этом определенные трудности в формировании и воспитании патриотизма.

Таким образом, формирование патриотической идентичности у студенческой молодежи является необходимым условием для укрепления национального самосознания, социальной стабильности и гражданской ответственности.

Формирование патриотической идентичности у студентов является многоаспектным процессом, включающим различные уровни восприятия и поведения.

Для оценки степени сформированности патриотической идентичности можно выделить несколько ключевых критериев и соответствующих показателей.

Критерии и показатели сформированности патриотической идентичности позволяют объективно оценить уровень патриотического воспитания у студенческой молодежи. Эти критерии могут быть использованы для мониторинга и оценки эффективности программ патриотического воспитания в образовательных учреждениях [8, с. 205].

Регулярная оценка позволяет своевременно корректировать учебные программы и внеклассные мероприятия, направленные на развитие у студентов чувства гордости за свою страну, уважения к её истории и культуре, а также готовности активно участвовать в её защите и развитии.

В этой связи **целью** данного исследования является выявление и анализ педагогических условий и методов, способствующих эффективному формированию патриотической идентичности студенческой молодежи в условиях современных реалий. Исследование направлено на разработку рекомендаций для образовательных учреждений, которые позволят укрепить патриотическое воспитание и гражданское самосознание студентов.

В рамках данного исследования ставились следующие задачи:

- изучение теоретических основ патриотического воспитания;
- анализ современного состояния патриотического воспитания;
- выявление факторов, влияющих на формирование патриотической идентичности:
- исследование использования современных технологий и медиа;
- разработка и тестирование образовательных программ;
- оценка долгосрочных последствий патриотического воспитания;
- разработка рекомендаций для образовательных учреждений.

Решение этих задач позволит создать комплексное понимание процесса формирования патриотической идентичности студенческой молодежи в условиях современных реалий и разработать рекомендации для образовательных учреждений, способствующие усилению патриотического воспитания и гражданского самосознания молодежи.

Методы исследования. для достижения целей и решения задач данного исследования был выбран комплексный методологический подход, включающий как количественные, так и качественные методы. Этот подход позволил обеспечить всестороннее изучение процесса формирования патриотической идентичности у студенческой молодежи в условиях современных реалий.

Выбранные методы исследования обеспечили комплексный подход к изучению формирования патриотической идентичности у студенческой молодежи. Количественные методы позволили получить обобщенные данные и выявить статистически значимые тенденции, а качественные методы предоставили глубокое понимание восприятия и интерпретации патриотических ценностей студентами.

Комбинированные методы способствовали интеграции полученных данных и разработке практических рекомендаций для образовательных учреждений, направленных на усиление патриотического воспитания и гражданского самосознания молодежи.

Научная новизна данного исследования заключается в следующих аспектах:

- впервые проводится всесторонний анализ формирования патриотической идентичности студенческой молодежи в условиях современных реалий. Исследование охватывает как теоретические, так и эмпирические аспекты данного процесса, включая влияние глобализации, информационных технологий и социально-политических изменений;

- разработаны и предложены инновационные методы и подходы для интеграции патриотических тем в учебные программы различных дисциплин. Это включает создание междисциплинарных учебных материалов, проведение лекций, семинаров и практических занятий, направленных на формирование патриотической идентичности;

- в исследовании рассматривается роль современных информационных технологий и медиа в патриотическом воспитании, включая использование мультимедийных ресурсов, социальных сетей и онлайн-платформ. Выявлены как положительные, так и отрицательные аспекты их влияния на патриотическое сознание студентов;

- изучается влияние студенческих патриотических клубов и волонтерских проектов на формирование патриотических ценностей. Впервые проводится анализ эффективности таких инициатив в контексте патриотического воспитания;

- проведен сравнительный анализ методов патриотического воспитания, применяемых в разных странах, что позволяет адаптировать лучшие международные практики к российским условиям и обогатить отечественную систему патриотического воспитания новыми подходами и методами;

- разработана система мониторинга и оценки эффективности программ патриотического воспитания, включающая критерии и показате-

тели, позволяющие оценивать как краткосрочные, так и долгосрочные результаты внедрения таких программ;

- исследовано влияние сформированной патриотической идентичности на социальное поведение, гражданскую активность и профессиональное развитие студентов. Это позволяет глубже понять роль патриотического воспитания в формировании активной гражданской позиции и социальной ответственности.

Эти аспекты научной новизны обеспечивают значительный вклад в развитие теории и практики патриотического воспитания, создавая базу для дальнейших исследований и практической работы в области формирования патриотической идентичности у студенческой молодежи в условиях современных реалий.

Теоретическая значимость данной работы заключается в том, что:

- углубляется теоретическое понимание процесса формирования патриотической идентичности студенческой молодежи. Оно вносит новые концепции и модели, которые могут быть использованы для дальнейших исследований в области патриотического и гражданского воспитания;

- применение междисциплинарного подхода, объединяющего педагогические, социологические, психологические и культурологические методы, способствует созданию комплексного теоретического подхода к изучению патриотических ценностей. Это расширяет теоретические рамки и углубляет понимание взаимодействия различных факторов в этом процессе;

- теоретическое обоснование влияния глобализации, информационных технологий и социально-политических изменений на формирование патриотической идентичности добавляет новый аспект к существующим исследованиям в области патриотического воспитания. Это помогает понять, как внешние факторы могут влиять на образовательные процессы и патриотическое сознание молодежи;

- исследование подчеркивает значимость героических примеров для патриотического воспитания, что обогащает теоретические знания о роли личных историй и реальных событий в формировании ценностных ориентиров студентов.

Практическая значимость исследования заключается в том, что:

- исследование предлагает конкретные методы и подходы для интеграции патриотических тем в учебные программы вузов. Эти предложения могут быть непосредственно внедрены в образовательный процесс, способствуя повышению уровня патриотического воспитания;

- разработаны учебные материалы, которые могут быть использованы преподавателями для проведения лекций, семинаров и практических занятий, направленных на формирование патриотической идентичности студентов;

- исследование предлагает практические рекомендации по использованию мультимедийных ресурсов, социальных сетей и онлайн-платформ для повышения интереса и вовлеченности студентов в патриотические мероприятия. Эти инструменты могут значительно расширить охват и эффективность патриотического воспитания;

- в работе подчеркивается важность поддержки студенческих патриотических клубов и волонтерских проектов. Рекомендации, основанные на результатах исследования, могут быть использованы вузами для стимулирования и организации таких инициатив, что способствует формированию активной гражданской позиции у молодежи;

- разработана система мониторинга и оценки эффективности программ патриотического воспитания, которая может быть внедрена в образовательных учреждениях для постоянного улучшения воспитательной работы. Эта система включает критерии и показатели, позволяющие оценивать как краткосрочные, так и долгосрочные результаты внедрения таких программ;

- результаты могут быть использованы для разработки мероприятий, направленных на повышение социальной активности и гражданской ответственности студентов. Внедрение предложенных методов способствует формированию у студентов чувства гордости за свою страну, уважения к её истории и культуре, а также готовности активно участвовать в её защите и развитии.

Теоретическая и практическая значимость данного исследования обеспечивает его вклад в развитие теории и практики патриотического воспитания, а также способствует решению актуальных задач, стоящих перед образовательными учреждениями и обществом в целом. Внедрение предложенных методов и подходов позволяет не только повысить уровень патриотической идентичности студентов, но и укрепить социальное единство и стабильность в обществе.

Необходимость разработки критериев и показателей сформированности патриотической идентичности студенческой молодежи обусловлена важностью объективной оценки уровня патриотического воспитания [4, с. 63]. Это позволяет образовательным учреждениям эффективно организовывать процесс формирования патриотических ценностей, планировать воспитательную работу и способствующую

повышению гражданской ответственности студентов в условиях современных вызовов.

В таблице приведены критерии сформированности патриотической идентичности, позволяющие эффективно мониторить этот процесс и своевременно корректировать воспитательную работу.

Таблица 1.

Критерии и содержание формирования патриотической идентичности студенческой молодежи

№	Критерий	Показатель	Содержание
1.	Когнитивный критерий (Знание)	Осведомленность о национальной истории и культуре	<ul style="list-style-type: none"> • Знание ключевых исторических событий и героев страны. • Понимание значимости культурных достижений и национальных традиций.
		Понимание государственной символики	<ul style="list-style-type: none"> • Знание и понимание значения государственного флага, герба и гимна.
		Информированность о современных социальных и политических процессах	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание текущих событий и тенденций в стране. • Знание основ государственного устройства и прав граждан.
2.	Эмоционально-ценностный критерий (Чувства и убеждения)	Гордость за свою страну	<ul style="list-style-type: none"> • Испытание положительных эмоций при упоминании достижений страны. • Чувство гордости за национальные символы и культурные достижения.
		Идентификация с национальными ценностями	<ul style="list-style-type: none"> • Осознание и принятие национальных ценностей и идеалов. • Чувство принадлежности к национальной общности.
		Уважение к истории и традициям	<ul style="list-style-type: none"> • Позитивное отношение к историческим памятникам и культурному наследию. • Участие в национальных праздниках и мероприятиях.
3.	Поведенческий критерий (Дей-	Участие в патриотических мероприя-	<ul style="list-style-type: none"> • Активное участие в мероприятиях, направленных на со-

	ствия)	тиях	хранение и популяризацию национальных ценностей (выставки, конкурсы, акции).
		Социальная активность и гражданская позиция	<ul style="list-style-type: none"> • Участие в общественных инициативах и проектах, направленных на благо общества. • Готовность защищать интересы страны и участвовать в её развитии.
		Ответственное поведение в обществе	<ul style="list-style-type: none"> • Соблюдение законов и норм общественного поведения. • Уважение прав и обязанностей гражданина.
4.	Социально-психологический критерий (Отношения и взаимодействие)	Социальная интеграция	<ul style="list-style-type: none"> • Участие в жизни студенческого сообщества и взаимодействие с другими студентами на основе общих патриотических ценностей.
		Позитивное отношение к национальным меньшинствам и другим культурам	<ul style="list-style-type: none"> • Уважение к многообразию культур и этнических групп, проживающих в стране. •
		Готовность к диалогу и сотрудничеству	<ul style="list-style-type: none"> • Способность вести конструктивный диалог по вопросам национальной идентичности и патриотизма.

Критерии и показатели сформированности патриотической идентичности студенческой молодежи позволяют объективно оценить уровень патриотического воспитания в образовательных учреждениях. Они дают возможность регулярно мониторить и корректировать образовательные программы и внеклассные мероприятия, направленные на развитие у студентов чувства гордости за свою страну, уважения к её истории и культуре, а также готовности активно участвовать в её защите и развитии [4, с. 63].

Выводы. Формирование патриотической идентичности у студенческой молодежи является необходимым условием для укрепления национального самосознания, социальной стабильности и гражданской ответственности. Образовательные учреждения, используя интегрированный подход к патриотическому воспитанию, могут эффективно способствовать развитию у студентов чувства гордости за свою

страну, уважения к её истории и культуре, а также готовности активно участвовать в её защите и развитии.

В современных условиях, когда молодое поколение сталкивается с многочисленными вызовами и угрозами, патриотическое воспитание приобретает особую значимость и актуальность [10 с. 163].

В этой связи разработанные критерии и показатели будут способствовать более точной и объективной оценке уровня сформированности патриотической идентичности у студенческой молодежи. Это позволит образовательным учреждениям своевременно выявлять проблемы в воспитательной работе, корректировать подходы к патриотическому воспитанию и укреплять гражданскую ответственность студентов. В результате, данные меры будут способствовать формированию у молодежи устойчивых патриотических убеждений и готовности активно участвовать в жизни общества и защите интересов своей страны.

Список литературы

1. Валеева Р. А., Королева Н. Е., Сахапова Ф. Х. Диагностика сформированности гражданственности у студентов вуза // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 6. С. 291.
2. Воробьева Н. В. Педагогические модели воспитания патриотизма от ГОС ВПО до ФГОС ВО (на примере дисциплины «История») // Инновационное образование и экономика. 2016. Т. 1, № 21. С. 61-70.
3. Григорьева Е. В., Хакимова Н. Р., Левченко А. П. Патриотизм и тип ценностных ориентаций личности студентов вуза // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2017. № 4. С. 201-208.
4. Есина Е. А. К вопросу о разработке критериев личности патриота // Вестн. Моск. гос. ун-та культуры и искусств. 2008. № 2. С. 191-193.
5. Пушкина Т. Ф. Эмоционально-ценностные аспекты гражданственности личности // Изв. Воронеж. гос. пед. ун-та. 2015. № 2. С. 213-216.
6. Целуйкина Т. Г. Психологические детерминанты становления гражданственности студентов вуза // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7, № 2. С. 421-425.
7. Чернякова Н. В. Акмеологический подход к развитию гражданственности личности // Акмеология. 2015. № 3. С. 178-179.
8. Хазова С. А., Бегидова С. Н., Ахтаов Р. А. Формирование у студентов гражданственности как показателя их социально-

личностного развития // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 17. С. 58-64 [Электронный ресурс]. URL: <http://e-koncept.ru/2017/870018.htm> (дата обращения: 23.04.2019).

9. Файн М.Б. Подготовка молодого педагога в системе дополнительного профессионального образования к формированию индивидуальной профессиональной траектории. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Дагестанский государственный педагогический университет". 2020

10. Шаронов А. А. Сущность и структура патриотических ценностей подростков/А. А. Шаронов Г. В. Палаткина А. С. Джангазиева / Проблемы современного педагогического образования – Ялта РИО ГПА, 2018. - Вып. 61 – С. 241-244 (0,18 п.л.).

*Гвоздев Даниил Николаевич,
бакалавр психологии, психолог-консультант
Общественный проект РОО «Объединение ветеранов
боевых действий «ВETERАНЫ» war-veterans.ru*

РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ВETERАНОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Аннотация. Я – ветеран боевых действий. Моя статья про самоощущение. Сейчас много чувств, физический дискомфорт. Компенсация происходит на социальном, интеллектуальном уровне. Получил специализацию юриста по гражданскому праву. Учусь на психолога с акцентом на нейробиологию человека и причины его поведения. Психологи сосредоточены на проблемах стресса и ПТСР, а процесс боевой травматизации с момента прохождения цикла острого стресса до наступления посттравматических последствий не определен. Считаю важным своевременно останавливать развитие серьезной психической травмы и увеличивать реабилитационный потенциал у ветеранов боевых действий. Об обязательности посещения ветераном и его семьей консультаций у психологов я хочу написать в этой статье.

Ключевые слова: ветеран боевых действий, боевая психическая травма, реабилитация, реабилитационный потенциал, травматический процесс, посттравматическое стрессовое расстройство.

PROBLEMS OF REHABILITATION POTENTIAL OF COMBAT VETERANS

Annotation. I am a combat veteran, this article is about what I felt and feel now, what problems of the physical body prevent me from living a normal life, why, having a specialization in civil law, I am studying to be a psychologist and studying the central nervous system of a person, his behavior. Psychologists know very well the problems of acute stress, PTSD is included in the International Classification of Diseases, but the time from the moment of passing the acute stress cycle to the onset of post-trauma is not determined, how can one stop the development of psychological post-trauma at this time and how to increase the rehabilitation potential of combat veterans, how mandatory should be the visits of a veteran and his family to consultations with psychologists, I want to outline in this article.

Keywords: Combat veterans, military psychological trauma, rehabilitation, rehabilitation potential, neurosis, post-traumatic stress disorder.

Учитывая недостаточные, по моему мнению, знания в области психологии, необходимые для её применения в научной области, оставаясь в своей области консультирования, осознаю недостаточность общего понимания феноменологии психических расстройств и коморбидных состояний у ветеранов боевых действий вследствие участия в боестолкновениях.

Знания о возможностях психологической коррекции поведения вследствие боевой психической травмы у ветеранов первой чеченской кампании отличаются от травмы ветеранов войны в Афганистане. Таких знаний не хватает для работы с участниками специальной военной операции. Технологически война стала другой. В ней большое значение придаётся информированию и пропаганде. Психотравматизация на фоне военных действий начинает приобретать коллективный характер, т.к. в неё втягивается большая часть гражданского населения.

Общество так же применяет попытки героизировать всех, кто принимает участие в специальной военной операции. В этих интенциях прослеживается надежда избежать распространение военной проблематики на все сферы жизнедеятельности детского и взрослого населения страны. Например, фотография на рекламном баннере в военной форме с наградами направлена на убеждение общества, что о ветеране помнят и им гордятся, а сам участник военных действий то-

же получает положительные эмоции. Однако мирное население может испытывать чувство беспокойства по поводу происходящего. В случае с ветеранами, такие баннеры настораживают и снижают чувство личной безопасности.

Наша организация «Объединение ветеранов боевых действий «ВETERАНЫ» являлась одним из инициаторов установки таких баннеров. Мы предлагали разместить фото в центре ветерана боевых действий с семьей, в гражданской одежде, улыбающегося на фоне берега озера или ярких цветов. В верхнем углу добавить его небольшое фото в военной форме. Надпись была предложена следующего содержания: «Герои среди нас», а по желанию – фамилия имя, дата рождения, отрывок стихов, песни. К сожалению, проект в таком виде принят не был, и на баннере оказался снимок солдата в военной форме с ракурса в анфас.

После появления на улицах городов таких баннеров к нам обратился ветеран боевых действий, участник СВО вопросом: «Почему на баннере изображен именно этот солдат?», а не его достойный по, своим заслугам перед Отчеством, друг. Подобный эпизод произошел с супругой мобилизованного, проходившего реабилитацию военной психической травмы. Ветеран находился в длительной стрессовой нагрузке и возвратился на реабилитацию после лечения тяжёлого ранения. Каждый день он консультировался у психотерапевта, принимал седативные препараты. По утрам его супруга наблюдала у него психологические срывы. Она стала наблюдать за супругом, чтобы разобраться в причине тяжелых эпизодов в психическом состоянии мужа. Жена заметила, что ветеран подходил к окну и видел информационный баннер с фотографией героя боевых действий. На фоне данной визуализации возникала реакция по типу панической атаки.

Мы не должны забывать, что при возвращении с боевых действий ветераны ещё находятся в стрессе, и каждая информационная технология для формирования сознания населения может становится триггером. Психика ветерана способна мгновенно возвращаться к воспоминанию всех запахов, цвета, звуков войны, и они эти напоминания перестают отражать действительность мирной жизни и осознаются как опасные. Ощущения и восприятия меняются, долгосрочная память определяет паттерны мышления, воображение продуцирует картинку военных действий. Окружающая действительность обуславливает усиление воспроизведения травматического опыта в рецепторной сфере. Такие эпизоды становятся потенциально опасными для самого ветерана и его близких.

Задача гражданского общества – научиться принимать своих героев и учиться своими действиями увеличивать их реабилитационный потенциал с момента протекания фазы острого стресса – до возможного длительного влияния боевой психической травмы на факторы мирной жизни ветерана.

О чём я хочу рассказать уважаемому сообществу психологов, на примере своей травмы, я бы хотел рассказать о своей работе и жизни.

Я был демобилизован летом 1996 года, встретили меня друзья, совершенно, по моему мнению, не понимающие что такое «плечо товарища», я увидел что здесь, в гражданской жизни никому нет дела до тех, кто погиб там, меня в машине везли к родителям, я плакал и кричал в открытое окно.

После демобилизации прошёл год, и я уже находился под следствием по статье кража, хранение и передача оружия и боеприпасов, проходя мимо Православного Храма, решил войти в открытые двери. После этого я стал менять свою жизнь.

Я намеренно пишу «в открытые двери», потому что это были первые открытые двери для меня и тысяч таких же. Это важно, открытые двери. государственных учреждений, культурных учреждений, учреждений образования. Ощущения окружающего стали менять в лучшую сторону.

У ветеранов боевых действий, вернувшихся менее чем полгода или год в случае активного ведения боевых действий, в первую очередь изменяется перцептивное ощущение окружающего мира и его явлений, впоследствии изменяющиеся ощущения меняют энтероцептивные -внутренние ощущения организма, при нахождение в длительном стрессе появляются кажущиеся, фантомные боли в разных локациях физического тела, депрессивные состояния, прокрастинация, панические атаки.

Одним из примеров изменения перцептивного процесса является процесс восприятия слуха. Ветеран боевых действий слушает собеседника, услышанное он воспринимает сначала на сенсорном уровне /слышит/ а затем на перцептивном уровне, понимает сказанное и в связи с психической травмой определяет совершенной другой смысл. Очень часто, такое происходит на приёмах в государственных учреждениях, где ветеран слышит, что для подтверждения его участия в боевых действиях, ему необходимо предоставить документ, но на перцептивном уровне он слышит отказ и недоверие.

Продолжительность, интенсивность /количественная характеристика/ участия в боевых действиях один из важных факторов изменений психических познавательных процессов.

Качество участия в боевых действиях, под термином качество я подразумеваю выполняемые задачи, например у участника штурмовых мероприятий оно изменит концепцию психологии в гражданской жизни и в первую очередь его реакция на стресс будет «БЕЙ», «БЕГИ», «ЗАМРИ», выше я напомнил о возможных изменениях ощущений ветерана после возвращения с боевых действий, то есть, из-под воздействия острого стресса. Уточню, что защитная реакция на стресс у штурмовика скорее будет «БЕЙ» или «БЕГИ», в связи с полученной практикой выживания на войне. Разница ответной реакции «БЕЙ» или «БЕГИ» будет характеризована скорее личными качествами индивидуума, тренировками мышечной памяти. В данном случае «БЕГИ» не значит убегать, скорее, пропустить этот стресс, ситуацию и бежать дальше. Более конкретно в ситуации ветеран может попросту свалить, уронить, толкнуть человека или предмет мешающий, по его мнению, продвижению вперед, то есть выполнению задачи. Это может быть даже медленнодвигающийся без видимых причин автомобиль, впереди его автомобиля.

Качество участия в боевых действиях и влияние на психический процесс ощущений у ветерана и как следствие его ответная реакция на стресс у участника /например/ группы эвакуации раненых, «ЗАМРИ». Вследствие тяжёлых картин войны с высокой интенсивностью, когда человек видит тяжёлые сочетанные травмы, рваные раны, убитых, старые трупы, вынужден часто прятаться от артобстрелов, скрытно вытаскивать с позиций раненых, быстро реагировать на меняющуюся ситуацию. Задача эвакуации остаться в живых и вынести раненого до места, эту задачу удаётся выполнять при максимальной скрытности и скорости. Научения скрытности, оставленные практикой войны, остаются основными паттернами и в гражданской жизни. Ветераны, участники эвакуационной группы (пример), скорее будут неактивны дома, более подвержены алкоголизации, очень часто воспоминания вызывают у них слёзы и тяжёлое настроение, они будут лучше назначать встречи в лесу, в немногочисленных местах и избегать многолюдных мероприятий, чем делать это в городе, на открытой местности, в замкнутом пространстве.

В последствие реакции после устранения или избежания угрозы, организм испытывает некоторое истощение, а затем выплеск эмоций и сонливость.

Реакция «ЗАМРИ» у ветерана боевых действий может возникать и при неприятных известиях, просмотре новостей, полученной сторонней тяжёлой информации, при воспоминаниях вследствие работы познавательных процессов и воздействии органов чувств.

Проект war-veterans.ru опубликовал в социальных сетях анонимный опрос, в котором приняло участие около 30 человек.

Опрос направлен на выявление трудностей восприятия при возвращении с боевых действий:

«При возвращении домой меня нервировало»

66,7% -много вопросов как мне там было

8,33% -жалость ко мне без причин

8,33% - Предложения не смотреть при мне фильмы про войну

8,33- Со мной не соглашались и спорили

4.17% -Просьба рассказать плохо мне или нет

4,17%- мне не верили и лезли с помощью.

Опрос показал, что больше всего вызывал стресс у ветеранов вернувшихся с войны вопрос «как там было», то есть желание окружающих чтобы ветеран вспомнил и рассказал истории, ощущения, высказал мнения. Исходя из чего а так же используя свой опыт и практику, считаю обязательным оградить ветеранов боевых действий от тяжёлых воспоминаний, картинками из его прошлого, подменяя их картинками его счастливого будущего. В противном случае, отрицательные изменения в психическом состоянии приведут к изменениям психологического здоровья и полноценного проживания каждого этапа онтогенеза человека.

Уверен, что в ближайшем будущем психологи достигнут единого мнения в профилактике лечения военной психологической травмы, нозология травмы будет изучена в соответствии с новыми поведенческими практиками и навыками, технологиями и процессами развития всех сторон человеческой психики. Уже сегодня, как отклик на проблему, создаются общественные объединения психологов, проводятся обучающие семинары, организуется коррекционная и психологореабилитационная работа с семьями мобилизованных и вернувшимися с боевых действий ветеранами. Наш проект сегодня активно участвует в работе по изучению военной психологической травмы совместно с ИКЦ «Психометрика» и научным руководителем центра, доктором психологии, профессором Оксаной Владимировной Защиринской.

Позволю себе процитировать профессора, доктора психологических наук, член-корреспондента РАО Александра Григорьевича Караяни: «Таким образом, формирующийся хронотоп войны показыва-

ет, что в ходе СВО создаются специфические, крайне неблагоприятные психологические и социальные условия, и для успешных действий в этих ситуациях требуется кардинальная перестройка нервной системы, психики, поведения людей для выживания в условиях повседневной смертельной опасности, новизны неопределённости и противоречивости событий.

И такая перестройка, прежде всего у участников боевых действий, идёт непрерывно. Под потребности боя перестраивается мозг – возникают тысячи новых нейронных связей, новые нейронные контуры, регулирующие боевое поведение. Угасают нейронные связи мирного времени.

Активизируется симпатический отдел вегетативной нервной системы.

Меняется гормональный состав крови. Здесь образуется своеобразный стрессовый коктейль, обеспечивающий поведение, нацеленное на выживание.

Формируются боевые рефлексы на основе врождённой схемы «Бей! Беги! Замри!». Новые привычки вписываются в режим военной жизни. Включаются и тренируются те группы мышц, которые необходимы для тяжёлой боевой работы.

Кардинально меняется система ценностей, набор социальных ролей и возникает новая идентичность человека – идентичность «бойца – члена боевого коллектива».

И следующий важный тезис профессора: «Однако СВО, как и всякое военное или социальное событие, имеет своё начало и конец. Рано или поздно, выполнив возложенные на неё задачи, она завершится. И перед государством, обществом, профессиональными организациями встанет задача громадной важности - обеспечить продолжение жизни, формирование нового послевоенного общества, нового уровня жизни».

В заключении я сделаю акцент на словах другого психолога: «Современные боевые действия в текущем масштабном конфликте по своему характеру разительно отличаются от прошлых войн и конфликтов. Также значительно отличается и набор факторов, воздействующих на психику людей, участвующих в боевых действиях. Да и сам человек уже другой. Немаловажно то, с каким набором антропологических характеристик люди оказываются на войне. Как они думают о себе, как воспринимают и представляют себя. Время, прошедшее с начала СВО, сделало эти отличия и изменения яркими, выпуклыми» Василий Ланговой – врач-психиатр, психотерапевт с 20-

летним стажем. Участник СВО 2022-2023 годов, начальник медицинской службы добровольческого батальона Барс-14.

И ещё один, очень важный тезис Василия Лангового – «Новая нозология боевой травмы, о которой я размышляю, должна не запираť все наблюдаемые явления в концепцию ПТСР, а гармонично классифицировать весь наблюдаемый спектр феноменов и объяснять причинно-следственные связи развития и исходов боевой травмы»

Возможно, создание новой нозологии военной психологической травмы должно стать главной целью всего психологического сообщества, для чего нам необходимы семинары с участием ветеранов боевых действий, готовых рассказывать о своих чувственных изменениях после возвращения с боевых действий.

Наш проект сегодня активно участвует в работе по изучению военной психологической травмы совместно с ИКЦ «Психометрика» и научным руководителем центра профессором Оксаной Владимировной Защириной.

Список литературы

1. Шапарь В.Б. Психология войн и конфликтов. Ростов на Дону: изд. Феникс.
2. Караяни А.Г. «Поколение СВО – психологический актив созидания будущего России». Психологическая газета, 22.08.2024.
3. Боевая травма сегодня – «семинар с Василием Ланговым» психологическая студия Гавердовской Катерины.
4. Психические процессы и состояния. Методическое пособие для студентов всех специальностей, Санкт-Петербургская государственная академия холода и пищевых технологий. Кафедра психологии и политологии.
5. Защириная О.В. Практикум по психотравматологии. ИКЦ «Психометрика».

Горбатюк Екатерина Александровна
студентка 3 курса 07-321Мз группы
Херсонского государственного педагогического университета
Степень образования: Магистр
Форма обучения: очно-заочная
Направленность: Психологическое консультирование
ty_katya@mail.ru

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССОВОГО
РАССТРОЙСТВА У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ
УЧАСТНИКОВ ЛОКАЛЬНЫХ ВОЙН**

Аннотация. Статья посвящена проблеме посттравматического стрессового расстройства у военнослужащих участников локальных войн. Изучение психологической и медицинской литературы показало, что понятие ПТСР современные исследователи рассматривают в основном в негативном контексте как дистресс. Но этот процесс происходит в пределах нормальной реакции психики военнослужащего на воздействие неблагоприятных стресс-факторов боевых действий.

Gorbatyuk Ekaterina Alexandrovna

**PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF POST-TRAUMATIC STRESS
DISORDER IN SERVICEMEN OF LOCAL WARS PARTICIPANTS**

Annotation. The article is devoted to the problem of post-traumatic stress disorder in servicemen participating in local wars. The study of psychological and medical literature has shown that modern researchers consider the concept of PTSD mainly in a negative context as distress. But this process takes place within the normal reaction of a serviceman's psyche to the impact of unfavorable stress factors of combat operations.

Результаты войн убедительно показали существование проблемы психологических последствий участия в боевых действиях, являющихся результатом переживаний воинами боевого стресса значительной силы. Установлены отечественными и западными специалистами сложность проблемы, необходимость привлечения опытных специалистов, значительное время для ее решения, материальных ресурсов, поддержки общественного сообщества.

Стихия войны оказывает существенное влияние на личность военнослужащих. Одним из ее весомых последствий является боевой стресс, оказывающий мощное психотравмирующее влияние на бойцов, является основной причиной боевых психических травм, развития острых стрессовых и посттравматических стрессовых расстройств. Боевой стресс сопровождается действием стресс-факторов, которые несут угрозу жизни военнослужащих и отрицательно влияют на состояние их здоровья, снижают успешность деятельности или приводят к ее срыву, приводят к психогенным потерям в подразделениях.

Бойцы, подвергшиеся влиянию боевого стресса, имеют нарушения адаптации, которые проявляются в значительных эмоциональных переживаниях, нарушениях когнитивной переработки информации, деформации личности воинов и их социальных связей. Боевой стресс может способствовать радикальным изменениям в аффективной, когнитивной, мотивационной, смысловой и поведенческой сфере комбатантов, оказывать значительное влияние на успешность профессиональной деятельности.

Анализ проблемы боевого стресса показывает недостаточное состояние его изучения. Научные исследования касаются отдельных аспектов клинко-патологических последствий боевого стресса для психики военнослужащих. Этим традиционно занимаются военные медики.

Изучение психологических последствий влияния боевого стресса принадлежит психологам, среди которых ведущая роль принадлежит военным, клиническим и социальным. Т. Никитина, М. Решетников, И. Сыромятников, А. Жаданюк, А. Утюганов, А. Тимченко, К. Кравченко, Ю. Широбоков).

Ограниченность научных исследований боевого стресса вообще и изучение его влияния на личность военнослужащих, в частности, вызвана целым рядом причин, среди которых основными являются разновекторность представлений специалистов относительно его феномена, сложностью изучения в боевых и клинических условиях, отсутствием психодиагностического инструментария боевого стресса.

Около 80% военнослужащих, участвовавших в боевых действиях во время проведения антитеррористической операции, находились в состоянии боевого стресса, который в дальнейшем трансформировался примерно в 25% посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР) разной степени выраженности. 98% участников боевых действий нуждаются в квалифицированной поддержке и помощи вследствие действия боевых стресс факторов (О. Друзь, 2017).

Результатом воздействия боевого стресса является поражение психики бойцов, имеющее форму боевой психической травмы. Она представляет собой виртуально-операционную диагностическую категорию, которая характеризует новую форму адаптированности бойца к требованиям опасной среды и объясняет причины расстройств адаптации военнослужащих. В общем смысле это нормальная реакция здорового организма человека на ненормальные обстоятельства внешней среды.

Эта травма занимает существенное место в структуре боевого поражения психики военнослужащих: увеличивает в 3-4 раза психическую заболеваемость в армии и на 10-50% ослабляет боеспособность войск (С. Литвинцев, Е. Снедков, А. Резник, 2005). По данным Ивашкина и Новоженова (1995), симптоматику боевых психических травм (БПТ) различной сложности выявляют примерно у 40% раненых.

Боевые психические травмы комбатантов могут длительное время их преследовать и являются важнейшим препятствием для адаптации к военной службе в местах постоянной дислокации, а также мирной жизни после освобождения из рядов вооруженных сил. Признаки боевых психических травм в форме посттравматических стрессовых расстройств могут сохраняться длительное время.

По данным разных авторов, клинически оформленными ПТСР страдают от 12,5% до 44% ветеранов войны, а частичные признаки этого симптомо-комплекса в отдаленный период выявляются в 63-91,5% случаев (Н. Тарабрина, 2001; И. Малкина-Пых, 2005; О. Малащенко, В. Новиков, В. Ласков, А. Погосов, 2009; Р.Кадыров, 2012).

Таким образом, боевой дистресс инициирует негативные процессы в психике комбатантов, нарушающих нормативное исполнение воинами обязанностей по назначению, способствует возникновению неспецифических психологических доклинических проявлений и распространению психических расстройств.

Мировой современный опыт вооруженной борьбы, а также выбор европейского вектора развития указывают на существование и рост ценности жизни людей, их здоровья и требует от должностных лиц всех уровней (как военной, так и гражданской специальности) ответственных управленческих решений, человечности и максимально возможного сохранения жизни и здоровье воинов.

Согласно этому вектору значительно повышается роль проведения психопрофилактической работы со всеми категориями военнослужащих по обучению управлению боевым стрессом, осуществлению психодиагностики, предоставлению воинам с боевыми психиче-

скими травмами своевременной психологической помощи, проведению мероприятий психологической реабилитации, работе с посттравматическими стрессовыми расстройствами, личностного роста и др. Особое внимание должно уделяться раненым военнослужащим, ставшим инвалидами в результате боевых действий, с внутричерепной травмой: сотрясением головного мозга (контузией).

Условия сегодняшнего дня требуют организации и проведения масштабной психологической работы со специалистами, организации системы их психологической защиты от боевого стресса. Выше изложенное в совокупности обусловило выбор темы исследования: «Психологическое сопровождение посттравматического стрессового расстройства у военнослужащих участников локальных войн».

*Даудова Динара Магомедовна,
канд. психол. наук, доцент каф. психологии
развития личности, ФСПиП,
ДГПУ им. Р.Гамзатова, г. Махачкала*

ЭМПАТИЯ, КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНОЕ КАЧЕСТВО ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА В РАБОТЕ С УЧАСТНИКАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ (СВО)

Аннотация. Участники СВО проходя военную службу часто сталкиваются с состоянием, которое мешает им, в последующем, успешно адаптироваться к «новой» среде жизнедеятельности, к внутренним факторам, новому социальному статусу. Лишь своевременно полученная социальная помощь предотвращает развитие ситуаций, которая может ухудшить положение его в обществе и повлиять не только на его дальнейшую жизнь, но и жизнь членов его семьи. Однако не каждый педагог- психолог может помочь в данной ситуации. Качественную помощь сможет оказать специалист, обладающий эмпатией, которая должна проявляться в ходе профессионального взаимодействия специалиста с клиентом.

Ключевые слова: эмпатия, профессиональные способности, профессиональные качества, психологическое консультирование, психолог-консультант.

EMPATHY AS A PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITY OF A TEACHER-PSYCHOLOGIST IN WORKING WITH PARTICIPANTS IN A SPECIAL MILITARY OPERATION (SVO)

Annotation. SVO participants during their military service, they often face a condition that prevents them from successfully adapting to the "new" environment of life, to internal factors, and to a new social status. Only timely social assistance prevents the development of situations that can worsen his position in society and affect not only his future life, but also the lives of his family members. However, not every educational psychologist can help in this situation. High-quality assistance can be provided by a specialist with empathy, which should be manifested during the professional interaction of a specialist with a client.

Keywords: empathy, professional abilities, professional qualities, psychological counseling, psychological consultant.

Интерес общества к психологическому консультированию актуализирует необходимость исследования индивидуальных психологических характеристик специалистов в этой области, а также особенностей формирования их профессионально значимых качеств.

Не секрет, что важным и значимым свойством в профессиональной деятельности педагога-психолога является эмпатия, эмоциональная взаимосвязь, возникающая между людьми, а в работе педагога-психолога между ним и клиентом.

Важнейшим фактором, значительно влияющим на работу практического психолога, является эмпатическое восприятие. Ведь в процессе работы он должен обладать способностями переживать в настоящий момент, уметь быть искренним с клиентом, эмоционально откликаться на чувства другого человека. Такой уровень позволит ему глубже осознать переживания клиента, добиться теплых и искренних взаимоотношений с клиентом, эффективно донести свое восприятие до него.

В психологическом консультировании эмпатия считается самым важным методом работы, так как без нее установить связь и терапевтический контакт с клиентом не возможно, а при определённой специфике психотерапевтического подхода она становится одним из основных методов помощи, который позволит раскрепоститься клиенту, ощутить свою безопасность и принадлежности.

К потенциальным характеристикам способного к эмпатии человека относятся:

- Возможность глубже погрузиться в субъективный мир клиента, не раскрывая его внутреннего мира;
- Терпимость к выражению чувств со стороны собеседника;
- Готовность адаптировать свое восприятие к восприятию собеседника, чтобы лучше понять ситуацию и события, происходящие в нем[1].

В процессе профессионального становления эмпатия у психологов-консультантов становится более адаптированной к их профессиональным задачам и целям. Это приводит к тому, что эмпатические действия становятся целенаправленными и соответствующими требованиям профессии. Эмпатия начинает играть важную роль в системе профессиональной мотивации, что, в свою очередь, способствует развитию механизмов, регулирующих эмпатические реакции.

При этом эмпатия, рассматривая в профессиональном контексте, обладает рядом специфических черт.

1. Обязательность помощи. Профессионал в своем деле не может отказать в помощи клиенту.

2. Регулярность помощи. Порой именно это приводит психологов к эмоциональному выгоранию и его формальному отношению к помощи.

3. Повышенный персональный дистресс. Переживание ситуаций клиента сквозь себя может привести к повышенному персональному дистрессу, трудностям, возникновению отвращения, негативных чувств, осуждению и т.д.

Каждый участник вооруженного конфликта, в условиях специальной военной операции (СВО), имеет высокий риск психических и физических последствий, а порой и летальных. Именно поэтому особую значимость приобретает тема нашей статьи.

В период непосредственного пребывания в зоне боевых действий он чувствует явное угнетение психоэмоционального состояния. Именно поэтому, так важна и необходима специализированная психологическая помощь, особенно в период пребывания в зоне боевых действий, а также в период демобилизации.

Ситуации угрозы жизни и здоровью, потери близкого человека или коллеги вызывают негативные психические состояния, которые характеризуются доминированием острых или хронических негативных эмоциональных переживаний. Как правило, участники боевых действий чаще всего сталкиваются с феноменом ПТСР, который про-

является повторными переживаниями травматических событий, в кошмарных сновидениях, тревогой и паникой, чувством вины (синдромом выжившего), злости, безнадежности, флешбек-синдромом (повторяющиеся воспоминания), синдром прогрессирующей астении.

Возникающие в этих состояниях эмоции могут достигать такой степени интенсивности, что они оказывают дезорганизующее воздействие на когнитивную деятельность человека, затрудняя процесс адаптации к происходящим событиям.

Суть психологической работы с участниками СВО заключается в образовательной, психотерапевтической и психологической помощи, которая позволит освоить навыки снижения проявления негативных черт личности, оптимизации процессов взаимодействия с окружающим миром, минимизации своих отрицательных эмоций, агрессии, предотвращения развития конфликтов и релаксационные аутогенные технологии, которые будут направлены на восстановление ресурсов организма.

Квалифицированный психолог не ограничен только своей культурной средой; он стремится понять разные точки зрения, поведения и установки. Его способность к индивидуальной и культурной эмпатии создает мощный инструмент, который может стать основой для успешного консультирования. Это дает возможность глубже понять мир клиента и совместно с ним двигаться к решению его проблем. Таким образом, психолог формирует восприятие жизненного пути других людей без предвзятости, осуждения или сравнений.

В его основе должна быть демократическая структура, позиция близости, но не давления, когда клиент самостоятельно управляет процессом консультирования. Он способен сопереживать, но не погружается в проблемы клиентов, сохраняя при этом нейтралитет и видя ситуации под разными углами. Это достигается во многом благодаря обширному опыту взаимодействия с людьми, обладающими различными психологическими характеристиками.

Однако при общении с такими клиентами, педагогу-психологу не стоит забывать, что в такой ситуации важны слова поддержки и сопереживание, которые несомненно внесут свой вклад в процесс восстановления пострадавшего, позволят почувствовать себя услышанными, понятыми и валидированными [2].

Таким образом, благодаря способности педагога-психолога понимать историю каждого клиента, чувствовать его потребности и эмоции, можно будет добиться создания тесной связи и доверительных отношений между пострадавшим и его окружением.

Поэтому культивирование способностей к эмпатии и взаимному пониманию играет важную роль в поддержке тех, кто испытывает трудности после участия в военных действиях.

Список литературы

1. Сизикова М.В. Эмпатия как личностная черта и профессиональное качество психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / М.В. Сизикова; «Высш. школа экономики», нац. исслед. ун-т. - М., 2018. - 28 с.

2. Чистякова Е. М. Необходимость эмпатии в работе психолога / Е. М. Чистякова. - Текст: непосредственный // Молодой ученый. - 2024. - № 6 (505). - С. 56-58. - URL: <https://moluch.ru/archive/505/111210/> (дата обращения: 13.11.2024).

*Ермолаева Анна Валериевна,
заместитель руководителя ФКЦ
по обеспечению психологической службы
в системе образования Российской Федерации
Московский государственный психолого-педагогический
университет, Москва, ermolaevaav@mgppu.ru*

ОСНОВНАЯ ПРОБЛЕМАТИКА ОБРАЩЕНИЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, УЧАСТНИКОВ (ВETERАНОВ) СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ И ЧЛЕНОВ ИХ СЕМЕЙ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Аннотация. Глубинное понимание основных проблематик, с которыми сталкиваются военнослужащие и члены их семей, является ключевым для разработки эффективных методов психотерапевтической помощи. Отсутствие адекватной психологической поддержки может привести к долгосрочным негативным последствиям как для личности, так и для общества в целом. Поэтому важно обеспечить доступ к качественной психологической помощи, что поможет снизить уровень психологической травмы и способствовать более быстрой социальной адаптации после возвращения из зоны конфликта.

Ключевые слова: военнослужащие, комбатанты, члены семей военнослужащих, специальная военная операция, психологическая помощь.

THE MAIN PROBLEM OF APPEALS FROM MILITARY PERSONNEL, PARTICIPANTS IN A SPECIAL MILITARY OPERATION AND THEIR FAMILY MEMBERS FOR PSYCHOLOGICAL HELP

Abstract. An in-depth understanding of the main issues faced by military personnel and their family members is key to developing effective methods of psychotherapeutic care. The lack of adequate psychological support can lead to long-term negative consequences for both individuals and society as a whole. Therefore, it is important to ensure access to high-quality psychological care, which will help reduce the level of psychological trauma and promote faster social adaptation after returning from the conflict zone.

Keywords: military personnel, combatants, family members of military personnel, special military operation, psychological assistance.

Современная ситуация вовлеченности населения в события специальной военной операции несет в себе угрозу жизни и здоровью, а также психологических последствий для всех наблюдающих за ситуацией. Особенно уязвимой категорией будут непосредственно участники (ветераны) специальной военной операции (далее – СВО) и члены их семей. Обращение за психологической помощью военнослужащих, Вопросы психологической помощи и поддержки комбатантов и их близких начинают обретать широкую огласку, остаётся множество нерешённых проблем и вызовов. Эти проблемы охватывают широкий спектр вопросов, начиная от стигматизации и недопонимания в обществе и заканчивая небольшим количеством квалифицированных специалистов, способных оказать качественную психологическую помощь ввиду отсутствия подготовки по данной проблематике обращений.

Ситуации угрозы жизни и здоровью, потери близкого человека или сослуживца вызывают психические состояния и расстройства, которые характеризуются преобладанием острых негативных эмоциональных переживаний: страха, депрессивных проявлений, горя, отчаяния, агрессии, тревоги, вины, раздражительности, дисфории. В части случаев развивается посттравматическое

стрессовое расстройство, которое требует особого и комплексного внимания специалистов из сферы психического здоровья.

В условиях, когда участники боевых действий и их семьи сталкиваются с высокой психологической нагрузкой, важность доступа к качественной психологической помощи не может быть переоценена. Участники специальной военной операции и члены семей военнослужащих испытывают значительные эмоциональные, психические и социальные нагрузки, требующие адекватной и своевременной психологической поддержки. Сложности, с которыми они сталкиваются, чрезвычайно разнообразны и могут включать в себя симптомы посттравматического стрессового расстройства, депрессию, тревожность, а также проблемы в семейных и социальных отношениях. Помимо этого, стигматизация психологических проблем и страх негативного восприятия в военном сообществе могут стать серьезными препятствиями на пути к обращению за психологической помощью. Таким образом, обеспечение доступа к квалифицированной психологической помощи для этих категорий населения является ключевым элементом обеспечения их психического здоровья и благополучия. Выявление и решение проблем, связанных с обращением за психологической поддержкой, требует совместных усилий военных структур, здравоохранения, образовательных учреждений, а также общественных и некоммерческих организаций.

Особенно выражен запрос на психологическую помощь у членов семей военнослужащих, которым требуется поддержка в возможности справиться с ощущением неопределенности и страха за жизнь близкого, а также помощь в адаптации к изменениям в семейной жизни, возникшим в результате длительного отсутствия члена семьи. В начале работы с такими семьями главное внимание уделяется не столько военнослужащему, сколько его супруге и детям. Именно они чаще всего страдают от изменений, происходящих вернувшимся из зоны боевых действий членом семьи, и их благополучие должно стать приоритетом. Это не значит, что нужды самого ветерана остаются без внимания, но в первую очередь поддержка направлена на тех, кто в его отсутствие формировал домашнее пространство.

Вернувшись с передовой, военнослужащие могут столкнуться с трудностями адаптации, выраженными в их поведенческих изменениях, которые могут казаться непредсказуемыми или странными для окружающих. Важность единых усилий семьи в

преодолении последствий, вызванных воздействием военного опыта, не может быть недооценена.

В процессе адаптации к мирной жизни нельзя игнорировать и внутреннюю работу с травматическими воспоминаниями, которые могут оказывать существенное воздействие на повседневное функционирование человека. Это предполагает проработку пережитого и нахождение способов справиться с психологической травмой.

Не менее важным является процесс взаимодействия с семьей ветерана, которая часто выражает желание вернуть прежние отношения и обстановку, несмотря на то, что прошедшие события неизбежно внесли изменения в личность ветерана. Здесь начинается тонкая и непростая работа по помощи семье в принятии и понимании новой реальности, в которой все члены семьи могут находить общий язык и поддерживать друг друга.

Осознание и принятие новой системы ценностей становится ключевым аспектом успешной ресоциализации бойца, позволяя не только восстановить личностный баланс, но и укрепить связи с семьей, обеспечивая благоприятные условия для возвращения к полноценной жизни в обществе. Этот путь, хотя и непрост, представляет собой важный этап посттравматического роста, ведущий к личностному совершенствованию и обновлению жизненного пути комбатанта.

После снижения первоначального стресса наступает момент, когда перед бывшим военнослужащим встает задача возвращения к профессиональной деятельности. Возобновление рабочих обязанностей для многих является вызовом. Основная трудность заключается в необходимости принятия авторитета начальства и вливания в предустановленные рабочие процессы, что может вызывать неприятие. Поэтому крайне важно, чтобы рабочее место было адаптировано под нужды возвращающихся комбатантов, предусматривая гибкий график и создавая условия для работы в спокойной обстановке с минимальным количеством коллег. Таким образом, бывшие бойцы смогут постепенно адаптироваться к рабочему процессу, сохраняя чувство комфорта и безопасности.

Добавление этих элементов в повседневную практику и акцент на развитие личных качеств в рамках психологической работы с комбатантом становится основой для гармоничного и полноценного развития личности. Поддержка окружающих и умение поддерживать

себя – это фундамент, на котором строятся успешное будущее и достижение любых поставленных целей.

Таким образом, среди запросов военнослужащих, участников (ветеранов) специальной военной операции и членов их семей можно выделить основные категории и более частную проблематику. Рассмотрим каждую из категорий подробнее.

1. Проблемы, связанные с кризисными состояниями военнослужащего, участника (ветерана) и членов его семьи

1.1. Острые стрессовые реакции (плач, агрессия, апатия, истерики, панические атаки, нервная дрожь, двигательное возбуждение)

1.2. Болезненные воспоминания, аффективные реакции

1.3. Страхи, тревога, тревожность, фобические реакции, ощущение сохранности угрозы

1.4. Симптомы ПТСР (флэшбэк-синдром, симптомы измечания, симптомы повышения психологической чувствительности или возбудимости и др.)

1.5. Пережитый травматический опыт

1.6. Выработка способов саморегуляции (при возвращении в условия боевых действий)

1.7. Выработка способов саморегуляции при адаптации к мирной жизни

1.8. Переживание горя, утраты сослуживцев (для участника (ветерана) СВО)

1.9. Переживание горя, утраты (для членов семьи участника (ветерана) СВО)

1.10. Чувство вины (вина выжившего)

1.11. Депрессивные состояния

1.12. Суицидальные мысли, намерения

1.13. Аутоагрессия и самоповреждения

1.14. Другой запрос участника (ветерана) СВО или члена его семьи, связанный с кризисными состояниями

Возвращение ветеранов в мирную жизнь и их интеграция в общество требуют особого внимания. В этом процессе выделяется несколько ключевых аспектов, среди которых необходимость адаптации к нормам и обычаям гражданской жизни. Прежде всего, значимой задачей для них является обретение способности обустроить своё повседневное существование без постоянного напряжения и стресса, связанного с прошлым боевым опытом.

К тому же, для бывших комбатантов важно снова научиться строить и поддерживать отношения с близкими, друзьями и окру-

жающими в целом. Этот аспект влечёт за собой потребность в развитии коммуникативных навыков и преодолении возможных психологических барьеров, которые могли образоваться в результате военных действий.

2. Проблемы, связанные с адаптацией и социализацией участника (ветерана) СВО

2.1. Трудности адаптации в первые дни (до месяца) после прибытия участника (ветерана) СВО

2.2. Трудности адаптации и возвращения к мирной жизни (более месяца) после прибытия участника (ветерана) СВО

2.3. Сложности устройства на работу, поиск себя, призвания участника (ветерана) СВО

2.4. Потеря смысла жизни участника (ветерана) СВО или члена его семьи

2.5. Рискованное поведение, потребность иметь при себе оружие, желание оказываться в различных опасных для жизни и здоровья ситуациях

2.6. Другой запрос, связанный с адаптацией и социализацией участника (ветерана) СВО или члена его семьи

Важным шагом является налаживание здорового режима, в основном, сна и отдыха, который был нарушен во время службы. Важность качественного отдыха и восстановления для психического и физического здоровья сложно переоценить, особенно для тех, кто пережил стресс и перенапряжение.

3. Проблемы со здоровьем

3.1. Проблемы со здоровьем, соматические нарушения (изменение аппетита, снижение либидо, головные боли, тошнота, дрожь, потливость, боли, ломота в мышцах)

3.1. Изменения сознания (когнитивные нарушения) и нарушения речи

3.2. Проблемы, связанные с инвалидизацией

3.3. Переживания из-за хронических или неизлечимых заболеваний в результате военной травматизации

3.4. Проблемы, связанные с химическими зависимостями (алкогольная, наркотическая и пр. формы аддиктивного поведения)

3.5. Проблемы, связанные с психологическими зависимостями (расстройство пищевого поведения, зависимость от военных действий - «застрявший» на войне, игровая зависимость и пр.)

3.6. «Органические» расстройства, пограничные расстройства личности (с целью переадресации запроса)

3.7. Другой запрос, связанный с адаптацией и социализацией участника (ветерана) СВО или члена его семьи

Одним из аспектов, который может быть источником конфликта является различие во взглядах на военные конфликты и операции. В современном обществе, где информация распространяется с невероятной скоростью, люди часто делятся на разные лагеря по отношению к политическим и социальным вопросам.

Такие различия во взглядах могут стать причиной раскола между родственниками, что в свою очередь, может привести к обидам и даже окончательному разрыву отношений. Важно помнить, что сохранение родственных связей требует толерантности, уважения к мнениям других и готовности идти на компромисс в спорных вопросах.

4. Проблемы, связанные с коммуникацией и взаимоотношениями с близкими и членами семьи

4.1. Уход в себя, замкнутость, избегание социальных контактов

4.2. Сложности процесса адаптации к семейной жизни (отношения не как были раньше, сложности сексуальной сферы, ощущение «чужого» человека и пр.)

4.3. Насилие в семье по отношению к близким, членам семьи участника (ветерана) СВО

4.4. Сложности в коммуникации и взаимодействии с другими людьми

4.5. Конфликтность, агрессия на людей, немотивированная агрессия

4.6. Низкий контроль проявления эмоций

4.7. Недоверие к окружающим

4.8. Избегание мест, людей, которые напоминают о травмирующем событии

4.9. Ситуация неопределенности у членов семей военнослужащего (попал в плен, пропал без вести)

4.10. Другой запрос, связанный с коммуникацией и взаимоотношениями с близкими и членами семьи

В ходе адаптации к мирному бытию комбатанты зачастую сталкиваются с внутриличностным конфликтом, вызванным несоответствием между прежними и новыми ценностями. Этот конфликт подчеркивает сложность перехода от боевой к мирной жизни, где внутреннее противоречие не находит разрешения в условиях военных действий. Тем не менее, возможность для

некоторого компенсаторного эффекта существует, предлагая пути для примирения с собой и обретения внутреннего спокойствия.

5. Проблемы, связанные с морально-психологическим состоянием участника (ветерана) СВО или члена его семьи

5.1. Укрепление боевого духа, (военнослужащий в отпуске, демотивирован)

5.2. Восстановление боевой и трудовой работоспособности

5.3. Сниженная эмоциональность (притупленность, оскуднение чувств)

5.4. Поиск справедливости

5.5. Потеря чувства патриотизма, обвинение других

5.6. Потребность быть понятым, признанным, принятым, поддержанным

5.7. Работа с разрушенными ожиданиями в результате возвращения

5.8. Другой запрос, связанный с морально-психологическим состоянием участника (ветерана) СВО или члена его семьи

6. Другие запросы

6.1. Информационный запрос

6.2. Неклассифицируемый запрос

6.3. Запрос на маршрутизацию к другому специалисту (психиатрическая, юридическая, медицинская помощь и пр.)

Принимая во внимание сложности, с которыми сталкиваются семьи, вновь объединенные после длительной разлуки из-за военной службы одного из членов, особенно если он или она проходила через напряженные и травматические события, на первый план выходят терпение, понимание и готовность к поддержке.

Построение сильной, поддерживающей семейной среды требует усилий со стороны всех ее членов. Это значит, что каждому придется поработать над собой, научиться контролировать свои эмоции и реакции, а также оказывать неоценимую психологическую помощь друг другу. Только так можно достичь настоящего понимания и создать атмосферу любви и уважения, способствующую восстановлению после пережитых испытаний.

Список литературы

1. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. М.: МГППУ, 2024. - 40 с.

2. Сопровождение и реабилитация детей, находящихся на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий: методические рекомендации / О.А. Ульянина, А.В. Ермолаева, О.Л. Юрчук, А.Ю. Коджаспиров, Н.Н. Дмитриева, А.М. Прудникова, М.О. Аганина, Е.А. Никифорова, Л.А. Александрова, С.О. Дмитриева, В.И. Маркова; под общей редакцией О.А. Ульяниной; Министерство просвещения Российской Федерации; Московский государственный психолого-педагогический университет. - Москва: МГППУ, 2024. - 230 с.

3. Мотивирование ветеранов боевых действий, принимавших участие в специальной военной операции, и членов семей погибших при выполнении задач в ходе специальной военной операции к обращению за психологической помощью: Методические рекомендации. – / Шпорт С.В., Баева А.С., Булыгина В.Г., Долгих А.Г., Зинченко Ю.П., Кабанова Т.Н., Киселева М.Г., Ковязина М.С., Семенова Н.Д., Фадеева Е.В./ 2023. – 23 с.

4. Sinclair R. Building Psychological Resilience in Military Personnel / R. Sinclair, T.W. Britt. - American Psychological Association, 2013. - 268 p.

*Есаян Марине Левоновна,
кандидат психологических наук, доцент,
Северо-Кавказский федеральный университет,
mesaian@ncfu.ru*

*Макадей Людмила Ильинична
кандидат психологических наук, доцент
Северо-Кавказский федеральный университет,
makadey95@mail.ru*

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ У УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Аннотация. В статье описаны возможности психологической коррекции страхов посредством метода экспозиционной терапии с применением технологий виртуальной реальности у участников боевых действий. Подробно изложены принципы психологической коррекции с учетом геймификации процесса и результаты сравнительного анализа динамики степени выраженности и специфики страхов военнослужащих-участников СВО после проведения коррекционных мероприятий

Ключевые слова: страх, психологическая коррекция, экспозиционная терапия, технологии виртуальной реальности, военнослужащие - участники СВО.

*Yesayan Marina Levonovna
Makadey Lyudmila Ilyinichna*

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF FEARS USING VIRTUAL REALITY TECHNOLOGIES IN PARTICIPANTS IN COMBAT OPERATIONS

Abstract: the article describes the possibilities of psychological correction of fears by means of the method of exposure therapy using virtual reality technologies in combatants. The principles of psychological correction taking into account the gamification of the process and the results of a comparative analysis of the dynamics of the degree of expression and specificity of fears of military personnel participating in the SVO after the implementation of corrective measures are described in detail.

Key words: fear, psychological correction, exposure therapy, virtual reality technologies, military personnel - participants in the SVO.

Сохранение психического и физического здоровья военнослужащих, их реабилитация, ресоциализация и реадаптация, психологическая помощь членам их семей является актуальной задачей современной психологической практики [3]. К проблемам психической травмы военнослужащих в условиях боевых действий относятся острые реакции на стресс (ОРС) и затяжные стресс-индуцированные психические расстройства (СИПР), к которым относятся острые и преходящие психотические расстройства, диссоциативные и конверсионные расстройства, депрессивный эпизод, посттравматическое стрессовое расстройство, специфические фобии и генерализованное тревожное расстройство [5]. Семьи участников СВО сталкиваются с проблемами ожидания возвращения своих близких, что сопровождается значительным повышением у них уровня тревоги и страхом их потери [4].

Переживание чувства страха является одним из распространенных и естественных состояний в условиях боевых действий для военнослужащих и их близких, однако двойственная природа воздействия страха на поведение человека, отражающаяся в том, что он может, как активизировать человека на борьбу с опасностью, так парализовать его активность [1] может приводить к формированию фобических (навязчивых) состояний.

Золотым стандартом лечения страхов и фобий у взрослых в настоящее время считается когнитивно-поведенческая терапия и, в частности, экспозиционная терапия. Сходство VR с реальным опытом позволило создать новое вмешательство, известное как экспозиционная терапия виртуальной реальностью, которое стало многообещающим способом коррекционного воздействия на людей с фобиями. Технология VR помогает оказывать более эффективное психологическое воздействие, так как погружение в мир виртуальной реальности становится возможным не только за счет воображения человека, но и благодаря дополнительным зрительным, слуховым стимулам, генерируемым с помощью оборудования виртуальной реальности [2]. Современные цифровые решения, к которым относятся, в том числе и технологии виртуальной реальности в практике оказания психологической помощи военнослужащим и членам их семей позволяют избежать многих ограничений, связанных с вопросами конфиденциально-

сти, ограниченности во времени, сложностями выстраивания терапевтического контакта, высокими сопутствующими расходами.

Цель исследования: изучить эффективность программы психологической коррекции страхов на основе метода экспозиционной терапии с применением технологий виртуальной реальности у военнослужащих – участников СВО.

Материалы и методы исследования. В исследовании приняли участие 110 военнослужащих мужского пола, находившихся 6 месяцев в зоне проведения СВО (средний возраст – 23,8 лет (ст. отклонение 6,7, минимальный возраст – 20 лет, максимальный – 53 года)). Участники были информированы о целях и процедуре исследования, участие было добровольным. В качестве методов исследования использовались опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» (Ю. В. Щербатых и Е. И. Ивлевой), шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина), клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич), С-тест (В. Л. Леви). Методы математической статистики: коэффициент ранговой корреляции Спирмена и Т-критерий Вилкоксона.

После проведения первичной диагностики была определена группа респондентов, в составе 20 человек, давших добровольное согласие на участие в программе психокоррекции страхов методом экспозиционной терапии с применением технологий виртуальной реальности.

В процессе проведения коррекции методом экспозиционной терапии с применением виртуальной реальности, реализованном в виде терапевтической компьютерной игры, контролируемое воздействие пугающих стимулов на испытуемых осуществлялось в виртуальной среде. Сценарий был разработан на основе подходов и рекомендаций по проведению экспозиционной терапии с введением элементов геймификации. Сопровождение в процессе игры осуществлялось виртуальным помощником, для создания которого были использованы технологии искусственного интеллекта.

Видеоигра включала несколько этапов, которые содержат три типа игровых заданий для выполнения пользователем:

- 1) наблюдение за пауками,
- 2) взаимодействие с пауками для выполнения элементарной игровой механики (прохождение лабиринта)
- 3) задание, в котором к пользователю подходит паук и заползает на него.

4) задания, в которых происходит самостоятельный контакт с пауками (сбор пауков в аквариум, построение пирамиды из пауков).

Этапы делились по уровням сложности, в которых изменяется интенсивность пугающих стимулов, а именно: внешний вид паука (от игрушечного до реалистичного,) его размер, расстояние до пользователя и количество пауков. Условием для перехода на следующий сценарий воздействия являлся доминирующий уровень страха. Если сценарий был пройден и уровень страха снижался, испытуемый мог переходить к следующему сценарию. В случае чрезмерно сильного уровня страха испытуемый мог вернуться на предыдущий уровень. Также для более полного погружения в виртуальную среду и максимального эффекта присутствия были учтены условия, с которыми в реальной жизни сталкиваются люди: типичные звуки, окружающая среда, значимые социально-культурные элементы.

Сравнительный анализ результатов до и после проведения коррекционной программы показывает значительное снижение степени и интенсивности страхов у военнослужащих (рисунок 1).

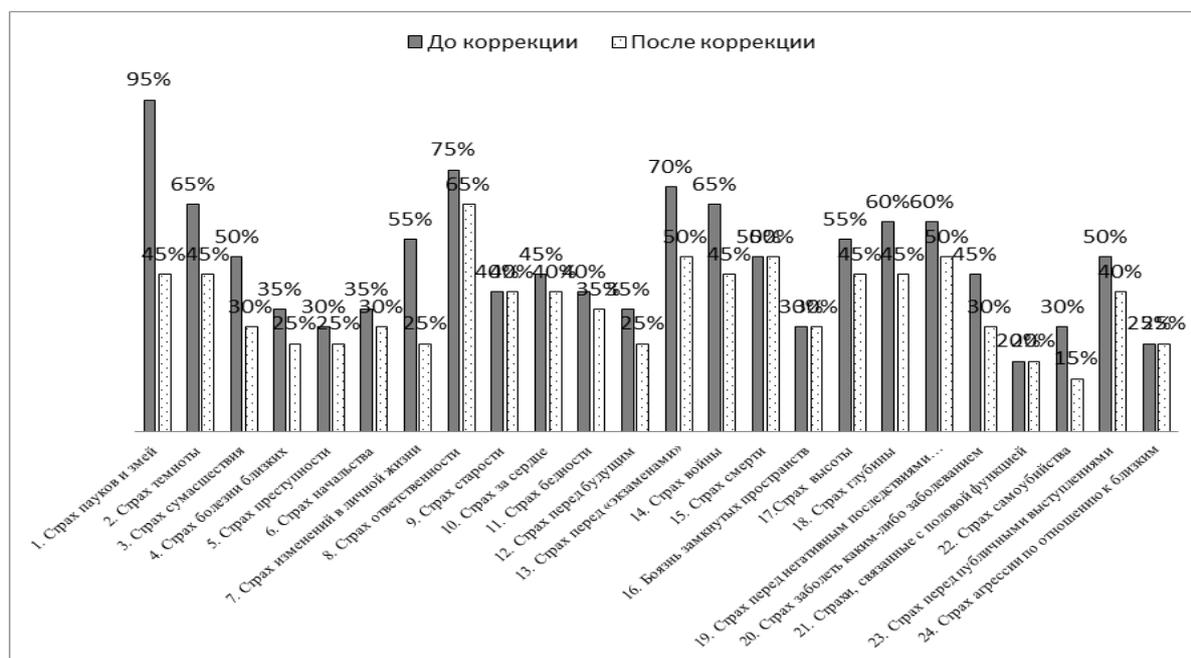


Рисунок 1. Сравнение структуры актуальных страхов до и после применения коррекции

Сравнение структуры актуальных страхов у испытуемых до и после проведения психокоррекционной программы обнаруживает значительное снижение страхов, связанных со страхом пауков на 50%, снижение уровня страхов, на которые не оказывалось коррекционное воздействие: страха темноты на 25%, страха сумасшествия на 20%,

страха изменений в личной жизни на 30%, страха перед экзаменами 20%, страха войны 20% и др. На наш взгляд, это может быть вызвано тем, что проведение коррекции оказало общее положительное влияние на психологическое состояние военнослужащих-участников СВО. Кроме того, данные изменения могут быть также связаны с другими факторами, которые оказывали влияние на испытуемых в период проведения коррекции.

Анализ результатов до и после проведения программы коррекции методом экспозиционной терапии с применением технологий виртуальной реальности у военнослужащих – участников СВО с применением Т-критерия Вилкоксона, определил статистически достоверные различия по следующим диагностическим показателям: интегральный показатель страха личности ($Z = -3,062$; $p = 0,002$), страх пауков ($Z = -3,850$; $p = 0,000$), шкала тревоги ($Z = -2,949$; $p = 0,003$), шкала истерического типа реагирования ($Z = -2,091$; $p = 0,037$), шкала обсессивно-фобических нарушений ($Z = -2,800$; $p = 0,005$), шкала вегетативных нарушений ($Z = -3,584$; $p = 0,000$), шкала оценки уровня реактивной тревожности ($Z = -3,342$; $p = 0,001$), шкала оценки уровня личностной тревожности ($Z = -2,551$; $p = 0,011$), общий уровень страха (С-тест) ($Z = -2,819$; $p = 0,005$), танатофобия ($Z = -2,820$; $p = 0,005$), страхи пространств ($Z = -2,782$; $p = 0,005$), боязнь выступлений ($Z = -2,593$; $p = 0,010$), агрессофобии ($Z = -2,618$; $p = 0,009$), зависимостные страхи ($Z = -2,497$; $p = 0,013$), панфобии ($Z = -2,391$; $p = 0,017$), эзофобии ($Z = -2,999$; $p = 0,003$) (таблица 1).

Таблица 1.

Динамика степени выраженности страхов у респондентов до и после проведения коррекционного воздействия

N=20	Z (значение стандартизованного показателя критерия Т-Вилкоксона)	Асимпт. знч. (двухсторонняя)
Интегральный показатель страха личности	-3,062 ^a	0,002
Страх пауков	-3,850 ^a	0,000
Шкала тревоги	-2,949 ^b	0,003
Шкала невротической депрессии	-1,680 ^b	0,093
Шкала астении	-1,568 ^b	0,117
Шкала истерического	-2,091 ^b	0,037

типа реагирования		
Шкала обсессивно-фобических нарушений	-2,800 ^b	0,005
Шкала вегетативных нарушений	-3,584 ^b	0,000
Шкала оценки уровня реактивной тревожности	-3,342 ^a	0,001
Шкала оценки уровня личностной тревожности	-2,551 ^a	0,011
Общий уровень страха (С-тест)	-2,819 ^a	0,005
Танатофобия	-2,820 ^a	0,005
Страхи пространств	-2,782 ^a	0,005
Социофобии	-1,809 ^a	0,071
Боязнь выступлений	-2,593 ^a	0,010
Агрессофобии	-2,618 ^a	0,009
Зависимостные страхи	-2,497 ^a	0,013
Панфобии	-2,391 ^a	0,017
Эзофобии	-2,999 ^a	0,003
Фортунофобии	-1,756 ^a	0,079

Примечание: а - используются положительные ранги; b - используются отрицательные ранги.

Наблюдаемая статистически значимая разница в показателях до и после применения метода экспозиционной терапии с применением технологии виртуальной реальности с целью коррекции страхов пауков подтверждает выявленную положительную динамику снижения уровней исследуемых показателей после проведенного психокоррекционного воздействия.

Таким образом, на основании полученных данных можно сделать вывод, о том, что коррекционное воздействие методом экспозиционной терапии с применением технологий виртуальной реальности вызывает общую положительную динамику в отношении уменьшения уровня страха при взаимодействии со стимулом, его вызывающим, снижение ситуативной и личностной тревожности, вегетативных нарушений среди испытуемых, что приводит к улучшению психологического состояния. Следовательно, проведенное исследование позволило продемонстрировать положительное влияние метода экспозици-

онной терапии с применением технологии виртуальной реальности в коррекции страхов.

Список литературы

1. Изард К.Э. Психология эмоций. - СПб: Питер, 2006.- 464с.
2. Косоногов В.В., Ефимов К.В., Рахманкулова З.К., Зябрева И.А. Обзор психофизиологических и психотерапевтических исследований стресса с помощью технологий виртуальной реальности // Журнал высшей нервной деятельности им. И.П. Павлова, 2022, Т. 72, № 4, С. 487-503.
3. Митянин Р.Н., Кокурин А.В. Организация психологической помощи военнослужащим в условиях длительного пребывания в зоне активных боевых действий // Российский военно-психологический журнал. 2023. №1(1). С. 96–107.
4. Пономарева И.В., Тамендарова Е.С. Исследование личностной беспомощности и психологической безопасности в семьях военнослужащих // Ученые записки Крымского федерального университета им. В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. - 2018. - Т. 4(70), № 2. - С. 124-135.
5. Шамрей В.К., Марченко А.А., Юсупов В.В., Старенченко Ю.Л., Чернявский Е.А. Особенности оказания психолого-психиатрической помощи военнослужащим в условиях современных вооруженных конфликтов. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2022;(2):60-71. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2022-0-2-60-71>

Закилова Хадижат Давудовна
медицинский психолог ГБУ РД «РПТП»
г. Махачкала, h.zakilova@yandex.ru

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СЕМЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Аннотация. Статья посвящена работе медицинского психолога с семьями, в которых воспитывается ребенок с ограниченными возможностями здоровья. В ней рассматриваются различные сложности, с которыми сталкивается большинство родителей детей с особыми нуждами, понимание которых помогает построить эффективное комплексное сопровождение.

Ключевые слова: дети с нарушениями в развитии, поддержка семьи, дети с ОВЗ, сопровождение семьи, дети участников СВО, сопровождение семьи участников СВО.

Khadizhat Davudovna Zakilova

CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR FAMILIES, WHO BRING UP CHILDREN WITH DISABILITIES

Abstract. The study aims to investigate the role of medical psychologist in supporting families, who bring up children with disabilities. Various difficulties that faces majority of parents of children with developmental disorders are considered, knowing that helps to build effective comprehensive support.

Keywords: children with developmental disorders, family rehabilitation, children with disabilities, psychological support of family, children of the Special Military Operation participants.

Число детских нервно - психических расстройств с годами неуклонно растет. Развивается и совершенствуется медицинское сопровождение детей с особыми нуждами. Обновляются методики и средства помощи, разрабатываются новые программы коррекционно-развивающей работы и реабилитации. При этом не менее актуальной представляется работа психолога по поддержке близких, непосредственно участвующих в воспитании и уходе за такими детьми. Помощь семьям такого рода необходима, так как психически устойчивый ро-

датель – надежда на эффективное преодоление кризиса и создание условий не только для абилитации, но и развития ребенка с ОВЗ. Но нередко родители проявляют неготовность принять эту помощь и поддержку, обесценивают собственные потребности, что приводит к формированию устойчивого способа взаимодействия, истощающего ресурс взрослого [1, с. 72].

Семьи участников СВО при появлении ребенка с ограниченными возможностями сталкиваются с двойным кризисом: с одной стороны - это ситуация неопределенности в связи с уходом родителя на зону боевых действий, либо его возвращение с потерей трудоспособности, с соматическими и психологическими травмами, явлениями ПТСР. С другой стороны - шокирующая новость о том, что появившийся ребенок будет нуждаться в долгосрочной реабилитации, и, возможно, пожизненном уходе. Фактором, усугубляющим течение кризиса, будет являться гибель участника боевых действий, то есть потеря мужа и отца. Мать, оставшаяся один на один с горем утраты и тяжелым ребенком на руках, может чувствовать беспомощность, беспросветность. Увеличивается риск возникновения депрессии, повышается суицидальный риск.

Когда и как родители узнают о нарушениях у ребенка, зависит от вида аномалии. Так, генетические нарушения становятся очевидными сразу или вскоре после рождения, и о таких моментах родители узнают быстро. Другие состояния, такие, как нарушение слуха, зрения, интеллектуальная недостаточность, церебральный паралич проявляются позже. Некоторые состояния могут возникнуть вследствие несчастного случая или сформироваться у ребенка старшего возраста [2, с.39, с.64].

Отдельной проблемой стоит вопрос о том, сообщать ли полученную информацию мужу, который и так находится в ситуации боевого стресса (а также родственникам и близким).

Первая реакция семьи на выявление серьезных нарушений – оцепенение, ошеломленность. Восприятие аномального состояния как «утраты нормального ребенка» и «гибели внутренней картины нормального родительства» приводит членов семьи к состоянию, аналогичному тому, когда происходит гибель близкого человека [2, с.39].

Испытав шок и первичную дезорганизацию, родители склонны ставить под сомнение результаты исследований, квалификацию специалистов, пытаются добиться отмены или пересмотра диагноза, отказываются от предлагаемого лечения или программ реабилитации. Ожидают от ребенка того, что он не может выполнить и чему не мо-

жет соответствовать [2, с. 118]. Иногда можно услышать и такое: «он это перерастет», или «ему это просто неинтересно» в случае запаздывающего развития. Этот этап, именуемый стадией «отрицания», выступает некой формой защиты и смягчает неожиданное потрясение с одной стороны, но тормозит начало лечения - с другой. На этой стадии родители редко проявляют инициативу к работе с психологом или обращаются с второстепенным запросом.

Если с течением времени улучшения в состоянии ребенка не происходит, а наличие диагноза становится бесспорным, на смену надежде приходит «гнев». Гнев обращается на близких, специалистов, государство, судьбу. Часто выявляются завышенные ожидания к специалистам, требование готового алгоритма или рецепта, приводящего к излечению, наличия экспертных знаний в области медицины и педагогики. Задача специалиста на данной стадии – постараться спокойно принять этот гнев без осуждения, способствовать вербализации этого чувства, нормализовать его (подчеркнуть, что в такой непростой ситуации вполне естественно злиться) [2, с. 119-120, с. 170]. Гнев также может быть обращен на себя, и тогда родитель испытывает чувство вины, пытаясь определить свою роль в развитии нарушения у ребенка. Вина может быть иррациональная: «я поругала ребенка, и поэтому с ним случился несчастный случай», или «я сомневалась, что хочу сохранить беременность, поэтому у меня родился ребенок с отклонениями, это мне наказание». Иногда вина связана с идеями о том, что необходимо было предугадать и предотвратить подобное развитие событий. Психолог на данном этапе проясняет причинно-следственные связи и обсуждает степень ограниченности человеческих возможностей. Испытывая вину, родитель может часто спрашивать себя: «достаточно ли я делаю для улучшения состояния ребенка?», «оказывают ли специалисты наилучшую помощь?». Тут семья может потратить много денег и усилий на поиски «самого компетентного» и высококвалифицированного специалиста, используя логические построения «если я найду самого лучшего, то излечение будет достижимо». Это могут быть длительные поиски чудодейственного средства, походы к целителям, уход в религию в поисках гарантии выздоровления. Обещания больше никогда не употреблять алкоголь или не использовать бранных слов. Условия могут быть и более иррациональными: «если я буду во всем себя ограничивать и жертвовать своими интересами, то моему ребенку будет лучше». Так может выглядеть стадия «сделки» или «торга» процесса принятия заболевания. На данном этапе важно выразить максимальную поддержку родите-

лей, найти подтверждение тому, что они - хорошие родители и много делают для ребенка, помочь реалистично оценить собственные ресурсы и возможности.

Осознание хронической природы заболевания, ощущение собственной беспомощности, некомпетентности, страх и тревога, связанные с будущим, могут приводить к депрессивному состоянию. При этом возникает чувство усталости, опустошенности, бессилия. Слезливость, апатичность, нежелание ничего делать. Печаль от невозможности изменить что-либо. На этой стадии может происходить отказ от лечения. Задачи психолога - разделение боли, поощрение проговаривания чувств и эмоций, поиск ресурса (в том числе - мотивирование к запросу поддержки от близких), помощь в разделении больших задач на более мелкие, предотвращение ухода в клиническую депрессию.

После полного осознания тяжести ситуации в случае благоприятного разрешения кризиса происходит постепенная адаптация всех членов семьи к ситуации. Обретается способность чувствовать положительные эмоции, функционировать в привычном режиме, желание вернуться к работе, общению, увлечениям. Семья спокойно говорит о проблемах ребенка, сотрудничает со специалистами, составляет долгосрочные и краткосрочные планы [1, с.78; 2, с. 120-121].

Важным оказывается доброжелательное отношение и принятие со стороны близкого или дальнего окружения.

Родителям приходится сообщать о диагнозе ребенка не только родным и друзьям, а иногда и посторонним людям, которые видят внешние проявления заболевания, задают некорректные вопросы. Обостряется беспокойство, связанное с поведением особого ребенка в чужом доме, общественных местах [2, с.74-75, с. 86]. Это часто сопровождается смущением, чувством стыда, вины, ощущением неполноценности (самостигматизацией) и страхом неприятия и презрения (стигматизации) не только у взрослых, но и сиблингов больного ребенка и приводит к социальной изоляции.

Как отмечают родители, большим облегчением для них становилось узнавание о сообществах, созданных людьми со сходными проблемами, где осуществляется взаимная поддержка и обмен опытом в решении социальных и других вопросов, организуются встречи, смягчающие социальную изоляцию [2,с.71] Психолог может взять на себя информирование о наличии подобных сообществ и других социальных проектов в регионе проживания сопровождаемой семьи.

Определенные изменения происходят и внутри семейной системы [2]. Возникают проблемы, связанные с сохранением структуры

семьи (повышен риск распада семьи, ухода одного из родителей (часто – отца)). Меняется функционирование семьи: возникает смещение акцентов в сторону больного ребенка – невозможность остальных членов семьи иметь собственные интересы, установки. Здоровые сиблинги больных детей недополучают внимания и вынуждены раньше взрослеть и брать на себя недетские обязанности. Повышаются риски неприятия больного брата/сестры, агрессии к нему. Здоровые дети чувствуют необходимость получить откровенную информацию о том, что происходит с членом семьи, обсудить с кем-то полученную новость, рассказать о своих чувствах и потребностях. Ощущая недостаток родительского внимания, здоровый ребенок стремится завоевать его любым способом: непослушанием, дурными поступками, бунтом, возрастает риск попадания в дурную компанию, алкоголизации, приема психоактивных веществ. Происходят значительные материальные и бытовые изменения: большие растраты на лечение, возрастающие требования к организации пространства и соблюдению режима. Актуализируется вопрос о том, кто возьмет на себя уход и присмотр за инвалидом в период, когда родителей не станет. Предстоит принятие непростого решения о проживании ребенка (дома или в специализированном учреждении, с посещением или без).

На всех этапах реабилитации важна поддерживающая семейная психотерапия, позволяющая выявить и скорректировать устоявшиеся неэффективные способы взаимодействия в семье, преодолеть стереотипы мышления, научиться справляться с негативными эмоциями, получать информацию об особенностях протекания заболевания ребенка. Специалист может помочь родителям взглянуть на ситуацию со стороны и осознать проблемы и тревоги здоровых детей, а последним – помочь сформулировать свои страхи, обиды, боль. Особую ценность представляет возможность пройти тренинг общения родителей и сиблингов с больным членом семьи.... Построить реалистичные ожидания относительно собственного родительства и перспектив лечения. Отдельным вопросом стоит выбор школы и программы обучения, организация учебной деятельности и досуга, выбор возможной профессии.

В ряде городов России функционируют школы для родителей детей с ограниченными возможностями здоровья, в которых оказывается психологическая и информационная поддержка, формирование эффективной родительской позиции, обучение взаимодействию с ребенком, навыкам снятия эмоционального напряжения.

Таким образом, наиболее эффективная реабилитация и развитие ребенка с ОВЗ может быть достигнута только в условиях мультидисциплинарного (медико-психолого-педагогического) сопровождения при полном принятии родителями своего ребенка и сформированности проактивной преодолевающей позиции.

Список литературы

1. Горячева Т.Г., Никитина Ю.В. Расстройства аутистического спектра у детей. Метод сенсомоторной коррекции – М.: Генезис, 2018
2. Селигман М., Дарлинг Р.Б. Обычные семьи, особые дети. Системный подход к помощи детям с нарушениями развития (пер. Н.Л.Холмогорова). – М.: Теревинф, 2015.

*Залитинова Супияханум Атаевна,
ст. преп. кафедры социальной педагогики
и социальной работы ДГПУ им. Р.Гамзатова*

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И СЕМЬЯМИ ГРУППЫ РИСКА

Аннотация. В этой статье рассматриваю семью как одну из важных сфер и одним из главных объектов социально-психологической работы с детьми группы риска. Проанализировав семьи с явной формой неблагополучия - так называемые конфликтные, проблемные семьи, асоциальные, аморально-криминальные, семьи с недостатком воспитательных ресурсов и респектабельные семьи, образ жизни которых не вызывает беспокойства и нареканий со стороны общественности. Главная цель содержания статьи: проанализировать проблемы, проконсультироваться со специалистами, определить пути выхода из кризиса, мобилизовать внутренние силы семьи на преодоление кризиса, где семья группы риска в современных условиях не всегда может самостоятельно выйти из сложных жизненных ситуаций. Она нуждается в помощи со стороны.

Ключевые слова: группа риска, трудные дети, асоциальные семьи, демографическая политика, аморально-криминальные

Zalitinova Supiyakhanum Ataevna

FEATURES OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WORK WITH CHILDREN AND FAMILIES AT RISK

Annotation. In this article I consider the family as one of the important spheres and one of the main objects of social and psychological work with children at risk. Having analyzed families with an obvious form of ill-being - the so-called conflict, problem families, asocial, immoral and criminal, families with a lack of educational resources and respectable families whose way of life does not cause concern and complaints from the public. The main goal of the article: to analyze the problems, consult with specialists, determine ways out of the crisis, mobilize the internal forces of the family to overcome the crisis, where a family at risk in modern conditions cannot always independently get out of difficult life situations. It needs help from the outside.

Key words: risk group, difficult children, asocial families, demographic policy, immoral-criminal

В данной статье под семьей "группы риска" будем понимать такую семью, в которой нарушена структура, размыты внутренние границы, обесцениваются или игнорируются основные семейные функции, имеются явные или скрытые дефекты воспитания, вследствие чего нарушается психологический климат в ней и появляются "трудные дети"

С учетом доминирующих факторов, оказывающих негативное влияние на развитие личности ребенка, семьи группы риска условно можно разделить на две большие группы. Первую группу составляют семьи с явной (открытой) формой неблагополучия - так называемые конфликтные, проблемные семьи, асоциальные, аморально-криминальные и семьи с недостатком воспитательных ресурсов (в частности - неполные).

Вторую группу представляют внешне уважаемые семьи, образ жизни которых не вызывает беспокойства и нареканий со стороны общественности. Однако ценностные установки и поведение родителей резко расходятся с общечеловеческими моральными ценностями, что не может не сказаться на нравственном облике воспитывающихся в таких семьях детей. Отличительной особенностью этих семей является то, что взаимоотношения их членов на внешнем, социальном уровне производят благоприятное впечатление. А последствия неправильного воспитания на первый взгляд незаметны, что иногда вводит окружающих в заблуждение, тем не менее, они оказывают деструктивное влияние на личностное формирование детей. Эти семьи можно отнести к категории внутренне неблагополучных (со

скрытой формой неблагополучия) и разновидности таких семей довольно многообразны

Семья во все времена постоянно находилась в центре внимания передовой общественной мысли, прогрессивных политических деятелей и ученых, начиная от древних философов и кончая современными реформаторами. И это неудивительно. Семья представляет собой систему социального функционирования человека, меняется не только под воздействием социально политических условий, но и в силу внутренних процессов своего развития. Вот почему она является одной из важных сфер и одним из главных объектов социально-психологической работы. Изменяются виды семейных отношений, иными становятся система власти и подчинения в семейной жизни, роли и функциональная зависимость супругов, положение детей, многие ученые характеризуют нынешнее состояние семьи как кризисное.

Наряду с традиционными функциями, связанными с рождением и воспитанием ребенка, с решением повседневных проблем, семья призвана быть надежным психологическим «укрытием», помогающим человеку выживать в трудных, быстро меняющихся условиях современной жизни. Семья выступает в качестве социального института в последней инстанции, обеспечивая своим членам экономическую, социальную и физическую безопасность, заботу о малолетних, престарелых и больных. Обеспечивает условия для социализации детей, молодежи и, что важнее всего, объединяет своих членов чувством любви, общности и даёт возможность делить с другими трудности и радости жизни.

Сегодня вопросы уровня жизни, социальной и демографической политики явно вытесняются на второй план. Нынешнее состояние социальной и психологической защиты семей группы риска с детьми показывает отношение государства к институту семьи, степень его ответственности за воспроизводство населения, готовность поддерживать семьи, в которых родились и воспитываются дети. Под угрозой оказываются здоровье и благополучие самого ценного достояния нации - подрастающего поколения, будущее страны.

Социально-психологическая работа ориентирована не только на решение данных проблем семьи, но и на ее укрепление и развитие, восстановление внутреннего потенциала для выполнения многочисленных общественно значимых функций семьи, стабилизации демографического и социально - экономического положения в России.

Определяющее значение в обеспечении жизнедеятельности семьи имеет государственная, экономическая и социальная политика, от ко-

торой зависят занятость населения в сферах общественного труда, благосостояние и доходы семьи.

В частности, социальная защита семьи – это многоуровневая система преимущественно государственных мер по обеспечению минимальных социальных гарантий, прав, льгот и свобод нормально функционирующей семьи в ситуации риска в интересах гармоничного развития семьи, личности и общества. Важная роль в социальной защите семьи отводится самой семье: укрепление родительских уз; формирование устойчивости против пропаганды секса, наркотиков, насилия, агрессивного поведения; поддержание в норме психологического здоровья семьи; взаимодействие со школой и производством, социальными службами; обучение детей ведению домашнего хозяйства и т.д.

Социальная защищённость семьи формируется путём дифференциации проектов и программ развития различных категорий семей, создания разнопрофильных центров социальной помощи семье и детям, развитием сети специальностей и специализаций работников социальной сферы, повышения психолого-педагогической, медико-социальной и юридической грамотности семей в системе родительского всеобуча, сети консультационных пунктов.

Проблема этой темы состоит в том, что семья группы риска в современных условиях не всегда может самостоятельно выйти из сложных жизненных ситуаций. Она нуждается в помощи со стороны. Такую помощь может оказать служба социальной помощи и социальный педагог - психолог.

Объём решенных проблем, связанных с неблагополучными семьями и трудными подростками, во многом зависит от общественных, правовых, образовательных и других учреждений, окружающих семью и социального педагога, работающего с ней. Поэтому эти учреждения должны всеми возможными силами осуществлять поддержку семьи, а также принимать непосредственное участие в работе социального педагога с семьями "группы риска".

Социальный педагог сталкивается с разными неблагополучными семьями. Это семьи, где ребёнок живет в постоянных ссорах родителей, где родители пьяницы или наркоманы, хронически больные или инвалиды. Современные условия добавили ещё и безработицу родителей.

Задача социального педагога в работе с семьей - это разрешение кризисных ситуаций. Кроме того, следует обратить внимание и на их своевременное предупреждение и нейтрализацию. К предупреждению относится материальная помощь семьям со стороны государства в ви-

де выплаты пособий. Предоставление льгот, социальной помощи. Социальный педагог кроме педагогических проблем, работа с семьей, решает социальные, экономические, медицинские и психологические задачи.

Главная цель - мобилизовать внутренние силы семьи на преодоление кризиса. Для этого, во-первых, необходимо проанализировать проблемы. Во-вторых, следует проконсультироваться со специалистами, в-третьих, определить пути выхода из кризиса. Но любую работу с семьей социальный педагог начинает с её изучения.

Для оказания помощи семьям организованы различные центры, социальные службы, приюты и др.

В работе с семьей социальный педагог выделяет работу с родителями. Контакт с родителями помогает эффективнее осуществлять индивидуальную реабилитационную программу, организовать патронаж.

Особое внимание обращается на семьи, которые оказались в тяжелом материальном положении, учатся, работают на вредном предприятии, многодетные, нетрудоспособные, имеющие детей-инвалидов.

Социальный педагог - психолог, непосредственно работающий с детьми, может по сути своей профессиональной деятельности внести посильный вклад в дело укрепления семьи. На сегодняшний день социальный педагог рассматривает семью, как социальную среду, которая коренным образом определяет ситуацию развития ребенка в период детства. Но в тоже время, на современном этапе, социальный педагог испытывает значительные трудности: бывает трудно установить суть проблемы, разобраться в причинах тех или иных нарушений. Поэтому социальному педагогу необходимо подключаться к организации процесса взаимодействия психолога, учителя, семьи и ребенка, приложить все усилия для оптимальной, результативной работы.

Особое место в ней занимает социально-психологическая защита детства, включающая в себя предупреждения педагогического травматизма и эмоциональной отверженности, профилактику внутрисемейного (родительского) насилия, профориентацию детей и подростков, демократизацию отношений взрослых и детей, регламентацию труда подростков и т.д.

В настоящее время в России сложились четыре основных формы социальной защиты семей, имеющих детей:

1. Денежные выплаты семье на детей в связи с рождением, содержанием и воспитанием детей (пособия и пенсии);

2. Трудовые, налоговые, жилищные, кредитные, медицинские и другие льготы семьям с детьми, родителям и детям;

3. Юридическое, медицинское, психолого-педагогическое и экономическое консультирование, родительский всеобуч, научно-практические конференции и конгрессы.

4. Бесплатные выдачи семье и детям детского питания, лекарства, одежды и обуви, питание для беременных женщин и др.

5. Федеральные, региональные, целевые социальные программы типа «Планирование семьи», «Дети России» и другие.

В России всё больше людей нуждаются в помощи государства. Тяжелыми демографическими и социальными последствиями грозят увеличение числа неполных семей, расширение масштабов социального сиротства, преступности, алкоголизма, наркомании, проституции. В связи с этим основными задачами социальной защиты станут:

1. Реализация установленных законом социальных прав и минимальных социальных гарантий гражданам, прежде всего, в области пенсии, социального обслуживания, материальной поддержки семей с детьми;

2. Адаптация системы социальной защиты к изменяющимся социально-экономическим условиям, включая развитие сети учреждений социального обслуживания, расширение перечня предоставляемых населению социальных услуг, поддержку негосударственных форм социальной помощи, подготовку кадров социальных работников;

3. Совершенствование организации социально-психологической защиты на основе формирования законченных социальных и психологических технологий, дифференцированного подхода к различным категориям населения и типам семей, адресной социальной и психологической помощи, непосредственно связанной с конкретными потребностями семей и детей группы риска.

4. Широкое использование активных форм психологической и социальной поддержки населения, содействие самореализации и самообеспечению, профессиональной ориентации и т.д.

Большое значение в социально- психологической защите имеет совершенствование соответствующей нормативно-правовой базы. Разработаны и приняты следующие законы: «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей», «О порядке назначения и выплаты ежемесячных компенсаций женщинам, имеющим детей в возрасте до трёх лет, уволенным в связи с ликвидацией предприятий, учреждений, организаций», «О совершенствовании системы государственных социальных пособий и компенсационных выплат семьям,

имеющим детей, и повышением их размеров», «О компенсационных выплатах семьям с детьми, обучающимся и другим категориям лиц», «Государственной системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, защите их прав».

Для решения конкретных задач социально- психологической защиты семьи шире стал применяться программно-целевой метод. В частности, разработана и принята к выполнению Федеральная программа «Дети России», в которую входят шесть целевых программ: «Дети-инвалиды», «Дети-сироты», «Дети Чернобыля», «Дети Севера», «Развитие индустрии детского питания», «Планирование семьи».

В работе с семьями группы риска наиболее полно раскрываются профессиональные качества социального работника как социального педагога и психолога, экономиста, юриста и просто человека. Он должен не только помогать семье преодолевать трудности, привлекая средства благотворителей или наблюдая за справедливым распределением государственной и гуманитарной помощи, но и учить членов семьи самопомощи и взаимопомощи, которые помогут им обеспечить себе достойную жизнь.

Список литературы

1. Алексеева Л.С. Организация профилактики социального сиротства детей и подростков в условиях их повседневной жизни / М., 2021.
2. Фомина А.Б. Ранняя профилактика девиантного поведения детей и подростков /Под ред. А.Б. Фоминой. М., 2003.
3. Реан А.А. Семьи и дети группы риска // Беспризорник. 2004. №3. С. 44-47.
4. Эйдсмиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. - СПб., 2019.
5. Торохтий В.С. Основы психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей. Учебное пособие (часть I) - М.: МГСУ, 2000. -240 с.

*Ибрагимова Шуайнат Зульпукаровна,
кандидат исторических наук,
старший преподаватель кафедры спортивных игр,
Дагестанский государственный педагогический университет.
Махачкала, ibragimova.sh67@icloud.com*

РОЛЬ СПОРТА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ УЧАСТНИКОВ СВО: ПУТИ ПОДДЕРЖКИ И РЕАБИЛИТАЦИИ

Аннотация. Статья посвящена изучению роли спортивных программ в психологической реабилитации детей участников СВО. Рассматриваются психологические последствия, с которыми сталкиваются дети в семьях участников военных действий, и приводятся механизмы воздействия спорта на их эмоциональное состояние. Описываются успешные примеры спортивных инициатив, включая создание специализированных секций и лагерей, а также даются рекомендации по разработке и внедрению программ, учитывающих возрастные и психологические особенности детей. Подчеркивается практическая значимость интеграции спорта в систему социальной поддержки и обозначаются направления для дальнейших исследований.

Ключевые слова: спорт, дети участников СВО, психологическая реабилитация, стресс, социализация, игровые программы, адаптивная физическая культура.

Ibragimova Shuaynat Zulpukarovna

THE ROLE OF SPORTS IN PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN OF PARTICIPANTS IN THE SPECIAL MILITARY OPERATION: PATHS OF ASSISTANCE AND REHABILITATION

Abstract. This article explores the role of sports programs in the psychological rehabilitation of children whose parents are participants in the Special Military Operation (SMO). It examines the psychological consequences children face in families affected by military conflict and presents mechanisms through which sports positively impact their emotional well-being. The article highlights successful examples of sports initiatives, such as specialized sections and camps, and offers recommendations for developing and implementing programs that consider children's age and psychological characteristics. It emphasizes the practical significance of integrating sports into social support systems and outlines directions for future research.

Keywords: sports, children of SMO participants, psychological rehabilitation, stress, socialization, recreational programs, adaptive physical culture.

Актуальность. Современные события, связанные с военными действиями, оказывают значительное влияние на семьи участников СВО, особенно на их детей. Дети, чьи родители принимают участие в боевых действиях, сталкиваются с множеством психологических и социальных трудностей. Эти трудности включают повышенную тревожность, чувство нестабильности, нарушения в эмоциональной сфере и сложности в общении со сверстниками.

Помимо этого, отсутствие одного из родителей из-за службы может приводить к ухудшению семейной динамики, что ещё больше усугубляет психологическое состояние ребёнка. В такой ситуации особенно важно создавать условия для адаптации и реабилитации детей, помогая им справляться с переживаниями и укреплять эмоциональное благополучие.

Одним из наиболее эффективных инструментов помощи выступает спорт. Благодаря своей универсальности и доступности, спортивные занятия способствуют снижению уровня стресса, развитию социальных навыков, укреплению физического здоровья и повышению самооценки. Спортивные программы позволяют детям не только справляться с эмоциональными трудностями, но и находить поддержку в коллективе сверстников.

Цель. Статья направлена на поиск значимости спортивных программ в контексте оказания психологической помощи детям участников СВО. В статье будут рассмотрены механизмы влияния спорта на эмоциональное состояние ребёнка, примеры успешных инициатив и рекомендации по разработке программ, ориентированных на эту группу детей.

Военные конфликты оказывают далеко идущее влияние не только на участников, но и на их семьи, особенно на детей. Ребёнок, находящийся в такой ситуации, переживает целый спектр сложных эмоций, что отражается на его психологическом состоянии, развитии и социальных связях.

Дети участников СВО часто сталкиваются с эмоциональными трудностями, вызванными нестабильностью семейной ситуации и тревогой за безопасность родителя.

Психологические исследования показывают, что отсутствие одного из родителей и страх за его жизнь создают у ребёнка повышен-

ное чувство тревожности. Эмоциональный фон становится нестабильным, дети испытывают раздражительность, плаксивость, снижается их концентрация внимания.

Даже временное отсутствие родителя воспринимается детьми как утрата. Они могут ощущать пустоту, которая сопровождается изоляцией от окружающих. В случаях гибели родителя во время выполнения боевых задач травма усиливается, требуя особого внимания со стороны психологов.

Дети могут замыкаться в себе, испытывать трудности в общении с ровесниками и взрослыми. Чувство "непонимания" приводит к социальной изоляции, снижению активности в коллективе и, как следствие, ухудшению их общего эмоционального фона. [3]

Для преодоления описанных выше сложностей важно учитывать основные психологические потребности детей участников СВО.

Дети нуждаются в предсказуемом окружении, которое может компенсировать нестабильность, вызванную военными действиями. Регулярность событий, ясность правил и забота со стороны взрослых помогают снизить уровень тревожности.

Эмоциональная поддержка со стороны семьи, педагогов, тренеров и сверстников имеет критическое значение. Открытые разговоры, внимание и забота помогают ребёнку чувствовать себя значимым и защищённым.

Дети, чьи родители участвуют в СВО, часто чувствуют себя "особенными" или "отличающимися" от сверстников. Участие в групповых активностях, таких как спортивные занятия, позволяет им найти друзей, научиться взаимодействовать в коллективе и преодолеть чувство изоляции.

Понимание психологических последствий для детей участников СВО и их потребностей даёт основу для разработки программ помощи, которые будут учитывать особенности их эмоционального состояния и обеспечивать поддержку на всех уровнях.

Рассмотрим роль спорта в психологической реабилитации. Спорт - это не только инструмент физического развития, но и мощный механизм, способствующий укреплению психоэмоционального состояния детей. Для детей участников СВО спортивные занятия могут стать средством преодоления стресса, повышения уверенности в себе и восстановления социальных связей, что особенно важно в условиях психологической нестабильности.

Физическая активность оказывает непосредственное влияние на мозговую деятельность и эмоциональное состояние. Многочисленные

исследования подтверждают, что спорт помогает справляться с негативными эмоциями и способствует формированию позитивного настроения.

Во время физических упражнений организм выделяет эндорфины - гормоны радости, которые снижают уровень стресса и помогают улучшить настроение. Активные занятия, такие как бег, плавание или командные виды спорта, позволяют детям переключиться с негативных мыслей, разрядить эмоциональное напряжение и найти выход накопившейся энергии.

Спорт предоставляет возможность ставить и достигать конкретные цели, будь то улучшение результатов в упражнениях или участие в соревнованиях. Каждый успех, даже небольшой, укрепляет чувство собственного достоинства и помогает детям чувствовать себя увереннее в своих силах.

Занятия в спортивной группе дают детям возможность почувствовать себя частью коллектива, где их ценят за вклад и усилия. Совместные тренировки и достижение общих целей, например, победа в соревнованиях, способствуют укреплению доверия и поддерживают ощущение принадлежности [1].

Для детей участников СВО, часто сталкивающихся с социальной изоляцией, спорт становится важным каналом для установления новых контактов и взаимодействия с окружающими.

Командные виды спорта, такие как футбол, баскетбол или волейбол, требуют тесного сотрудничества между участниками. В процессе тренировок и игр дети учатся договариваться, распределять роли, поддерживать друг друга и справляться с конфликтами. Эти навыки необходимы для восстановления нарушенных коммуникативных связей и их дальнейшего развития.

Спорт помогает детям развивать важные социальные навыки: умение слушать, выражать свои мысли и уважать мнение других. Это особенно важно для детей, испытывающих сложности в общении из-за пережитых стрессов. Кроме того, взаимодействие в игровой обстановке позволяет легче преодолевать барьеры и находить общий язык с другими [2].

Таким образом, спорт становится мощным инструментом психологической реабилитации, помогая детям участников СВО восстановить внутреннее равновесие, укрепить уверенность в себе и наладить социальные контакты. Он не только снимает стресс и улучшает эмоциональное состояние, но и способствует социализации, создавая условия для гармоничного развития личности.

Спортивные программы для детей участников СВО

Эффективность спорта в помощи детям участников СВО обусловлена не только его универсальным влиянием на эмоциональное и социальное состояние, но и качеством реализуемых программ. Включение спорта в программы реабилитации требует системного подхода, который учитывает возрастные и психологические особенности детей, а также опирается на успешные примеры уже реализованных инициатив.

В разных регионах страны уже проводятся программы, направленные на помощь детям, находящимся в сложных жизненных обстоятельствах.

Некоторые спортивные клубы и центры создают бесплатные или льготные секции для таких детей. Это позволяет им не только заниматься спортом, но и находиться в кругу сверстников, что важно для их социальной адаптации. Спортивные лагеря, проводимые летом, предоставляют возможность сочетать физическую активность с отдыхом на природе. Примером могут служить программы с интеграцией тренингов по психологической устойчивости и командных игр.

Участие квалифицированных специалистов делает программы более результативными. Волонтеры организуют мероприятия, проводят занятия и оказывают эмоциональную поддержку. Тренеры, работая с детьми, помогают им развивать физические навыки и уверенность в себе, а психологи вовлекаются для сопровождения, чтобы предотвратить возможные негативные реакции или переработать уже накопленный стресс.

Примером успешной инициативы можно назвать программу **"Лига мечты"**, которая действует в 46 регионах России и направлена на комплексную реабилитацию детей и молодежи через спорт и творчество. Программа предлагает разнообразные виды физической активности, включая катание на горных лыжах, роллерспорт и скалолазание, адаптированные под разные возрастные и физические возможности детей. Занятия проходят на специализированных базах, где дети не только развивают физические навыки, но и учатся сотрудничеству, преодолевают страхи и укрепляют уверенность в себе.

Одной из ключевых особенностей программы является ее инклюзивный подход, который позволяет детям из семей участников СВО включаться в коллективные мероприятия, находить новых друзей и чувствовать себя частью команды. Это способствует улучшению их эмоционального состояния, помогает справляться с тревожностью и

стрессом, а также формирует позитивное отношение к физической активности как части повседневной жизни.

Программа "Лига мечты" является примером того, как можно сочетать спортивную реабилитацию с элементами социальной адаптации, что особенно важно для детей, переживающих непростые жизненные обстоятельства.

Рекомендации по разработке и внедрению программ

Для создания эффективных программ реабилитации через спорт необходимо учитывать индивидуальные особенности детей и интегрировать современные подходы, такие как игровые и терапевтические элементы.

Спортивные активности должны соответствовать возрасту ребёнка: для младших детей предпочтительны игры с элементами физической активности (например, подвижные игры или танцы), для подростков — командные виды спорта или индивидуальные дисциплины, такие как лёгкая атлетика или плавание. Кроме того, важно учитывать психологическое состояние ребёнка: дети, находящиеся в состоянии повышенной тревожности, могут требовать более мягкого подхода и постепенного включения в коллективные активности.

Игровая терапия - это метод, который помогает детям справляться с эмоциональными трудностями через игровые форматы. Интеграция игр в спортивные занятия позволяет создать безопасную атмосферу, где дети могут выражать свои эмоции, восстанавливать доверие к окружающим и развивать коммуникативные навыки. Например, это могут быть командные игры с элементами ролевого взаимодействия или квесты, которые требуют решения задач совместно с другими участниками [4].

Создание и реализация программ спортивной реабилитации для детей участников СВО требует комплексного подхода. Такие программы должны сочетать физическую активность, поддержку специалистов и элементы игровой терапии, чтобы обеспечить всестороннюю помощь детям, помочь им восстановить эмоциональное равновесие и адаптироваться к жизни в новых условиях.

Заключение. Роль спорта в оказании психологической помощи детям участников СВО трудно переоценить. Спортивные занятия выполняют сразу несколько ключевых функций: помогают снять стресс, укрепляют уверенность в себе, способствуют социализации и формированию значимых связей с окружающими. Эти аспекты делают спорт важным инструментом реабилитации, способным гармонизировать внутреннее состояние ребёнка и способствовать его успешной адаптации в сложных жизненных условиях.

Интеграция спорта в системы социальной поддержки детей участников СВО является важным шагом в их реабилитации и поддержке. Спортивные программы обладают значительным потенциалом в создании среды, способствующей укреплению психологического здоровья и восстановлению навыков коммуникации.

Система государственной и общественной поддержки должна предусматривать развитие и финансирование таких инициатив. Включение спорта в комплексную помощь детям позволит снизить риск развития долгосрочных психологических проблем, улучшить их эмоциональное состояние и создать условия для гармоничного развития.

Несмотря на очевидные преимущества спорта как инструмента реабилитации, данная тема требует дальнейшего изучения, особенно в долгосрочной перспективе. Ключевыми направлениями для исследований могут стать:

- анализ долговременного влияния спортивных программ на эмоциональное состояние и социализацию детей;
- изучение эффективности различных видов спорта и подходов в зависимости от возраста и особенностей детей;
- разработка и апробация инновационных программ, включающих элементы игровой терапии и психологического сопровождения.

Подобные исследования помогут не только улучшить существующие подходы, но и создать новые, более эффективные методы помощи, адаптированные к индивидуальным потребностям детей.

Закрепление спорта как элемента социальной поддержки детей участников СВО позволит сделать эту помощь доступной, масштабируемой и действенной, что особенно важно для укрепления психологического благополучия в условиях социальных и семейных вызовов.

Список литературы

1. Григорьева, Е. В. Влияние занятий спортом на психологическое благополучие детей. Сибирский педагогический журнал, 2019, №6, с. 154-158.
2. Фомин, Д. А. Адаптивная физическая культура и спорт в реабилитации детей. Молодой ученый, 2023, №1.
3. Иванова, А. Л. Роль спорта в социализации и эмоциональной реабилитации детей. Научный форум: Студенческий научный журнал, 2022.
4. Кузнецова, И. А. Современные подходы к адаптивной физической культуре. Научный журнал "Образование и здоровье", 2020, №4, с. 90-95.

*Кабардиева Фарида Алимовна,
кандидат педагогических наук, доцент
кафедры социальной педагогики и социальной работы,
Дагестанский государственный педагогический университет
им. Р. Гамзатова, Махачкала, Россия,
e-mail: Kabardiewal@yandex.ru*

РОЛЬ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА В ПРОЦЕССЕ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Статья рассматривает актуальную проблему сохранения патриотизма и национального самосознания в условиях глобализации и быстрых изменений в обществе. Автор обращает внимание на важность социально-педагогического компонента в процессе патриотического воспитания подростков, который направлен на развитие у них чувства ответственности за свою страну и формирование нравственных ценностей. Статья анализирует определения патриотизма, его воспитательный потенциал и роль в формировании личности. Авторы подчеркивают, что социально-педагогическое воздействие в процессе патриотического воспитания подростков включает в себя разнообразные меры, такие как беседы, проектная деятельность, экскурсии, патриотические акции и консультирование, направленные на формирование национального самосознания и ценностей морали и этики.

Ключевые слова: социально-педагогический компонент, патриотизм, патриотическое воспитание, подросток.

Kabardieva Farida Alimovna

THE ROLE OF THE SOCIO-PEDAGOGICAL COMPONENT IN THE PROCESS OF PATRIOTIC EDUCATION OF TEENAGERS

Annotation: the article examines the urgent problem of preserving patriotism and national identity in the context of globalization and rapid changes in society. The author draws attention to the importance of the socio-pedagogical component in the process of patriotic education of adolescents, which is aimed at developing their sense of responsibility for their country and the formation of moral values. The article analyzes the definitions of patriotism, its educational potential and its role in personality for-

mation. The author emphasizes that the socio-pedagogical impact in the process of patriotic education of adolescents includes a variety of measures such as conversations, project activities, excursions, patriotic actions and counseling aimed at the formation of national identity and values of morality and ethics.

Keywords: socio-pedagogical component, patriotism, patriotic education, teenager.

Современное общество сталкивается с вызовами, связанными с усилением глобализации, информационными технологиями и быстрыми изменениями в мире. В таких условиях особенно важно сохранение и укрепление национального самосознания, патриотизма и гражданской ответственности среди подрастающего поколения.

Патриотическое воспитание подростков является важным аспектом формирования гражданской идентичности, нравственных ценностей и ответственности за свою страну. В этом процессе особую роль играет социально-педагогический компонент, который включает в себя систему методов и подходов, направленных на интеграцию подростков в социальную среду и на развитие у них чувства патриотизма.

Социально-педагогический компонент воспитания и обучения – это один из важнейших аспектов в работе педагогов, направленный на формирование социальных навыков и качеств личности учащихся. Современное общество требует от учеников не только знаний и умений, но и умения взаимодействовать с окружающим миром, быть адаптивными и конструктивными в различных ситуациях [5].

Для более глубокого понимания роли социально-педагогического компонента в патриотическом воспитании подростков необходимо проанализировать понятия «патриотизм» и «патриотическое воспитание».

В толковом словаре В.И. Даля можно найти следующее определение «патриот - любитель Отечества, ревнитель о благе его, отчизнолюб» [3]. В словаре С.И. Ожегова патриотизм трактуется как преданность и любовь к своему Отечеству, к своему народу [4]. К.Д. Ушинский, великий педагог, писал о глубоком воспитательном потенциале патриотизма: «Как нет человека без самолюбия, так нет человека без любви к Отечеству, и эта любовь дает воспитанию верный ключ к сердцу человека и могущественную опору для борьбы с его дурными природными, личными, семейными и родовыми склонностями» [6].

Данная проблема была предметом исследования многих философов (таких как Н.А. Бердяев, И.А. Ильин, Л.П. Корсавин, Г.В. Плеха-

нов), психологов (например, И.Б. Котова, С.Л. Рубинштейн, И.А. Сикорский), педагогов (включая Л.Р. Болотина, Н.К. Крупскую, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского), а также писателей (таких как В.Г. Белинский, Н.А. Добролюбов, В.В. Маяковский, Н.А. Островский, Н.Г. Чернышевский, М.А. Шолохов).

Дух патриотизма является универсальным нравственным идеалом, который укоренен в глубоких исторических и социальных традициях. Это естественное стремление к самосохранению, желание защитить своё место обитания от захватчиков формировалось на протяжении долгого исторического опыта и передавалось из поколения в поколение.

Лишь сформировав личность гражданина и патриота России с присущими ему ценностями, установками, интересами и мотивацией, можно надеяться на успешное выполнение более конкретных задач по подготовке к защите Отечества.

С момента появления государств патриотизм играл важнейшую роль в объединении народа, а также многонациональных сообществ. В разные исторические эпохи он становился щитом в борьбе за независимость, лозунгом для политиков, развязывающих войны, и силой, способной предотвратить исчезновение этносов и обеспечить их процветание. Именно поэтому проблема патриотизма остаётся актуальной для учёных, политиков и простых граждан [2].

Согласно Государственной программе и Концепции патриотического воспитания, это систематическая и целенаправленная деятельность государственных органов и общественных организаций, направленная на формирование у граждан высокого чувства патриотизма, верности Родине и готовности исполнять гражданский долг и конституционные обязанности по защите интересов своей страны.

Патриотичное воспитание должно пронизывать весь учебно-воспитательный процесс, органически объединять гражданское, моральное, семейное, эстетическое, правовое, экологическое, физическое и трудовое воспитание. Для этого оно должно основываться на российской истории, знании и отстаивании своих прав, выполнении конституционных и гражданских обязанностей, ответственности за собственное будущее, благосостояние и судьбу страны [1].

В условиях, когда проблема профессионализации личного состава Вооружённых Сил становится особенно актуальной, социально-педагогический компонент военно-патриотического воспитания приобретает особое значение. Он предполагает глубокую дифференциацию процесса воспитания и всестороннюю работу, учитывающую

конкретные задачи, которые будут возложены на будущих защитников Отечества.

Патриотическое воспитание является неотъемлемой частью всестороннего развития личности подростка. Социально-педагогический компонент играет ключевую роль в этом процессе, обеспечивая комплексный подход к формированию патриотических ценностей и установок.

Он представляет собой совокупность педагогических методов, приемов и средств, направленных на:

1. Развитие у подростков социальной ответственности, гражданской ответственности и патриотизма.
2. Формирование ценностных ориентаций, основанных на любви к Родине, уважении к её истории и культуре.
3. Создание благоприятной социальной среды для развития патриотических чувств.
4. Организацию взаимодействия между подростками, образовательными учреждениями и общественными организациями в сфере патриотического воспитания.

Социально-педагогическое воздействие в процессе патриотического воспитания подростков включает в себя ряд мероприятий, направленных на формирование национального самосознания, гражданской и национальной идентичности, ценностей и норм морали и этики.

Одним из ключевых аспектов социально-педагогической работы в данной области является организация таких мероприятий, как:

1. Беседы и дискуссии: Обсуждение исторических событий, патриотических ценностей и их значения для развития общества.
2. Проектная деятельность: Реализация совместных проектов, направленных на изучение истории и культуры своей страны, развитие социальных инициатив.
3. Экскурсии и встречи: Посещение исторических мест, музеев, встречи с ветеранами и представителями общественных организаций.
4. Патриотические акции и мероприятия: Участие в общегородских и общероссийских патриотических акциях, организация тематических выставок и конкурсов.
5. Социально-педагогическое консультирование: Индивидуальная и групповая работа с подростками, испытывающими трудности в формировании патриотических ценностей.

С помощью этих мероприятий подростки могут получить знания о истории своей страны, о ее героях и подвигах, о национальных цен-

ностях. Они могут проникнуться чувством гордости за свою страну, за ее достижения и достоинства, а также стать активными участниками общественной жизни.

Кроме того, социально-педагогический компонент включает в себя работу по формированию у подростков понимания важности гражданской ответственности, уважения к законам и традициям, умения критически мыслить и принимать самостоятельные решения.

Таким образом, социально-педагогический компонент играет важную роль в процессе патриотического воспитания подростков, способствуя формированию у них национального самосознания, гражданской и национальной идентичности, укреплению ценностей и норм морали и этики. Он помогает подросткам стать активными участниками общественной жизни, готовыми принимать ответственные решения и делать вклад в развитие своей страны.

Список литературы

1. Вятлева, С.В. Социально-педагогическая сущность патриотического воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=1001
2. Гасанов, З.Т. Цели, задачи и принципы патриотического воспитания граждан [Текст] / З.Т. Гасанов // Педагогика. 2005. №6. С. 59-63.
3. Даль, В.И. Толковый словарь живого великорусского языка [Текст] / В.И. Даль. Санкт-Петербург: Диамант, 2002 г. Т. 3. С.24.
4. Ожегов, С.И. Толковый словарь русского языка [Текст]: 72500 слов и 7500 фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова; Российская АН, Ин-т рус. яз., Российский фонд культуры. - 2-е изд., испр. и доп. Москва: Азъ, 1994. – 907с.
5. Портал психологических изданий. PsyJournals.ru [Электронный ресурс] / Психология социально-педагогической деятельности // Психолого-педагогические исследования. - 2010. Том 2. № 5. Режим доступа: https://psyjournals.ru/journals/psyedu/archive/2010_n5/Torohtiy
6. Ушинский, К.Д. О народности в общественном воспитании [Текст] / К.Д. Ушинский. - Собрание соч. Т.2 М.: Педагогика, 1998. - С. 78.

Кадиева Роза Исмаиловна,
кандидат педагогических наук, доцент,
Дагестанский государственный педагогический университет
им. Р.Гамзатова, г. Махачкала;
Шведов Марк Ширваниевич,
магистр психологии, педагог-психолог,
Музыкальное училище им.Г.Гасанова
Махачкала, m.shvedov1979@gmail.com

ИНТЕГРАТИВНЫЕ МЕТОДЫ ПОДДЕРЖКИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, ПЕРЕЖИВШИХ ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ И УТРАТУ

Аннотация. Статья посвящена анализу и систематизации интегративных методов поддержки детей и подростков, переживших травматический опыт и утрату. Авторы подчеркивают значимость комплексного подхода, включающего арт-терапию, социально-эмоциональное обучение, телесно-ориентированные и когнитивно-поведенческие методики. Интегративный подход помогает не только справляться с последствиями травмы, но и развивать у детей навыки саморегуляции, эмпатию и устойчивость к стрессу. Особое внимание уделяется роли педагогов и родителей в создании безопасного пространства для восстановления и личностного развития ребенка.

Ключевые слова: интегративный подход, психологическая травма, дети, арт-терапия, когнитивно-поведенческая терапия, социально-эмоциональное обучение, поддержка, утрата, стрессоустойчивость.

Kadieva Roza Ismailovna
Shvedov Mark Shirvanievich

INTEGRATIVE SUPPORT METHODS FOR MINORS WHO HAVE EXPERIENCED TRAUMATIC EVENTS AND LOSS

Abstract. The article focuses on the analysis and systematization of integrative methods of support for children and adolescents who have experienced traumatic events and loss. The authors emphasize the importance of a comprehensive approach, including art therapy, social-emotional learning, body-oriented, and cognitive-behavioral techniques. The integrative approach not only helps to cope with the consequences of trauma but

also fosters children's self-regulation skills, empathy, and resilience. Particular attention is given to the role of educators and parents in creating a safe environment for recovery and personal development.

Keywords: integrative approach, psychological trauma, children, art therapy, cognitive-behavioral therapy, social-emotional learning, support, loss, resilience.

На фоне роста числа конфликтов, социальных потрясений и катастроф количество детей и подростков с травматическим опытом увеличивается. Крайне важно применять комплексные методы для адаптации и поддержки, которые бы способствовали восстановлению эмоционального состояния, развитию устойчивости и преодолению негативных последствий.

Несовершеннолетние, которые сталкиваются с травматическими событиями и утратой, нуждаются в специализированной психологической поддержке, так как их психика особенно уязвима. Без своевременного вмешательства последствия травмы могут привести к эмоциональным и поведенческим проблемам, влияющим на успешность личностного и социального развития.

Целью статьи является анализ и систематизация интегративных методов, которые могут быть полезны в работе с детьми и подростками, пережившими травму и утрату.

Психологическая травма у детей и подростков - это психическое состояние, возникающее в ответ на переживание событий, которые выходят за рамки обычного человеческого опыта и вызывают сильное чувство страха, беспомощности или ужаса. В отличие от взрослых, психика детей более подвержена влиянию травматических событий из-за незрелости когнитивных и эмоциональных структур, что делает их особенно уязвимыми к таким факторам, как утрата близких, насилие, участие в военных конфликтах или стихийных бедствиях. Утрата и травма могут кардинально изменять мировосприятие и нарушать развитие нормальных эмоциональных реакций, особенно если не было возможности осмыслить и переработать пережитое.

В условиях травматического опыта у детей часто проявляются различные формы психологического дистресса, такие как:

- Тревожные и депрессивные расстройства: дети могут испытывать чрезмерное беспокойство, чувство грусти, безысходности и страха. Нередко возникает боязнь, что трагические события повторятся.

- **Нарушения сна и аппетита:** проявляются в виде трудностей с засыпанием, кошмаров, отсутствия аппетита или, напротив, неконтролируемого переедания.

- **Поведенческие расстройства:** агрессивное или замкнутое поведение, уход в себя, избегание общения с окружающими. Эти формы поведения являются защитными механизмами, помогающими ребенку справиться с чрезмерным стрессом.

- **Снижение когнитивных функций:** пережитая травма может привести к ухудшению внимания, концентрации, ухудшению памяти, что сказывается на учебных результатах и восприятии новой информации [2].

Травма, вызванная утратой, может нарушить привязанность ребенка к значимым людям, что особенно ярко проявляется у детей младшего возраста, для которых чувство безопасности связано с конкретными лицами (родителями, старшими родственниками). Такие дети могут проявлять гипертрофированную тревогу разлуки, избегать эмоциональной близости, либо, наоборот, проявлять повышенную зависимость от взрослых, из-за чего снижается их способность к самообладанию и самостоятельности.

Социализация детей, перенесших травму, также затруднена. Им становится сложнее доверять другим людям, устанавливать контакты, выстраивать положительные отношения со сверстниками. Это может привести к возникновению изоляции, конфликтности и снижению уровня эмпатии, что сказывается на качестве отношений с окружающими и на восприятии детьми себя и своего социального окружения.

Переживание травмы приводит к тому, что дети нуждаются не только в психологической, но и в педагогической поддержке для восстановления целостного личностного функционирования. Они нуждаются в восстановлении чувства безопасности, развитии жизнестойкости и эмоциональных навыков для того, чтобы справляться с трудными переживаниями и эффективно адаптироваться к повседневной жизни. Интегративный подход позволяет объединить различные методики в единую систему помощи, направленную на комплексное восстановление их эмоциональной и когнитивной сферы [1].

Принципы интегративного подхода

Интегративный подход направлен на использование различных психологических и педагогических методик для максимальной адаптации ребенка после травмы и утраты. Его уникальность заключается в возможности комбинировать методы, подбирая их с учетом индиви-

дуальных потребностей и особенностей каждого ребенка. Основные принципы данного подхода включают:

- **Адаптивность:** интегративные методы подбираются с учетом возраста, эмоционального состояния и психологических потребностей ребенка. Для детей младшего возраста наиболее эффективны методы игровой и арт-терапии, тогда как для подростков больше подходят когнитивные техники и методы социальной поддержки.

- **Целостность:** подход предполагает комплексное воздействие на когнитивные, эмоциональные и социальные аспекты личности ребенка. Когнитивные техники помогают ему осмыслить травму, эмоциональные — выразить и переработать переживания, социальные — наладить связи с окружающими.

- **Эмоциональная безопасность:** интегративный подход предполагает создание безопасного пространства, где ребенок чувствует себя защищенным и может выражать свои чувства. Это особенно важно, так как дети, пережившие травму, часто боятся проявлять свои эмоции, опасаясь осуждения или повторной травматизации.

- **Принятие и поддержка:** при применении интегративного подхода специалисты придерживаются принципов эмпатии, принятия и поддержки. Это помогает установить доверительные отношения и формирует основу для работы с психологическими травмами.

Интегративный подход также основан на ряде методологических принципов, которые позволяют оказывать помощь наиболее эффективно:

- **Индивидуализация:** каждый ребенок уникален, поэтому интегративный подход требует персонализированного плана вмешательства. Психологи и педагоги определяют, какие методы будут наиболее эффективны для конкретного ребенка, с учетом его личностных особенностей и конкретного травматического опыта [6].

- **Гибкость и динамичность:** травма и горе - это не статичные состояния. Дети проходят через различные стадии горевания, и методы должны изменяться по мере того, как ребенок адаптируется к новым условиям. Гибкость подхода позволяет оперативно реагировать на изменения в состоянии ребенка и подбирать соответствующие методы.

- **Долгосрочность поддержки:** травма имеет длительные последствия, поэтому интегративный подход ориентирован на долговременную поддержку. Дети, пережившие травму, могут нуждаться в психологической поддержке на протяжении нескольких месяцев и даже лет.

Основные интегративные методы поддержки

Арт-терапия - это метод, который позволяет детям выражать сложные и подавленные эмоции через творчество, не требуя от них вербализации переживаний. Для детей, переживших травматические события, такие как утрата или насилие, визуальные и творческие формы выражения чувств часто оказываются более доступными и безопасными, чем разговорная терапия. Арт-терапия предоставляет возможность не только проработать внутренние конфликты, но и перенести их в творческую форму, что снижает уровень тревожности и помогает находить новые способы самовыражения.

Рисование и живопись помогают детям выразить свои внутренние переживания и могут быть особенно эффективны для проработки травматического опыта. Психолог может предложить конкретные темы, например, нарисовать свои страхи, любимое воспоминание или чувство грусти. Такие задания помогают выявить и интерпретировать эмоциональное состояние ребёнка, позволяя специалисту понять его переживания.

Музыка-терапия, предполагающая использование музыки для выражения эмоций и расслабления, помогает детям справляться с тревожностью и стрессом. Слушание музыки или её создание (игра на простых инструментах, пение) позволяют ребёнку выплеснуть внутренние эмоции, восстановить эмоциональный баланс и настроиться на позитивный лад. Этот метод особенно полезен для детей, испытывающих трудности с выражением чувств вербально.

Сказка-терапия включает создание и обсуждение сказок, где ребёнок может создавать истории, которые отражают его внутренние переживания и страхи. Этот метод позволяет ребёнку проработать трудные моменты, создавая образное повествование, в котором он может находить выходы из травматических ситуаций и представлять более позитивные сценарии. Придумывание героев и сказочных событий помогает детям строить эмоциональные связи с вымышленными персонажами, находить способы преодоления трудностей и возвращаться к осознанию личной силы.

Социально-эмоциональное обучение (SEL) - это подход, направленный на развитие навыков саморегуляции, эмпатии, социальной компетенции и межличностного общения. Включение элементов SEL в образовательный процесс помогает детям и подросткам восстанавливать чувство контроля над эмоциями, учиться справляться со стрессом и находить общий язык с окружающими. В результате дети становятся более уверенными в себе, лучше понимают и управляют

своими эмоциями, что способствует формированию устойчивости к стрессовым ситуациям.

Детям, пережившим травму, бывает сложно распознавать и выражать эмоции. Упражнения, направленные на развитие эмпатии и понимание эмоций, помогают улучшить способность ребёнка идентифицировать свои чувства, а также учитывать эмоциональное состояние других. Это может включать игры на распознавание эмоций, упражнения на обсуждение ситуаций, где дети могут научиться видеть разные эмоциональные реакции.

Управление эмоциями - одна из ключевых задач SEL. Несовершеннолетним, пережившим травму, бывает трудно контролировать гнев, страх или тревожность. Освоение техник саморегуляции, таких как дыхательные упражнения и техники осознанности, позволяет детям справляться с сильными эмоциями и восстанавливать внутреннее спокойствие.

У детей с травматическим опытом часто нарушено восприятие себя и снижена самооценка. В рамках SEL можно использовать позитивные аффирмации, игры и задания, где ребёнок получает возможность раскрыть свои сильные стороны и почувствовать значимость своих действий. Это помогает восстанавливать уверенность в себе и снижать уровень социальной тревожности.

Травматические переживания часто «записываются» в теле, влияя на физическое состояние ребёнка: мышечное напряжение, учащённое дыхание, повышенная чувствительность к раздражителям. Телесно-ориентированная терапия помогает снять физическое напряжение и уменьшить уровень стресса, восстанавливая гармонию между телом и психикой ребёнка. Этот метод особенно подходит детям, которым трудно выразить чувства вербально, так как позволяет проработать эмоции через движение и телесные практики. [8]

Практики осознанного дыхания помогают детям успокоиться и контролировать уровень тревожности. Простые дыхательные упражнения, такие как глубокое диафрагмальное дыхание или «дыхание по квадрату», помогают снять напряжение и стабилизировать эмоциональное состояние. Дыхательные техники особенно полезны для детей, переживающих тревожные состояния и страхи.

Игры, направленные на выражение эмоций и снятие физического напряжения, помогают детям «выплеснуть» свои эмоции безопасным образом. Психомоторные упражнения, такие как прыжки, бег, танцевальные движения, позволяют детям разрядить накопившееся напряжение. Эти игры помогают наладить контакт с телом, освобождают

подавленные чувства и восстанавливают контроль над физическими реакциями.

Танцевально-двигательная терапия (ТДТ) способствует выражению эмоций через спонтанное движение. В отличие от структурированных телесных практик, ТДТ позволяет детям свободно выражать свои чувства, задействуя ритмичные и импровизированные движения. Это помогает не только снизить напряжение, но и улучшить восприятие собственного тела и повысить уверенность в себе.

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) - один из наиболее эффективных подходов для работы с посттравматическими состояниями. КПТ направлена на осознание и изменение негативных мыслительных паттернов, формирующихся в результате травмы, а также на коррекцию нежелательных форм поведения, которые могут возникнуть в ответ на стресс. КПТ помогает детям понять причины своих реакций и развить навыки для преодоления их в будущем.

КПТ предлагает безопасные методы для работы с травматическими воспоминаниями, которые могут включать визуализацию, обсуждение и переосмысление событий. Психолог помогает ребёнку снова пережить воспоминания в контролируемой форме, с постепенным снижением их негативного воздействия. Это позволяет уменьшить интенсивность эмоциональной реакции на травму и облегчить адаптацию к повседневной жизни.

В результате КПТ дети осваивают позитивные поведенческие стратегии, которые помогают им справляться с негативными эмоциями. Это могут быть методы самоподдержки, планирования, навыки активного слушания и нахождения поддержки у окружающих. Такие стратегии способствуют формированию уверенности в себе и укреплению социальных связей.

Интегративные методы поддержки, такие как арт-терапия, социально-эмоциональное обучение, телесно-ориентированная терапия и когнитивно-поведенческая терапия, являются ключевыми инструментами в работе с детьми и подростками, пережившими травматический опыт. Эти методы, применяемые в комплексе, способствуют эмоциональному, когнитивному и физическому восстановлению ребенка. Интегративный подход позволяет охватить разные аспекты личности и создать для каждого ребёнка безопасное пространство для работы с его уникальными переживаниями и потребностями. [5]

Прежде чем начать психологическую и педагогическую работу, важно провести тщательную оценку состояния ребенка. Этот этап включает сбор информации о травматическом опыте, выявление ос-

новых эмоциональных и поведенческих трудностей, уровня стресса и готовности к взаимодействию. Оценка осуществляется через:

- Психодиагностические методы: беседы, тесты, наблюдения для выявления текущих эмоциональных состояний и симптомов.

- Вовлечение родителей и педагогов: чтобы получить комплексное представление о поведении ребенка, его потребностях и склонности к взаимодействию.

Подготовительный этап направлен на создание безопасного пространства и установление доверительных отношений, что становится фундаментом дальнейшей работы.

На этапе стабилизации важно помочь ребенку снизить уровень тревоги, вернуть ему чувство безопасности и эмоциональной защищенности. Основные методы, применяемые на этом этапе, включают:

- Психотерапевтические сессии, ориентированные на расслабление: дыхательные техники, элементы телесно-ориентированной терапии, релаксационные упражнения.

- Эмоциональное самовыражение через арт-терапию: рисование, моделирование, сказкотерапия позволяют ребенку выразить эмоции, которые он еще не может полностью осознать.

- Создание ритуалов: введение ритуалов прощания с прошлым или повторяющихся поддерживающих практик, которые помогают ребенку чувствовать стабильность и ориентироваться на будущее.

После достижения эмоциональной стабилизации можно переходить к работе с когнитивной сферой ребенка. Основные задачи этого этапа заключаются в осмыслении травматического опыта и формировании более позитивных взглядов на себя и свои возможности. Применяются такие методы, как:

- Когнитивная реструктуризация: замена негативных убеждений на более адаптивные и позитивные. Например, работа с чувством вины или страха перед будущими событиями.

- Визуализация и работа с воспоминаниями: помогает ребенку переработать негативный опыт в безопасной и контролируемой форме.

- Обучение навыкам самоподдержки: создание «позитивного внутреннего диалога», где ребенок учится осознавать свои сильные стороны и потенциал для преодоления трудностей.

На этапе социального включения и восстановления фокус смещается на социальные навыки и навыки саморегуляции. Основная задача - помочь ребенку в возвращении к активной социальной жизни, восстановлении доверия к окружающим и формировании чувства принадлежности к группе. Применяются такие методы, как:

- Групповая работа и социальные игры: игры на совместное взаимодействие, коллективное решение задач помогают детям учиться взаимодействию и общению.

- Поддержка в школе и семье: активное сотрудничество с педагогами и семьей для создания благоприятной среды, где ребенок чувствует поддержку и понимание.

- Развитие навыков саморегуляции и стрессоустойчивости: освоение техник управления стрессом, формирование положительного отношения к изменениям.

Программы поддержки и вмешательства для разных возрастных групп.

Поддержка дошкольников

Для дошкольников, переживших утрату или травму, особенно важна стабильность, эмоциональная поддержка и использование методов, позволяющих выразить чувства через игру и творчество. Программы для дошкольников включают:

- Игровую терапию: помогает детям осмыслить свой опыт через игровые образы. Например, ребенок может проигрывать свои страхи или грусть, что помогает ему переработать эмоции.

- Арт-терапию с использованием ярких красок и текстур: материалы, такие как пластилин, песок, краски, помогают детям передавать свои эмоции через сенсорное восприятие.

- Терапию куклами и сказками: использование кукол и сказочных сюжетов помогает ребенку идентифицироваться с персонажами, что облегчает обсуждение трудных тем и поиск решений.

Поддержка младших школьников

Для младших школьников важна поддержка в восстановлении эмоционального равновесия и успехов в учебе. Программы для этой возрастной группы включают:

- Социально-эмоциональное обучение (SEL): развитие навыков эмпатии, саморегуляции и уверенности в общении.

- Когнитивно-поведенческую терапию (КПТ): работа с тревогами и страхами, которые могут негативно влиять на учебу.

- Групповые тренинги на развитие навыков сотрудничества и доверия: занятия по взаимодействию и доверительным отношениям помогают школьникам восстанавливать чувство безопасности в коллективе.

Поддержка подростков

Для подростков актуальны методы, которые помогают справляться с эмоциональной нестабильностью, а также развивать само-

стоятельность и навыки критического мышления. Программы для подростков включают:

- Когнитивную и когнитивно-поведенческую терапию: помогает осмыслить и изменить восприятие травматического опыта, а также работать с убеждениями, влияющими на самооценку.

- Групповую терапию и психологические тренинги: совместные обсуждения и поддержка сверстников помогают подросткам делиться своим опытом и чувствовать принадлежность к группе.

- Профориентационные и мотивационные программы: развитие навыков самореализации и постановки целей, что помогает подросткам чувствовать уверенность в своих силах и видеть перспективы.

Пример комплексной программы поддержки

Комплексная программа поддержки для детей, переживших утрату и травму, направлена на поэтапное восстановление их психологического состояния и интеграцию в социальную среду. Программа включает следующие этапы:

1. Диагностика и первичная поддержка: психодиагностика и начальные терапевтические сессии, направленные на снижение тревожности и создание безопасной среды.

2. Эмоциональная и психотерапевтическая работа: индивидуальная и групповая арт-терапия, работа с травматическими воспоминаниями, телесно-ориентированные практики.

3. Когнитивная работа и обучение навыкам управления эмоциями: когнитивная реструктуризация, освоение техник саморегуляции, работа над развитием позитивных убеждений и поддерживающих мыслей.

4. Социальное включение и восстановление связей с коллективом: групповые занятия, поддержка в образовательной среде, программы социального обучения и социализации.

Примерная последовательность занятий в рамках программы

- Занятие 1–3: знакомство, установление доверия, упражнения на снижение тревожности и телесные практики для расслабления.

- Занятие 4–6: арт-терапия и музыкальные практики, направленные на выражение эмоций, знакомство с методами безопасного выражения страха и гнева.

- Занятие 7–9: когнитивная работа с убеждениями, упражнения на позитивное восприятие себя и своих возможностей.

- Занятие 10–12: групповые занятия на развитие навыков взаимодействия, игры на доверие и эмпатию, обучение приемам саморегуляции.

Каждое занятие проводится в безопасной и поддерживающей среде, где ребенок может проявить свои чувства и научиться их контролировать [7].

Сценарий сессии интегративного подхода

Целевая аудитория: ребенок 8–10 лет, переживший утрату или травматическое событие.

Длительность: 45 минут.

Цель сессии: помочь ребенку выразить свои эмоции, снизить уровень тревожности и укрепить чувство безопасности.

Материалы: бумага, цветные карандаши или краски, небольшие игрушки (для работы с ролевыми сценариями), мягкий коврик.

1. Начало сессии (5 минут)

- Цель: установить контакт, создать доверительную и безопасную обстановку.

- Приветствие. В начале сессии психолог дружелюбно здоровается с ребенком и предлагает выбрать себе комфортное место в кабинете, поощряя его выбрать ту часть комнаты, где он чувствует себя наиболее уютно.

- Вводная беседа. Психолог ненавязчиво спрашивает, как у ребенка прошел день, чем он занимался или что ему сегодня понравилось. Это помогает установить контакт и настроить ребенка на работу.

2. Разминка с телесно-ориентированным упражнением (5 минут)

- Цель: помочь ребенку снизить физическое и эмоциональное напряжение.

- Упражнение «Дерево на ветру». Психолог предлагает ребенку представить, что он - дерево, у которого глубокие корни (ноги), крепко удерживающие его на земле. Далее он просит ребенка слегка покачиваться, как дерево на ветру, представляя, что ветер дует в разные стороны. Это упражнение помогает почувствовать «корни» и устойчивость, что важно для восстановления чувства безопасности.

3. Основная часть: Арт-терапевтическое упражнение (20 минут)

- Цель: выразить и осознать эмоции через художественное творчество.

- Упражнение «Мой дом безопасности». Психолог предлагает ребенку нарисовать место, где он чувствует себя в безопасности. Это может быть его дом, уголок в комнате, место из его воображения или фантазии.

Пошаговая инструкция: «Давай попробуем создать место, где ты чувствуешь себя спокойно. Это может быть что угодно - дом, замок, лес или что-то еще. Нарисуй, что в этом месте находится, кто тебя ок-

ружает, какие вещи там есть. Ты можешь использовать любые цвета и формы»).

Обсуждение рисунка. После завершения работы психолог обсуждает с ребенком рисунок, спрашивая, что каждый элемент означает для него. Например, можно спросить: «Кто живет в твоём доме безопасно?» или «Как ты себя чувствуешь, когда находишься здесь?»

- Завершение арт-упражнения. Психолог акцентирует внимание на том, что это место остается с ребенком в его воображении, и он всегда может мысленно возвращаться туда, когда чувствует тревогу.

4. Работа с эмоциями и когнитивное упражнение (10 минут)

- Цель: развить навыки саморегуляции и управляемого выражения эмоций.

- Упражнение «Коробка эмоций». Психолог предлагает ребенку небольшую коробку (или шкатулку) и разноцветные карточки. Каждый цвет символизирует одну эмоцию (например, красный - гнев, синий - грусть, желтый - радость и т. д.). Психолог просит ребенка выбрать цвет, который наиболее соответствует его настроению сейчас, и написать на карточке (или нарисовать) то, что он чувствует.

После этого психолог спрашивает, что бы ребенок хотел сделать с этой эмоцией: может быть, отправить её отдыхать или сохранить её как напоминание о том, что это чувство пройдет.

- Завершение упражнения: Психолог напоминает ребенку, что его эмоции важны и их можно выражать, и что он может всегда воспользоваться «коробкой эмоций», чтобы выплеснуть и упорядочить свои чувства.

5. Завершение сессии (5 минут)

- Цель: подведение итогов, закрепление позитивного опыта, возвращение в спокойное состояние.

- Заключительная беседа: Психолог спрашивает ребенка, как он себя чувствует после занятия, что ему запомнилось больше всего, и есть ли что-то, что он хотел бы сделать в следующий раз.

- Ритуал прощания: Психолог предлагает ребенку выбрать небольшой «тревожный камешек» или символ - маленький предмет, который можно держать в кармане или носить с собой, и вспоминать о безопасном месте из рисунка, когда он почувствует тревогу.

Проведённый анализ психолого-педагогических технологий показывает, что для эффективной помощи детям, пережившим травму, необходим комплексный, интегративный подход, который сочетает в себе разные методы поддержки - от арт-терапии и социально-

эмоционального обучения до телесно-ориентированных и когнитивно-поведенческих практик.

Такой подход позволяет учитывать, как эмоциональные и когнитивные потребности ребенка, так и его индивидуальные и возрастные особенности. Применение этих технологий позволяет детям преодолевать последствия травматических событий, восстанавливать чувство внутреннего контроля и формировать позитивные жизненные установки.

Ключевую роль в процессе восстановления играют педагоги и родители. Взаимодействие с ними позволяет создать для ребенка безопасное пространство, где он чувствует себя защищённым и принятым, что способствует успешной адаптации и личностному развитию. Поддержка родителей, а также психологическая подготовка педагогов помогают создать вокруг ребенка сеть поддержки, которая укрепляет его уверенность в себе и устойчивость к жизненным трудностям.

Таким образом, психолого-педагогические технологии, ориентированные на помощь детям, пережившим утрату и травму, становятся важным инструментом в образовательных организациях. Они не только помогают восстановить психологическое благополучие ребенка, но и способствуют формированию в нем внутренней устойчивости, которая будет поддерживать его и в будущих трудных ситуациях.

Этот комплексный подход к поддержке детей не только уменьшает негативные последствия стресса и травмы, но и помогает детям развивать навыки саморегуляции, эмпатии и самоосознания, что становится залогом их успешной адаптации и гармоничного развития в условиях современного мира.

Список литературы

1. Белополюская, Н. Л., & Смирнова, Е. А. (2021). Методики работы с детьми, пережившими потерю. Вестник психологии образования, 34(1), 47-56.
2. Карвасарский, Б. Д., & Королёва, Е. В. (2022). Основы травмотерапии в российской практике детской психологии. Психология и право, 12(3), 65-78.
3. Мастен, А. С. (2021). Жизнестойкость в развитии: Замечательная способность детей и взрослых преодолевать трудности. Guilford Press.

4. Солдатова, Г. У., & Рязанова, И. С. (2020). Киберсоциализация и психологическое благополучие подростков в эпоху цифровых технологий. Москва: Смысл.

5. Солдатова, Г. У., & Шлионская, Е. А. (2020). Психологическая помощь детям и подросткам в условиях кризиса: опыт и подходы. Консультативная психология и психотерапия, 28(2), 5-23.

6. Сухарева, Е. Н. (2021). Психолого-педагогические технологии преодоления последствий травмы у детей. Психологическая наука и образование, 26(4), 99-112.

7. Унгар, М. (2021). Измените свой мир: Наука о жизнестойкости и истинный путь к успеху. Sutherland House.

8. Ван дер Колк, Б. А. (2021). Тело помнит всё: мозг, разум и тело в исцелении травмы. Penguin Books.

*Казиева Нуржаган Нурбагандовна
кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой общей и социальной психологии
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет»,
г. Махачкала, daguniver@mail.ru*

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация. В статье представлены и обобщены обзоры работ зарубежных авторов по проблеме стрессовых расстройств. Выявлено, что участие в военных событиях, травматически действуют на психическое здоровье и состояние военнослужащих. Определены теоретические концепции и подходы к исследованию ПТСР. Указано на необходимость оказания психологической помощи как участникам боевых действий, так и членам их семей.

Ключевые слова: стресс, травматический стресс, посттравматические стрессовые нарушения, психологические последствия, военный невроз, посттравматическое стрессовое расстройство.

POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER AS A PSYCHOLOGICAL PROBLEM

Kazieva Nurzhagan Nurbagandovna

Abstract. The article summarizes and systematizes the work of foreign researchers on the problem of stress disorders. As a result of the review, it was revealed that participation in life-threatening events has a traumatic effect on the mental health and condition of military personnel. Theoretical concepts and approaches to the study of PTSD are defined. The necessity of providing psychological assistance to both combatants and their family members is indicated.

Keywords: stress, traumatic stress, post-traumatic stress disorders, psychological consequences, military neurosis, post-traumatic stress disorder.

В современной жизни военнослужащие, в том числе участники специальной военной операции (СВО) входят в группу риска с повышенной угрозой развития психогенных нарушений. Военная служба всегда подвержена комплексу специфических психотравмирующих воздействий на психику. Впервые посттравматические стрессовые нарушения были описаны американскими учеными после вьетнамской войны.

В настоящее время, когда количество войн во всем мире возросло, этих симптомов стало наблюдаться еще больше. Психологические последствия связанные с нарушением психики военнослужащих из-за сверхэкстремального воздействия травматического стресса выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР).

ПТСР в большинстве своем возникает как специфическая реакция на серьезную угрозу жизни или здоровью. Интенсивность стрессогенного воздействия столь велика, что личностные особенности не играют решающей роли в генезе посттравматических стрессовых расстройств [6].

Ученые во все времена интересовались проблемой воздействию травматических переживаний и влияния стрессовых ситуаций на человека, но официальные данные о ПТСР сложились к 1980-м годам. Во время первой мировой войны было проведено самое большое количество исследований влияния ПТСР на благополучие переживших стресс военнослужащих. Проведенные психологические наблюдения показали, что у большинства военнослужащих вернувшихся из мест дислокации боевых действий продолжались стрессовые травматические состояния. После диагностики посттравматического стрессового расстройства и оказания соответствующей психологической помощи в виде коррекции травматического состояния, направленного на преодоление посттравматического стресса, военнослужащие возвращались к нормальной жизни.

Фредриком Мотте и Эрнстом Соусард было проведено исследование влияния последствий военной травмы, на навязчивые состояния, раздражительность, трудности с концентрацией внимания и др. Г.Оппенгейм ввел термин «травматический невроз» для диагностики психических расстройств у участников боевых действий. Кардинер, исследовал физиологическую и психологическую природу военного невроза и ввел понятие «центральный физионевроз» [2].

В настоящее время не существует единой теоретической концепции, объясняющей этиологию посттравматического стрессового расстройства. Концепция А. Мэркер указывает на то, что не все военнослужащие страдают посттравматическим стрессовым расстройством. Он выделяет факторы, приводящие к возникновению ПТСР: связанные с наличием травматического состояния; во-вторых, факторы, связанные с защитными механизмами личности; связанные с риском [3].

Начало созданию концепции стресса положил Ганс Селье в 1936 году. Стресс – это любое более или менее выраженное напряжение организма, связанное с его жизнедеятельностью, в результате которого снижается их приспособительная роль. Стресс можно рассматривать как защитную реакцию организма на внешние и внутренние раздражители, при котором происходит адаптация к внешним и внутренним воздействиям. В этом состоянии, когда человек не может управлять собой, возникает ощущение слабости и незащитности, что способствуют возникновению нового стресса, часто гораздо более опасного по степени своего воздействия [4].

Стресс вызывается определенными стрессорами-раздражителями, как физиологическими, так и психологическими. При этом, любое напряжённое состояние по окончании воздействия стресс – факторов, приходит в обычное состояние. Если воздействие травмирующих событий продолжается после определенного срока, то переходят в состояние посттравматического стресса, вызывая синдром посттравматических стрессовых расстройств. Это устойчивое нарушение внутреннего равновесия, наступившее вследствие травматических событий.

Травматические события по-разному действует на каждого человека. Это зависит от защитных механизмов личности, на которого имеется стрессовое воздействие. Иногда, один и тот же человек по-разному может реагировать на стрессовые ситуации. Некоторые травмирующие ситуации могут исчезнуть бесследно, а некоторые привести к болезненной реакции и сохраниться на многие годы. Посттравматический стресс – это негативная реакция организма на пережитые события в прошлом [1].

Опыт показывает, что стресс травматическим образом действует на психическое здоровье и состояние не только непосредственных участников, но и семей участников травматических событий. В этой связи возникает необходимость оказать помощь как участникам боевых действий, так и членам их семей.

Во время военных событий предусматривается система мер поддержки военнослужащих и членов их семей. Помощь состоит в проявлении заботы и заинтересованности их переживаниям, внимательном выслушивании их проблем, разъяснении что с ними происходит, формировании у военнослужащих чувства уверенности что им всегда помогут, вовлеченности в общественно полезное дело.

Например, в Российской Федерации реализуется государственная программа поддержки военнослужащих СВО и членов их семей. Каждая семья участника СВО под особой опекой Управления социальной защиты населения. Членам семей военнослужащих на местах оказывается моральная и психологическая поддержка. До сведения семей своевременно доводится необходимая информация об успешном прохождении службы военнослужащим при выполнении боевых задач. Оказывается материальная поддержка и уделяется внимание каждому члену семьи. Предусмотрена цельная программа помощи детям военнослужащих, начиная с предоставления мест в садиках вне очереди, преимущества при принятии детей в спецшколы по разным направлениям подготовки, а также при поступлении в высшие учебные заведения.

Таким образом, синдром посттравматического стресса представляет с собой устойчивое нарушение внутреннего равновесия личности, характерное для большинства участников военных действий, наступившее вследствие травматических событий. Воздействие травмирующих событий может продолжаться и после срока прохождения военной службы, переходя в состояние посттравматического стресса [5]. В посттравматическом стрессе предусмотрена профессиональная психологическая работа, включающая в себя диагностику, коррекцию и дальнейшее сопровождение, направленное на преодоление посттравматического стресса, а также медико-психологическая реабилитация, направленная на восстановление боеспособности военнослужащего.

Список литературы

1. Бонкало Т.И. Посттравматическое стрессовое расстройство. – М.: ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2023. [Электронный ресурс] URL:

<https://niioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/daydzhesmeditsinskiy-turizm-i-eksport-meditsinskikh-uslug/>.

2. Васильева А.В. Посттравматическое стрессовое расстройство в центре международных исследований: от «солдатского сердца» к МКБ-11 // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. 2022 Т. 122, № 10 С. 72–81.

3. Кадыров Р.В., Венгер В.В. Комплексное посттравматическое стрессовое расстройство: современные подходы к определению понятия, этиологии, диагностика и психотерапия // Психолог. 2021 № 4.

4. Мельникова М. Л. Психология стресса: теория и практика: учебно-методическое пособие. – Екатеринбург: УГПУ, 2018.

5. Полин А.В. Медицинская психология. [Электронный ресурс] URL: <https://universalinternetlibrary.ru>

6. Полякова О.Б., Бонкало Т.И. Психология посттравматического стресса: учебник. – М.: ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2023. [Электронный ресурс] URL: <https://niioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/metodicheskie-posobiya>

*Кимпаева Эльмира Арсеновна,
старший преподаватель кафедры психологии
ДГПУ им. Р. Гамзатова*

КОМПЛЕКС МЕРОПРИЯТИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СОЗДАНИЕ НЕОБХОДИМОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО

Аннотация. В статье рассматриваются мероприятия, направленные на создание благоприятного психологического климата для сохранения психологического здоровья детей, участников СВО, обучающихся в частном общеобразовательном учреждении «Средняя школа» «Земфира».

Ключевые слова: психологический климат, психологическое здоровье, психологическая поддержка, стрессоустойчивость, психологическая травма.

Kimpaeva Elmira Arsenovna

A SET OF MEASURES AIMED AT CREATING THE NECESSARY PSYCHOLOGICAL CLIMATE TO PRESERVE THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF THE CHILDREN OF ITS PARTICIPANTS

Abstract. The article discusses measures aimed at creating a favorable psychological climate for the preservation of the psychological health of children, participants of the SVO, studying at the private educational institution "Secondary School" Zemfira.

Keywords: psychological climate, psychological health, psychological support, stress resistance, psychological trauma.

Психологический климат предполагает создание условий, необходимых для сохранения и (или) восстановления психологического здоровья детей участников (ветеранов) СВО [1].

В частном общеобразовательном учреждении «Средняя школа» «Земфира» обучаются дети участников СВО, которые также нуждаются в благоприятном психологическом климате.

Для создания благоприятного психологического климата в «Средней школе «Земфира» воспитателю, классному руководителю, совместно с психологом и иными педагогическими работниками важно проводить мероприятия, направленные на формирование позитивного отношения обучающихся к учебному процессу, на обучение коммуникативным навыкам, навыкам саморегуляции, совладания в трудных и проблемных ситуациях, а также на создание системы психологической поддержки.

При проведении мероприятий каждому педагогу рекомендуется учитывать следующие особенности:

1. Все участники образовательных отношений могут иметь непосредственное отношение к СВО, включая родственников жертв военных действий, родственников людей, погибших (умерших) при исполнении обязанностей военной службы, граждан, выехавших из зоны проведения СВО и приграничных территорий, причем со всех сторон конфликта.

2. Необходимо помнить, что при обсуждении СВО и любых связанных с ней тем может вызывать у обучающихся сильные эмоциональные реакции (тревога, гнев, страх и иные), и эти реакции надо учитывать при планировании любых воспитательных, профилактических и других мероприятий.

3. Педагогический коллектив «Средней школы «Земфира» должен быть готов к тому, чтобы помочь обучающимся справиться с

эмоциональными реакциями и, ответить на их вопросы. Важно при этом проявлять уважение ко всем точкам зрения, предоставить обучающимся право высказываться и быть выслушанным.

4. Эффективнее любых слов часто оказывается активное слушание. Важнее попытаться понять обучающегося и дать ему понимание, что принимают его чувства, а не донести ему какую-то мысль. Эмпатическое и терпеливое слушание лучше всего позволяет создать атмосферу доверия в процессе общения.

5. Важно не навредить обучающемуся, переживающему тяжелейшие стрессогенные ситуации. Целесообразно рассматривать агрессивное поведение детей участников (ветеранов) СВО в контексте проблемы, избегать стереотипов. Важно выказывать заботу о состоянии обучающегося, при этом не переусердствовать, не поспешить, не перейти к ложным выводам и интерпретациям.

В работе со всеми детьми участников (ветеранов) СВО важно соблюдать следующие рекомендации для педагога:

– уважать потребность в уединении, если обучающийся не хочет общаться; если он не может усидеть на месте, дайте ему возможность подвигаться; когда обучающийся не может совладать со своими эмоциями, помогите ему выразить свои чувства, разобраться в них; в случае потери контроля над поведением введите ясные и четкие ограничения, вместе с тем дайте возможность, как несовершеннолетнему, так и совершеннолетнему лицу, овладеть позитивными формами разрешения ситуации.

– создать как можно более безопасную атмосферу, в которой обучающиеся знают, что все чувства имеют право на существование и нормальны в столь тяжелой ситуации, в том числе и вина, боль, которую они чувствуют; возможно прояснение ложных трактовок, которые могут вести к неадекватному восприятию события, где пересмотр приоритетов, переоценка ценностей (чему можно научиться в этой ситуации, что действительно важно в жизни) могут помочь справиться с переживаниями, переключиться на продуктивную деятельность на примере взрослого.

Существует множество мероприятий, которые могут быть направлены на формирование позитивного отношения обучающихся к учебному процессу, на обучение коммуникативным навыкам, навыкам саморегуляции, совладания в трудных и проблемных ситуациях, а также на создание системы психологической поддержки. Некоторые из них включают:

1. Тренинги по развитию коммуникативных навыков, включая навыки активного слушания, эмпатии и умения выражать свои мысли и чувства.

2. Групповые занятия по развитию навыков саморегуляции и совладания с эмоциями, включая тренировки по релаксации, дыхательным упражнениям и техникам управления стрессом.

3. Проведение психологических тренингов и мастер-классов, направленных на развитие эмоционального интеллекта, самооценки и самопринятия.

4. Организация групповых дискуссий и проектов, которые способствуют развитию коллективных навыков, включая сотрудничество, лидерство и решение проблем.

5. Создание системы психологической поддержки, включая консультации с психологом, психологические группы поддержки и программы по развитию навыков самопомощи.

6. Организация тематических мероприятий, включая дни здоровья, спортивные соревнования, конкурсы и выставки, которые способствуют позитивному общению и укреплению связей между обучающимися. Важно учитывать индивидуальные потребности и особенности обучающихся при планировании и проведении подобных мероприятий [2, 3].

В случае гибели ветерана (участника) СВО возможен следующий алгоритм сопровождения обучающегося:

1. Информирование детей ветеранов (участников) СВО о гибели (смерти) родителя (законного представителя). Следует отметить, что в зависимости от обстоятельств детям ветеранов (участников) СВО о смерти родителя (родственника) могут сообщать значимые взрослые: воспитатель, классный руководитель, педагог-психолог и т.д. Ключевым критерием выбора человека, сообщающего обучающемуся о смерти родителя (законного представителя), должна быть степень эмоциональной близости, взаимного доверия. Также сообщение обучающемуся о смерти родителя (законного представителя) должно происходить лично, и ни в коем случае не в дистанционном режиме – это необходимо в целях заботы о жизни и здоровье ребенка, которые подвержены опасности из-за возможной сильной эмоциональной реакции.

Отношение как несовершеннолетнего, так и совершеннолетнего лица к утрате должно сложиться из трех компонентов когнитивного, аффективного и поведенческого:

- обучающемуся важно понять, что люди вокруг него разделяют его эмоции и готовы поддержать его;
- обучающемуся важно почувствовать, что он продолжает быть значимым для оставшихся членов семьи;
- обучающегося важно сориентировать на дальнейшую деятельность и составить вместе с план действий на ближайшее будущее.

Педагогу-психологу рекомендуется довести до педагогических работников рекомендации об особенностях взаимодействия с детьми ветеранов (участников) СВО при пережитой ими острой фазе утраты в на разных возрастных этапах.

При беседе с детьми младшего школьного возраста важно учитывать, что в возрасте от 6 до 11 лет могут дополнительно проявиться страх школы, замкнутость, трудности концентрации, разрыв с прежними друзьями – то есть, целый комплекс поведенческих проблем и проблем, связанных с обучением, включая школьную тревожность. Могут также появляться и обостряться жалобы на плохое самочувствие и боли.

В подростковом возрасте повышается риск обращения к неадаптивным формам совладания со стрессовой ситуацией – аутоагрессивному поведению, употреблению психоактивных веществ, а также противоправному и провокационному поведению. Переживания беспомощности и нестабильности мира могут быть очень болезненны в этом возрасте: эмоциональное оцепенение, проблемы в общении со сверстниками, депрессия, антисоциальное поведение, проблемы в обучении, суицидальные мысли, избегание каких-либо напоминаний о травматическом событии.

Кроме того, в общении с детьми – родственниками жертв военных действий, родственниками людей, погибших (умерших) при исполнении обязанностей военной службы (службы), необходимо постоянное соблюдение следующих правил всеми участниками образовательных отношений:

- Нельзя формировать у обучающегося идею о привлекательности смерти. Следует быть очень осторожным в описании причин смерти родителя. Не стоит рассказывать о смерти родителя как о сценарии, который захочет повторить обучающийся. Абсолютно недопустимо озвучивать любые тезисы, даже минимально напоминающие «Он герой, потому что отдал жизнь», «Он любил тебя, потому и отдал за тебя жизнь», «Своей смертью он доказал, что он хороший человек» и прочие тезисы, героизирующие или восхваляющие факт смерти. Конструктивнее уделять больше внимания жизни и достижениям

умершего. Каким он был человеком, каким хотел воспитать своего ребенка, каковы были его жизненные ценности. Таким образом, мы можем сделать упор на положительные стороны жизни и сохранить в памяти обучающегося именно самые лучшие моменты, которые остались от его родителя.

– Недопустимо и описывать погибшего (умершего) родителя в негативном ключе. Для ребенка родитель в подавляющем большинстве случаев остается фигурой, с которой он себя во многом идентифицирует. Абсолютно недопустимо озвучивать тезисы наподобие «Он погиб, потому что слабо боролся», «Он подвел своих товарищей», «Он глупо поступил». Даже в случае, если в вашем восприятии существуют весомые причины для этого. Разрушение положительного эмоционального образа родителя в восприятии ребенка – это дополнительная травматизация его психики, итак переживающей потерю.

Социально-психологическая помощь семьям участника СВО может стабилизировать эмоциональный фон, снять психоэмоциональное напряжение и актуализировать ресурсы взрослых членов семьи для принятия сложившейся ситуации. С детьми позволяет проработать переживания и страхи, снизить уровень тревожности и сформировать безопасную поддерживающую социальную среду. Для участников целевой группы важно знать, что они не остаются один на один со своими проблемами и рядом есть те, кто готов оказать помощь в это непростое для Отечества время.

Обеспечение эффективного комплексного социального сопровождения и психологической поддержки детей, воспитывающихся в семьях участников СВО и их родственного окружения, способствуют снижению уровня тревожности, психоэмоционального напряжения, повышению стрессоустойчивости.

Список литературы

1. Алгоритм сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической //URL: <https://111.su/YQWX>

2. Техники психотерапии при ПТСР: практическое пособие/ О.Г.Сыропятов, Н.А. Дзеружинская. Киев; 2014. С. 42 URL: <https://fictionbook.ru/static/trials/08/64/73/08647324.a4.pdf>

3. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения – М.: Независимая фирма «Класс», 1999. С.272

*Клюева Надежда Владимировна,
зав. кафедрой консультационной психологии,
профессор, доктор психологических наук,
начальник психологической службы вуза
ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет
им. П.Г. Демидова»
г. Ярославль, nadejda@uniyar.ac.ru*

СЕТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ В ВУЗЕ КАК УСЛОВИЕ АДАПТАЦИИ И ИНТЕГРАЦИИ СТУДЕНТОВ - УЧАСТНИКОВ СВО В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС И СОЦИАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Аннотация. В статье представлен опыт психологической службы ЯрГУ им. П.Г. Демидова по созданию сети психологической поддержки в вузе. Дано определение сети психологической поддержки, сформулированы ее задачи. Дана характеристика направлений психологической поддержки студентов, вернувшихся с СВО и студентов, имеющих в близком окружении участников СВО.

Ключевые слова: студенты, вернувшиеся с СВО, студенты-дети участников СВО, сеть психологической поддержки, направления психологической поддержки.

Klyueva Nadezhda Vladimirovna

PSYCHOLOGICAL SUPPORT NETWORK IN HIGHER EDUCATION INSTITUTION AS A CONDITION OF ADAPTATION AND INTEGRATION OF STUDENTS - PARTICIPANTS OF THE COHORT INTO THE EDUCATIONAL PROCESS AND SOCIAL RELATIONS

Annotation. The article presents the experience of the psychological service of P.G. Demidov Yaroslavl State University in creating a network of psychological support at the university. The definition of the psychological support network is given, its tasks are formulated. The characteristics of the directions of psychological support for students who have returned from the SVO and students who have SVO participants in their close.

Keywords: students returning from the SVO, students who are children of SVO participants, a network of psychological support, areas of psychological support.

Перед психологическими службами и психологами, работающими в вузах, стоит задача создания системы психологической поддержки студентов, вернувшихся с СВО и студентов, в семьях которых есть участники СВО. У данных студентов высок риск психологических проблем и нарушений психического здоровья [4].

Президент РФ В.В. Путин на встрече со студентами-участниками СВО 26 января 2024 г. в Санкт-Петербургском государственном морском техническом университете предложил сделать обязательной психологическую реабилитацию для вернувшихся из зоны боевых действий и их семей. По статистике 2024 года в ЯрГУ им. Демидова таких студентов 22 человека, ЯГПУ им. К.Д. Ушинского -133. Для них необходимо создание системы психологического сопровождения. Создание алгоритма сопровождения- от выявления и диагностики психологического состояния таких студентов до комплексного индивидуального сопровождения снизит риски их дезадаптации, станет фактором полноценного включения в образовательную среду и социальные отношения.

Уязвимой с точки зрения нарушений психического здоровья является именно студенческая молодёжь. По данным Росстата с 2000 по 2022 г. на 237% выросло первичное установление инвалидности по психическим и поведенческим расстройствам населения в возрасте до 18 лет (с 8878 до 21086 чел. в год). На 2023 г. в РФ 27% из всех форм болезней при установленной инвалидности приходится на психические расстройства и расстройства поведения. Среди проблем, связанных с охраной здоровья студентов, значительное место занимают нервно-психические расстройства. Напряженный темп жизни и учебы предъявляет повышенные требования к компенсаторным механизмам психики, срыв которых приводит к возникновению стресса, психологическим и социальным конфликтам, высок риск манифестации психической патологии, что обусловлено не только биологической природой психических заболеваний, но и значительными стрессовыми нагрузками, ситуацией неопределенности, сменой ценностных приоритетов России, СВО [5]. Распространенными психологическими проблемами студентов являются трудности в отношениях, случаи депрессии и тревоги в связи с неопределенностью будущего, низкая самооценка, эмоциональная неустойчивость, неумение управлять эмо-

циями, снижение качества общения в связи с уходом в виртуальную реальность [1].

Для создания системы психологического сопровождения студентов важным является участие преподавателей, которые нуждаются в повышении психологической компетентности, что позволит им повысить качество взаимодействия со студентами, обнаружить проявления дезадаптации и кризисных состояний, оперативно отреагировать на них. Обучение преподавателей способам повышения психологического благополучия и психического здоровья, навыкам оказания первой психологической помощи студентам - важный элемент формирования сети психологической поддержки студентов в вузе.

В статье представим опыт создания сети психологической поддержки в Ярославской государственном университете им. П.Г. Демидова.

Сеть психологической поддержки- это система взаимосвязей участников образовательного процесса (студентов, преподавателей, руководителей вуза и структурных подразделений) для формирования психологически безопасной дружественной среды в вузе и создания условий для их психологического благополучия и психического здоровья.

Основные задачи сети психологической поддержки:

- ✓ создание сообщества и интеграция возможностей участников образовательного процесса для формирования психологически безопасной дружественной среды в вузе и создания условий для психологического благополучия и психического здоровья;
- ✓ выстраивание парасоциальных отношений –лояльности к вузу и доверия друг к другу;
- ✓ формирование разделяемых ценностей (принятия, ценности поддерживающей коммуникации, уважения) и адаптивных паттернов поведения, основанных на социальном интересе и сотрудничестве;
- ✓ доступ к знаниям и навыкам участников образовательного процесса, значимых для психологической поддержки;
- ✓ практическая поддержка: помощь, совет и ресурсы, когда в них нуждается другой;
- ✓ синергетический эффект и распределение ответственности при оказании психологической поддержки, в том числе студентам - участникам СВО.

Инициатор создания сети психологической поддержки в вузе - Психологическая служба, а ее участники – руководители и преподаватели вуза, деканы факультетов и заместители деканов по воспита-

тельной работе, руководители структурных подразделений, волонтерские объединения, родители обучающихся, экспертное сообщество (за пределами вуза). Проректор по воспитательной работе и молодежной политике является координатором сети психологической поддержки.

Обозначим основные направления работы Психологической службы ЯрГУ им. П.Г. Демидова по созданию сети психологической поддержки студентов, вернувшихся с СВО и студентов-детей участников СВО.

1. Формирование в вузе поля дискурса как системы коммуникаций, позволяющей порождать у участников образовательных отношений смыслы происходящего в вузе, участвовать в дискуссиях и вырабатывать коллективные представления о такой значимой цели образования как психическое здоровье и психологическое благополучие студентов [2].

Для реализации данного направления проводится информирование руководства вуза, деканского корпуса о психологических, поведенческих, личностных и социально-психологических особенностях студентов, имеющих опыт участия в СВО и студентов в близком окружении которых есть участники СВО, а также о возможностях психологической службы в оказании таким студентам психологической помощи[3].

Разработан и внедрен Алгоритм сопровождения в вузе студентов –детей ветеранов (участников) специальной военной операции в целях оказания необходимой помощи, в том числе психологической, который определяет порядок взаимодействия педагогических работников и сотрудников Психологической службы ЯрГУ по психолого-педагогическому сопровождению детей ветеранов (участников) специальной военной операции», военнослужащих, погибших или получивших увечье (ранение, травму, контузию), либо заболевание при исполнении обязанностей военной службы (служебных обязанностей, обучающихся в ЯрГУ.

Начальник психологической службы информирует членов Ученого Совета университета о необходимости участия каждого сотрудника университета в реализации мероприятий по психологическому сопровождению студентов.

В группах Вконтакте и Телеграмм канале публикуются просветительские посты, студентам даются рекомендации по самопомощи и адекватному реагированию на возможные психологические проблемы.

2. Определение методологических, концептуальных и методических основ формирования психологического благополучия и сохранения психического здоровья указанной выше группы студентов. Основой функционирования сети психологической поддержки является психотехническая парадигма, ресурсный подход и позитивная психология. Научные исследования, которые проводятся на факультете психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова, доказывают эффективность их использования[2]. Сформирована технология, которая включает в себя блок диагностики и мониторинга актуального состояния студентов, вернувшихся с СВО и студентов-детей участников СВО; определена система индивидуально ориентированных психологических и педагогических мероприятий, направленных на адаптацию и интеграцию студента в образовательный процесс и социальные отношения; проводится оценка эффективности проведенных мероприятий.

На этапе диагностики и мониторинга актуального состояния используются глубинное феноменологическое интервью со студентом, которое проводят магистранты, специализирующиеся в психологическом консультировании. Интервью включает в себя следующие вопросы:

Расскажите немного о себе, как вы устроены в бытовом плане, есть ли кто-нибудь из родных рядом?

Как Вы себя чувствуете (физическое состояние, здоровье, сон)? Как решаете вопросы с питанием?

Опишите, какие эмоции более всего характерны для Вас? Бывает ли подавленное настроение? С чем это связано?

Бывает ли, что Вас тревожат какие-то мысли? Уточните, какие?

Как складываются ваши отношения в семье?). Есть ли друзья в группе или на курсе? Есть ли рядом люди, на которых можно опереться? Можете ли назвать их?

Есть ли вопросы, которые вы пока не можете решить самостоятельно: быт, жилье, учеба, что-то еще?

Справляетесь ли вы с учебными задачами?

Есть ли у вас потребность в обращении в Психологическую службу?

Данные интервью фиксируются в протоколе. В том случае, если обнаруживается наличие психологических проблем, студенту рекомендуется обращение в Психологическую службу. Если обнаруживается психиатрическая симптоматика студенту предлагается пройти углубленное диагностическое обследование, в котором используются Опросник на скрининг ПТСР (Trauma Screening Questionnaire, Brewin

C.etal., 2002) Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Hospital Anxiety and Depression Scale), Шкала серьезности суицидальных намерений (HADS). Данные диагностики являются основанием для психологического сопровождения, в случае необходимости - направления студента на консультацию к психиатру. Также даются рекомендации заместителю декана по воспитательной работе о необходимости педагогической поддержки студента (индивидуальные задания, консультации, необходимость учета особенностей студента при проведении занятий).

3. Формирование мотивации на участие в сети психологической поддержки и повышение психологической компетентности преподавателей вуза. Психологической службой разработаны и проведены две программы повышения квалификации преподавателей.

Первая программа - «Психология профессионально- педагогического общения» направлена на знакомство преподавателей с современными психологическими подходами к организации педагогического общения в ситуациях взаимодействия с обучающимися, в том числе имеющими трудности в обучении и социализации; на освоение умений эффективной коммуникации в ситуациях взаимодействия с обучающимися и распознавания трудных и конфликтных ситуаций общения с обучающимися, отработку техник снижения чрезмерного напряжения и техниками активизации внутренних ресурсов.

Вторая программа - «Практики психологической поддержки обучающихся в кризисной ситуации» позволила сформировать у преподавателей следующие умения: распознавать кризисные и стрессовые ситуации, требующие принятия решений, выбирать варианты действий, основываясь на научно обоснованных психологических подходах; учитывать феноменологию кризиса и стресса в ситуациях взаимодействия с обучающимися, в том числе – со студентами, вернувшимися с СВО; выстраивать эффективную коммуникацию в ситуациях взаимодействия с обучающимися, находящимися в кризисной ситуации, переживающими стресс, проявляющими патологические формы поведения; использовать на практике алгоритм реагирования на кризисные и стрессовые ситуации, переживаемые обучающимся.

В обеих программах прошли обучение 140 преподавателей университета.

Начата разработка программы повышения квалификации для преподавателей «Навыки оказания первой психологической помощи студентам», на которой слушатели узнают, как определить тип травматической ситуации, построить стратегию психологической помощи и создать благоприятные условия для оказания психологической по-

мощи; изучат стадии переживания кризисных ситуаций, важные особенности работы на каждой из стадий; освоят практические приемы оказания первой психологической помощи при плаче, истерике, агрессии, страхе, апатии.

3. Реализация масштабного проекта «Неделя психического здоровья», который проводится ежегодно и приурочен к Дню психического здоровья. Особое внимание специалисты психологической службы уделяют студентам, вернувшимся с СВО и студентам, у которых близкие находятся в зоне СВО. Для студентов проводятся интерактивные лекции психологов и психиатров, тренинги, направленные на актуализацию личностных ресурсов, психодраматические мастер-классы, психологические квесты и киноквизы. Это позволяет вовлечь данную группу студентов в социальные активности, познакомить со способами психологической самоподдержки, повысить значимость бережного отношения к своему физическому и психическому состоянию, быть внимательным к состоянию окружающих и сформировать мотивацию на обращение в Психологическую службу. В 2023 году в Неделе психического здоровья участвовали 1230 человек, в 2024 году – 1300 человек.

Таким образом, создание сети психологической поддержки в вузе позволяет решать задачи адаптации, социальной интеграции студентов, вернувшихся с СВО и студентов, в близком окружении которых есть участники СВО. Именно для таких студентов особенно важно быть понятыми, признанными, принятыми и поддержанными.

Список литературы

1. Баева И.А., Лактионова Е.Б., Кондакова И.В., Пежемская Ю.С., Соколова М.Е., Савенко Ю.С. Ресурсы психологической безопасности студентов в напряженной социокультурной среде: обзор теоретических и эмпирических исследований [Электронный ресурс]// Психолого-педагогические исследования. 2024. Том 16. № 2. С. 3–29.

2. Ключева Н.В., Руновская Е.Г. Психологическое благополучие участников образовательного процесса (теория и практика)//Сб. Региональная научно-практическая конференция "Психология здоровья в образовательном процессе" (с использованием дистанционных технологий). Материалы региональной научно-практической конференции. Под ред. В.А. Липатова. Курск. 2021. С. 22-27.

3. Ключева Н.В., Грицай А.О., Евграфова В.А., Пашкина О.С., Сизова А.В. Концептуальные, организационно-управленческие и методические аспекты деятельности психологической службы Ярослав-

ского государственного университета им. П.Г. Демидова // Ярославский психологический вестник. 2023. № 1 (55). С. 124-128

4. Маракшина Ю.А., Исмагуллина В.И., Лобаскова М.М. и др. Стресс и стратегии совладания у студенческой молодежи: обзор исследований // Клиническая и специальная психология. 2024. Том 13. № 2. С. 5–33

5. Мурзина В.В., Каткова Е.Н., Бобылев Д.А., Меньшиков В.В. Психологическая помощь участникам СВО по адаптации к мирной жизни: проект «Феникс» // Дальневосточная Психея – 2023 // сборник методических материалов / Под ред. Е.Н. Катковой. – Комсомольск-на-Амуре: АмГПУ.

*Курбанова Гулишат Гасановна,
медицинский психолог*

*ГБУ РД «Республиканский психоневрологический диспансер»
г.Махачкала gulishat.kurbanova.78@mail.ru*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНО ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ И ЧЛЕНОВ ИХ СЕМЕЙ В ФИЛИАЛЕ ФОНДА «ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА»

Аннотация. Статья посвящена оказанию психологической помощи и психологической поддержки в Фонде Защитника Отечества, раскрываются задачи и направления работы медицинского психолога, раскрываются симптомы посттравматического стрессового расстройства.

Ключевые слова: кабинет медико- психологического консультирования, участники специальной военной операции члены их семей, посттравматическое стрессовое расстройство, психодиагностика, мотивирование.

Kurbanova Gulishat Hasanovna

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR PARTICIPANTS OF A SPECIAL MILITARY OPERATION AND THEIR FAMILY MEMBERS IN THE BRANCH OF THE DEFENDERS OF THE FATHERLAND FOUNDATION

Annotation. The article is devoted to the provision of psychological assistance and psychological support in the Defender of the Fatherland

Foundation, reveals the tasks and areas of work of a medical psychologist, reveals the symptoms of post-traumatic stress disorder.

Keywords: medical and psychological counseling room, participants of a special military operation, their family members, post-traumatic stress disorder, psychodiagnostics, motivation

Указом Президента РФ от 3 апреля 2023 года № 232 «О создании Государственного фонда поддержки участников специальной военной операции «Защитники Отечества». Правительство Российской Федерации было поручено утвердить устав Фонда, предусмотрев в нем, в частности, что одной из основных целей деятельности Фонда является оказание психолого-психотерапевтической помощи участникам специальной военной операции и членам их семей и обеспечить оказание психологической и психолого-психотерапевтической помощи с привлечением медицинских психологов и иных специалистов.

Фонд также призван осуществлять индивидуальное социальное сопровождение участников СВО и членов их семей, содействовать в получении ими всех предусмотренных мер поддержки:

Помощь оказывается участникам СВО и членам их семей, помощь также получают члены семей погибших при выполнении задач или после увольнения с военной службы, если смерть наступила вследствие увечья или заболевания, полученного при выполнении задач.

В указе поясняется, что на помощь смогут рассчитывать супруги погибших, несовершеннолетние дети и дети старше 18 лет, ставшие инвалидами до достижения совершеннолетия. Кроме того, помощь будет оказываться детям в возрасте до 23 лет, обучающимся по очной форме, а также родителям, совместно проживавшим с погибшим, и лицам, находившимся на иждивении погибшего. Персональным сопровождением адресатов поддержки займутся социальные координаторы, подготовленные фондом

К основным функциям медицинского психолога в кабинете медико-психологического консультирования в Фонде относятся:

-Клинико-психологическое обследование, которое включает в себя: беседу (сбор анамнестических данных, жалоб) наблюдение и психодиагностическое исследование.

- консультирование граждан и (или) членов их семей по вопросам, связанным со стрессовой ситуацией;

-медицинский психолог проводит клинико-психологическую беседу и экспресс скрининговую диагностику при помощи патопсихологических методик и опросников- участие в оказании помощи лицам с посттравматическим стрессовым расстройством;- мотивирование к

соблюдению рекомендаций врача и образа жизни, способствующего поддержанию, сохранению, укреплению и восстановлению здоровья;- в случае необходимости, направление лиц с признаками психических расстройств и расстройств поведения на консультацию к психотерапевту или врачу-психиатру;

- При наличии медицинских показаний для оказания психиатрической помощи такая помощь оказывается в подразделениях психиатрической службы.

-При наличии медицинских показаний для оказания наркологической помощи, такая помощь оказывается в подразделении наркологической службы

- выявление и предупреждение признаков суицидального риска- и незамедлительно направить его на консультацию к врачу психиатру.

- ключевым для психологической диагностики является верификация патопсихологического синдрома (патопсихологического симптомокомплекса)

Направлениями работы медицинского психолога в кабинете являются:

-Психологическая коррекция эмоциональной сферы (дистресс, депрессивные реакции, раздражительность, тревожные состояния, фобии, панические атаки, хроническое внутреннее напряжение и дискомфорт и др.).

-Работа с психотравмирующими переживаниями.

-Помощь в разрешении внутренних конфликтов и преодолении неуверенности в себе.

-Психологическая коррекция личности и проблем в межличностном взаимодействии.

-Преодоление кризисов семейных отношений.

-Помощь в разрешении и предотвращении конфликтов в межличностных отношениях, в выработке конструктивных стратегий поведения.

В кабинете медико-психологического консультирования прием осуществляет медицинский психолог, в компетенции которого входит работа с травмой, травматическими состояниями, посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР).

К основным клиническим симптомам ПТСР относятся: сверхбдительность, проявляется в том, что человек пристально следит за всем, что происходит вокруг, словно ему постоянно угрожает опасность. Зачастую сверхбдительность проявляется в виде постоянного физического напряжения, при котором человек не позволяет себе рассла-

биться и отдохнуть. Поддержание такого высокого уровня бдительности требует постоянного внимания и огромных затрат энергии.

Преувеличенное реагирование – при малейшей неожиданности человек делает стремительные движения (бросается на землю при звуке низко пролетающего вертолета, резко оборачивается и принимает боевую позу, когда кто-то приближается к нему из-за спины), внезапно вздрагивает, бросается бежать, громко кричит. Притупленность эмоций. Полностью или частично утрачивается способность к эмоциональным проявлениям. Труднее становится устанавливать близкие и дружеские связи с окружающими, осложняются взаимоотношения в семье, пропадает эмпатичность и сопереживание. Агрессивность проявляется в стремлении решать проблемы с помощью грубой силы. Она может проявляться в виде физического, психического, эмоционального и вербального воздействия.

Нарушения памяти и концентрации внимания возникают тогда, когда появляется необходимость сосредоточиться или что-то вспомнить, по крайней мере, при определенных обстоятельствах. Депрессия, нервное истощение, апатия и отрицательное отношение к жизни. Общая тревожность проявляется как на физиологическом уровне (ломота в спине, спазмы желудка, головные боли), так и в психической сфере (постоянное беспокойство и озабоченность, параноидальные явления – например, необоснованная боязнь преследования), а также в эмоциональных переживаниях (постоянное чувство страха, неуверенность в себе, комплекс вины). Приступы ярости, которые часто сопровождаются употреблением психоактивных веществ, в виде наркотиков или алкоголя. Злоупотребление наркотическими и лекарственными веществами, алкоголизм. Непрошенные и навязчивые воспоминания – наиболее важный симптом, дающий право говорить о присутствии посттравматических стрессовых нарушений. У участников боевых действий внезапно всплывают жуткие сцены, связанные с травмирующим событием, причем эти воспоминания могут возникать как во сне, так и во время бодрствования. Наяву они появляются в тех случаях, когда окружающая обстановка чем-то напоминает обстановку травмирующего события: запах, образ, звук. Непрошенные воспоминания, приходящие во сне, называют ночными кошмарами. Галлюцинаторные переживания – особая разновидность непрошенных воспоминаний о травмирующих событиях, отличающаяся тем, что память о случившемся выступает очень ярко, а события текущего момента как бы отходят на второй план и кажутся менее реальными, чем воспоминания. В этом «галлюцинаторном», отрешенном состоянии человек ведет себя так, словно он снова переживает прошлое травми-

рующее событие. Они чаще возникают под влиянием наркотических веществ, в частности алкоголя, однако галлюцинаторные переживания могут появиться у человека и в трезвом состоянии. Проблемы со сном выражаются в трудности с засыпанием и прерывистостью сна, ночными кошмарами. Регулярное недосыпание приводит к крайнему нервному истощению. Мысли о самоубийстве, неустойчивость психики. «Вина выжившего». Следует отметить, что чувство вины из-за того, что выжил в тяжелых испытаниях, стоивших жизни другим, нередко присуще тем, кто страдает от «эмоциональной глухоты» (неспособности пережить радость, любовь, сострадание и т. д.) со времени травмирующих событий. К другим симптомам также относятся ощущение одиночества, заброшенности, пессимизм, недоверие к другим людям, неспособность говорить о боевых действиях, потеря смысла жизни, неуверенность в своих возможностях.

Главная задача медицинского психолога-помочь найти человеку смысл пережитого. Для этого важно, чтобы участник боевых действий: – принял факт травмирующей ситуации с ним, принял ответственность за свое поведение в военной операции и сейчас, принял травмирующий опыт как «ресурс» для своей дальнейшей жизни. Стоит прекратить процесс избегания проблемы, активизировать ресурсы на ее выявление и принятие, проработку стресса. Проработка травмы и излечение ее последствий может быть достаточно длительным процессом.

Очень важно знать, что в своей работе медицинский психолог опирается на доброжелательное и безоценочное отношение к обратившемуся (медицинский психолог не имеет намерений оценивать или осуждать того, кто к нему пришел); ориентируется на нормы и ценности обратившегося гражданина (медицинский психолог не будет пытаться заставить обратившегося принять свои ценности), не дает советы (медицинский психолог не дает советов, исходя из личного опыта), гарантирует анонимность и конфиденциальность (все, что рассказано медицинскому психологу останется между психологом и обратившимся гражданином)

К сожалению, в нашем обществе сложилось стойкое негативное отношение к психиатрической помощи, и часто граждане путают психологическую помощь с психиатрической многих людей, имеется непонимание разницы между медицинским психологом и психиатром. Важно понимать, что психиатр – это врач, который может поставить диагноз и прописать медикаментозное лечение, что может облегчить состояние обратившегося. Медицинский психолог не является врачом, хотя и работает в медицинских учреждениях. Он не ставит

диагнозы, не прописывает медикаментозное лечение, не ставит на диспансерное наблюдение. Медицинский психолог проводит психодиагностические мероприятия и оказывает психологическую помощь по вопросам психического здоровья.

Таким образом, важно знать, что своевременно полученная психологическая помощь предотвращает развитие той ситуации, которая может значительно ухудшить положение участника СВО и членов его семьи. Для этого необходимо создание алгоритма работы по обращению за психологической помощью, понимание основ социально-личностно-психологических особенностей участников СВО и членов их семей, заблаговременное выявление психологических проблем и их решение, использование различных методов и технологий и внедрение инновационных форм психологической помощи для данной категории.

Список литературы

1. Классификация психических расстройств по «МКБ 10». – Текст: электронный // Научный центр психического здоровья: [сайт]. – 2023 URL: <https://ncpz.ru/lib/55/book/14> (дата обращения: 27.12.2023).

2. Марченко, А.А. Невротические расстройства у военнослужащих (клиника, диагностика, патоморфоз): автореф. дис. ... д-ра мед. наук / А.А. Марченко. – Текст: электронный. – СПб., 2009 – 46 с. – URL: <https://www.dissercat.com> (дата обращения: 24.12.2023).

3. Тадевосян, М.Я. Посттравматическое стрессовое расстройство у ветеранов войны: данные катамнестического наблюдения / М.Я. Тадевосян. – Текст: непосредственный // Российский психиатрический журнал. – 2011 – № 3 – С. 52-58.

4. Бонкало, Т.И. Посттравматическое стрессовое расстройство [Электронный ресурс]: дайджест – М.: ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2023. – URL: <https://niioz.ru/moskovskaya-medicine/izdaniya-nii/daydzhest-medicine-skiy-turizm-i-eksport-medicine-skih-uslug/>.

5. Грязнов С.В., Лямина К.А., Орлова О.А. Методические рекомендации по взаимодействию и оказанию помощи ветеранам боевых действий для специалистов социальных учреждений [Электронный ресурс] – Барнаул.: КГБУ СО «Центр социальной реабилитации инвалидов и ветеранов боевых действий», 2021. – URL: <https://veteran-22.ru/wp-content/uploads/2021/09/metodicheskie-rekomendaczii-dlya-uchrezhdenij.pdf>.

6. Кадыров, Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): учебник и практикум для вузов – М.: Издательство Юрайт, 2023.

7. Андриенко Ю.И., Богмацер В.В. Оценка морально-психологического состояния курсантов // Проблемы правоохранительной деятельности. 2014. № 2.

*Магомедова Замира Шахабутдиновна,
кандидат педагогических наук, доцент,
декан факультета дошкольного образования
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический
университет имени Р. Гамзатова»,
г. Махачкала, E-mail: zamira-m69@mail.ru*

ГЕРОИЧЕСКИЕ ПРИМЕРЫ УЧАСТНИКОВ СВО КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Статья посвящена методу использования героических примеров участников специальной военной операции (СВО) как эффективному инструменту формирования патриотической идентичности студенческой молодежи. Анализируются методы и подходы к патриотическому воспитанию, основанные на изучении подвига и мужества участников СВО, которые могут служить образцом моральных и этических ценностей для студентов. Авторы подчеркивают смысл актуализации героических примеров в образовательной среде, содействуя воспитанию гражданственности, выражая чувство гордости за свою страну и ответственности перед обществом. В статье даны рекомендации для педагогов по американским героическим примерам в образовательных программах.

Ключевые слова: патриотическая идентичность, героизм, героическое воспитание, воспитание через примеры героизма, студенческая молодежь, «специальная военная операция, СВО.

Magomedova Zamira Shakhaboutdinovna

HEROIC EXAMPLES OF SVO PARTICIPANTS AS A TOOL FOR FORMING PATRIOTIC IDENTITY IN STUDENTS

Abstract. The article is devoted to the method of using heroic examples of special military operation (SVO) participants as an effective tool

for forming patriotic identity in student youth. The methods and approaches to patriotic education based on the study of the feat and courage of SVO participants are analyzed, which can serve as a model of moral and ethical values for students. The authors emphasize the importance of actualizing heroic examples in the educational environment, promoting the development of citizenship, expressing a sense of pride in one's country and responsibility to society. The article provides recommendations for educators on American heroic examples in educational programs.

Keywords: patriotic identity, heroism, heroic education, education through examples of heroism, student youth, "special military operation, SVO.

Актуальность настоящего исследования обусловлена необходимостью усиления патриотического воспитания студенческой молодежи в условиях современных вызовов и сложной геополитической обстановки. Воспитание патриотической идентичности становится особенно важным для формирования у молодых людей гражданской ответственности, уважения к истории своей страны и её героическим достижениям. Примеры героизма участников специальной военной операции (СВО), интегрированные в образовательный процесс, способствуют не только повышению уровня патриотического сознания студентов, но и развитию чувства сопричастности к судьбе Родины и её ценностям. Эти примеры обладают высокой воспитательной и эмоциональной ценностью, формируя нравственные ориентиры и мотивируя молодёжь к следованию высоким идеалам.

В условиях информационной нестабильности, вызванной дезинформацией и пропагандой, важно предоставлять молодёжи достоверные сведения о героях современности. Это не только укрепляет патриотический настрой, но и противостоит негативным тенденциям, угрожающим разрушить национальное самосознание. Таким образом, изучение и применение примеров героизма участников СВО играет ключевую роль в формировании у студентов глубокого уважения к стране, её истории и культурным ценностям, а также способствует развитию активной гражданской позиции.

Цель данного исследования заключается в изучении и обосновании значимости примеров героизма участников СВО как важного средства формирования патриотической идентичности студенческой молодежи. Это направление становится особенно востребованным для укрепления социально-духовных основ общества и защиты национальных интересов.

Для достижения поставленной цели были определены следующие задачи:

- провести анализ героических поступков участников СВО с точки зрения их воспитательного потенциала;
- исследовать влияние примеров героизма на формирование патриотической идентичности у студентов;
- разработать методические рекомендации для интеграции героических примеров в образовательный процесс;
- провести социологические исследования, направленные на оценку восприятия молодёжью патриотических ценностей;
- оценить эффективность существующих программ патриотического воспитания;
- создать информационные и образовательные материалы, способствующие укреплению патриотических настроений;
- содействовать формированию у студентов системы ценностей, основанной на уважении к Родине и её достижениям.

Практическая значимость исследования. Исследование представляет собой важный шаг в развитии программ патриотического воспитания, направленных на укрепление национального самосознания молодёжи. Примеры героизма участников СВО являются мощным инструментом для формирования у студентов чувства гордости за свою страну, стойкости перед вызовами времени и стремления служить обществу. Результаты работы могут быть использованы для создания эффективных образовательных программ, способствующих гармоничному развитию личности и укреплению патриотических ценностей.

В процессе решения данных задач нами были использованы следующие методы исследования: анализ существующих литературных источников, который позволил ознакомиться с уже имеющимися знаниями по теме героизма и патриотического воспитания, а также интегрировать их в общую концепцию исследования, объединить эти знания в целостную картину, выявить пробелы и определить направления для дальнейшего исследования. Педагогический эксперимент позволил на практике проверить эффективность разработанных методических рекомендаций и программ патриотического воспитания, основанных на примерах героизма участников СВО.

Статистический анализ данных, полученных в ходе опросов и экспериментов, позволяет объективно оценить результаты исследования, выявить закономерности и сделать обоснованные выводы.

Комплексный подход позволил всесторонне изучить проблему формирования патриотической идентичности на основе героических

примеров участников СВО и разработать эффективные рекомендации для образовательной практики.

Научная новизна данной статьи заключается в систематизированном подходе к использованию героических примеров участников Первой военной операции (СВО) в контексте патриотической идентичности студенческой молодежи. Впервые исследуются методы и стратегии, направленные на интеграцию героических примеров в образовательный процесс.

Патриотизм как понятие берет свои корни в античные времена. В Древней Греции и Риме патриотизм связывался с чувством долга перед полисом или государством. Граждане этих древних обществ воспитывались на героических примерах, таких как подвиги Геракла или деяния римских полководцев.

В Средневековье патриотизм получил религиозную окраску. Лояльность к феодалу и защита родной земли нередко воспринимались как священный долг. Рыцарские ордена, крестовые походы и преданность королю становились основными примерами патриотического воспитания.

Эпоха Возрождения и последовавший за ней период Нового времени ознаменовались ростом национального самосознания. Появление национальных государств способствовало развитию патриотических чувств, направленных на защиту и процветание своей нации. Литература, искусство и наука этой эпохи активно формировали национальную идентичность.

XIX век стал важным этапом в истории патриотизма. В это время происходили бурные социальные и политические изменения, такие как Французская революция и войны за независимость. В этот период формируется понятие гражданского патриотизма, основывающегося на идеях свободы, равенства и братства. Герои национально-освободительных движений, такие как Жанна д'Арк во Франции или Джузеппе Гарибальди в Италии, становились символами патриотизма [1, с.169].

XX век стал веком мировых войн и глобальных конфликтов, которые усилили необходимость патриотического воспитания. В годы Первой и Второй мировых войн примеры героизма солдат и офицеров использовались для укрепления национального духа и поддержки боевого духа населения. В послевоенное время патриотизм приобрел новые формы, объединяющий в одно военную службу, гражданский долг, научные достижения и культурное наследие.

В современном мире патриотизм продолжает оставаться важным звеном в формировании национальной идентичности. Сегодня патриотизм это не только традиционные аспекты, такие как защита родины и уважение к национальным символам, но и гражданская активность, экологическая ответственность и глобальное сотрудничество. В условиях глобализации и информационных войн патриотическое воспитание становится важным инструментом сохранения национальных ценностей и укрепления гражданского общества.

История формирования патриотической идентичности демонстрирует, что патриотизм является важным элементом национального самосознания на протяжении веков. В разные исторические периоды он претерпевал изменения, отражающие социально-политические реалии своего времени. Сегодня, в условиях глобальных вызовов и изменений, патриотическое воспитание остается актуальным и требует новых подходов и методов, в том числе использования героических примеров участников современных конфликтов, таких как СВО.

Патриотизм, оставаясь одним из важнейших компонентов духовного развития личности, изучался в психолого-педагогических, социологических исследованиях.

Эмиль Дюркгейм считал, что патриотизм играет ключевую роль в социальной интеграции и поддержании социальной солидарности. Он подчеркивал значение коллективных представлений и ритуалов в формировании национальной идентичности.

Бенедикт Андерсон ввел понятие «воображаемых сообществ», подчеркивая, что нации являются социальными конструкциями, которые существуют в воображении их членов. Патриотизм, по его мнению, связан с чувством принадлежности к этому воображаемому обществу.

Эрих Фромм различал два типа патриотизма: «зрелый» и «незрелый». Зрелый патриотизм основан на любви и критическом отношении к своей стране, тогда как незрелый патриотизм представляет собой слепую преданность. Он подчеркивал важность формирования критически мыслящих граждан [1, с.36].

Абрахам Маслоу включил потребность в принадлежности и любви в свою иерархию потребностей. Патриотическая идентичность может рассматриваться как часть этой потребности, способствующая чувству принадлежности к группе и обеспечивающая эмоциональную безопасность.

Пьер Бурдьё акцентировал внимание на роли культурного капитала и социальных полей в формировании идентичности. Патриоти-

ческое воспитание можно рассматривать как процесс передачи культурного капитала, включающего национальные ценности и символы.

Энтони Смит развивал теорию этносимволизма, подчеркивая важность исторических мифов, символов и традиций в формировании национальной идентичности. Он считал, что патриотическое воспитание должно опираться на культурное наследие и исторические примеры героизма [2, с 45].

К изучению проблемы патриотизма обращались и современные ученые. В работах Михаила Кожевникова рассматривается роль образовательных учреждений в патриотическом воспитании молодежи. Он подчеркивает важность интеграции патриотических ценностей в учебные программы и внеучебную деятельность.

Елена Романова исследует влияние массовой культуры и медиа на формирование патриотической идентичности. Она акцентирует внимание на необходимости критического подхода к потреблению медиа и активного использования примеров героизма в медийных продуктах.

Сороколетова М.Ф. акцентирует внимание на использовании активных форм внеурочной деятельности в образовательных организациях и учреждениях дополнительного образования для формирования истинных духовных ценностей российского народа [3, с. 64].

Зинченко В.П. анализирует психологические аспекты патриотического воспитания, подчеркивая значение эмоциональной составляющей и личного примера. Он считает, что героизм участников современных конфликтов, таких как СВО, может служить мощным инструментом формирования патриотической идентичности [4].

Отечественные исследователи (С.Т. Алиева, Е.А. Казаева, Л.В. Кокуева, Л.Е. Никонова, Л.В. Филатова, Н.Ю. Ясева) рассматривают проблему патриотизма и патриотического воспитания через призму трех взаимосвязанных структурных компонентов: когнитивного (интеллектуального), эмоционального (чувственно-эмоционального) и деятельностного (практического) [5, с. 35].

Различные научные подходы к проблеме формирования патриотической идентичности подчеркивают ее многогранность и комплексность. Социологические, психологические, культурологические и образовательные аспекты играют важную роль в этом процессе.

Современные исследования акцентируют внимание на необходимости интеграции героических примеров в образовательные программы и использование медиа для укрепления патриотических чувств. В контексте современных вызовов и глобализации патриоти-

ческое воспитание остается актуальной задачей, требующей новых методов и подходов [7, с. 62].

Примеры героизма участников СВО обладают значительной эмоциональной и воспитательной силой, формируя у молодежи чувства глубокого уважения и гордости за свою отчизну, способствуя укреплению их национальной идентичности. В условиях глобализации и информационных войн, патриотическое воспитание приобретает особую значимость. Примеры героизма помогают противостоять негативным тенденциям, направленным на разрушение национального самосознания [8, с. 55].

Внедрение примеров героизма участников СВО в учебные и воспитательные программы позволяет сделать патриотическое воспитание более актуальным и практичным. Это способствует развитию критического мышления и активной гражданской позиции у молодежи.

Методические рекомендации и учебные материалы, разработанные в рамках исследования, могут быть внедрены в образовательные учреждения, что свидетельствует о их практической значимости.

Использование примеров героизма участников СВО помогает разрешить существующие противоречия, такие как конфликт между глобализацией и национальной идентичностью, исторической памятью и современными вызовами, индивидуализмом и коллективной идентичностью.

Исследование вносит вклад в развитие теории патриотического воспитания, предлагая новые подходы и концепции, такие как «героическое воспитание» и «патриотическая идентичность через примеры героизма». Эти теоретические разработки могут стать основой для дальнейших исследований в данной области.

Выводы. Результаты исследования подтверждают высокую практическую значимость разработанных методов патриотического воспитания. Дальнейшие исследования могут быть направлены на углубленное изучение влияния различных факторов на формирование патриотической идентичности и разработку новых методов и подходов в этой области.

Исследование подтверждает, что героизм участников СВО является эффективным средством формирования патриотической идентичности студенческой молодежи. Внедрение примеров героизма в образовательные программы способствует укреплению национального самосознания, развитию критического мышления и активной гражданской позиции у молодежи [12, с. 286].

Предложенные методические рекомендации и учебные материалы могут быть использованы в образовательных учреждениях, что подчеркивает практическую значимость исследования. Проведенный анализ показал, что формирование патриотической идентичности у студентов является важной задачей, требующей комплексного подхода, включающего образовательные программы, внеклассные мероприятия и использование современных технологий. Внедрение предложенных рекомендаций будет способствовать укреплению национального самосознания и гражданской ответственности у молодежи, что особенно важно в условиях современных социально-политических реалий.

Список литературы

1. Алиева С.А., Закарьяева С.З., Сулейманова Р.В. Условия формирования патриотического сознания старшеклассников во внеурочной деятельности. //Известия дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. Махачкала, 2023. Том 17, №2, С. 5-7
2. Бутырская Е.В. Теоретические подходы к формированию патриотизма Высшее образование сегодня. М. 2019. № 4. С. 34-377
3. Гранин Ю. Д. Государство в новое и новейшее время. Становление и эволюция. научное издание. - М.: Академия медиаиндустрии, 2020. - 347 с.
4. Степанченко И.В., Пономаренко У.В. Исторические корни патриотизма. В книге: Развитие личностного потенциала молодежи средствами хореографического искусства в контексте патриотического воспитания. Материалы Всероссийской научно-практической конференции (с международным участием). Издательство: Орловский государственный институт культуры (Орел) 2018. С. 43-47
5. Макеев О. Самоопределение и формирование гражданской идентичности личности как задача развития подросткового возраста. [Электронный ресурс]. URL: https://mokeevo.edu.yar.ru/rip/seminari/27.02.12/grazhdanskaya_identichnost.pdf (дата обращения: 09.07.2020).
6. Миллер Д.В., Миллер Н.Д. Патриотическое воспитание школьников на примерах героизма и мужества русских солдат. В сборнике: Новая наука: история становления, современное положение, возможности развития. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Уфа, 2022. С. 68-70.

7. Файн М.Б. Подготовка молодого педагога в системе дополнительного профессионального образования к формированию индивидуальной профессиональной траектории. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Дагестанский государственный педагогический университет". 2020

8. Макарова Л.Н. Проблематика гражданско-патриотического воспитания младших школьников на современном этапе развития общества. В сборнике: Проблемы внедрения результатов инновационных разработок. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Ответственный редактор: Сукиасян Асатур Альбертович. 2015. С. 186-188.

9. Муслимов М.И., Григорян Д.К. Патриотизм современной молодежи в условиях специальной военной операции. В сборнике: Патриотизм в современной России в условиях роста угроз национальной безопасности. Материалы научно-практической конференции с международным участием. Ростов-на-Дону, 2023. С. 285-288.

10. Шейн И.А. Патриотизме русской армии в войнах начала XX в. Военный академический журнал. 2021. № 1 (29). С. 33-43.

*Магомедова Разият Магомедовна,
к. пед. наук, доцент кафедры
дефектологии и инклюзивного образования
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»*

ВОЛОНТЕРСТВО КАК СПОСОБ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ: ПЕРСПЕКТИВЫ И ВЫЗОВЫ

Аннотация. Статья посвящена исследованию роли волонтерства в процессе профессионального становления будущих педагогов. Автор рассматривает перспективы, которые открывает волонтерство для молодых специалистов, включая возможность приобретения практического опыта и улучшения социального статуса в сообществе. В статье также обсуждаются вызовы, с которыми сталкиваются студенты в процессе вовлечения в волонтерские проекты, такие как нехватка времени, отсутствие поддержки со стороны образовательных учреж-

дений и сложность в интеграции волонтерского опыта в профессиональную практику.

Ключевые слова. Волонтерство, профессиональное становление, будущие педагоги, компетенции, социальная ответственность, практический опыт, образовательные программы, вызовы, интеграция, педагогическая подготовка.

Magomedova Raziya Magomedovna

VOLUNTEERISM AS A MEANS OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT FOR FUTURE EDUCATORS: PROSPECTS AND CHALLENGES

Abstract. The article is devoted to the study of the role of volunteerism in the professional development of future educators. The author examines the prospects that volunteerism opens up for young professionals, including the opportunity to gain practical experience and improve their social status in the community. The article also discusses the challenges faced by students in the process of engaging in volunteer projects, such as lack of time, absence of support from educational institutions, and difficulties in integrating volunteer experience into professional practice.

Keywords. Volunteerism, professional development, future educators, competencies, social responsibility, practical experience, educational programs, challenges, integration, pedagogical training.

В последние годы волонтерство стало важным элементом не только социальной практики, но и образовательного процесса, особенно в сфере подготовки будущих педагогов. В условиях динамично развивающегося общества, где значения социокультурных факторов и гражданской активности неуклонно возрастают, волонтерская деятельность является мощным инструментом для профессионального становления студентов. Актуальность данного исследования определяется необходимостью интеграции волонтерских практик в образовательные программы педагогических вузов, что может способствовать формированию не только профессиональных, но и личностных качеств будущих специалистов [6].

Целью данной статьи является анализ роли волонтерства в процессе подготовки студентов педагогических специальностей, а также выявление основных вызовов и перспектив, связанных с его интеграцией в образовательный процесс. Задачи исследования включают:

- 1) рассмотрение опыта волонтерской деятельности в контексте педагогического образования;
- 2) выявление влияния волонтерства на развитие профессиональных компетенций студентов;
- 3) анализ существующих программ и инициатив, направленных на поддержку волонтерства в сфере образования [2].

Обзор литературы показывает, что волонтерская деятельность в педагогике рассматривается как эффективный способ формирования практических навыков и компетенций у студентов. В частности, исследования отмечают, что участие в волонтерских проектах способствует развитию таких качеств, как эмпатия, ответственность и способность к сотрудничеству [4].

Однако, вместе с тем, существует множество вызовов, связанных с мотивацией студентов, выявлением подходящих форматов работы и обеспечением качества реализации волонтерских проектов [5].

Дальнейшее исследование волонтерства как инструмента профессионального становления будущих педагогов представляется актуальным и необходимым для развития современного образовательного пространства.

Волонтерство – это деятельность, осуществляемая на добровольной основе, безвозмездно, с целью помощи и поддержки других людей или сообщества. Волонтеры, как правило, предлагают свои услуги в различных сферах, включая социальное обслуживание, охрану окружающей среды и, конечно, образование. В контексте образовательной сферы волонтерство может включать в себя участие в образовательных проектах, помощь в организации мероприятий, репетиторство и поддержку учебного процесса.

Исторически волонтерство в образовании имеет глубокие корни. В Европе и США, начиная с XVIII века, возникали инициативы, направленные на помощь малообеспеченным слоям населения, включая образовательные программы для детей. Одним из знаковых примеров можно назвать движение "заботы о детях" (Child Care Movement), которое начало развиваться в начале XX века и способствовало созданию развивающих программ для детей.

В Советском Союзе волонтерство также играло значительную роль в педагогическом процессе. Программы по трудовому обучению, пионерские организации и комсомол активно вовлекали молодежь в различные формы волонтерской деятельности, включая помощь в школах и детских учреждениях. Начиная с 1990-х годов, с переходом к рыночной экономике и увеличением социального неравенства, во-

лонтерство в образовании вновь стало важной темой, особенно в контексте помощи детям из неблагополучных семей и поддержки образовательных инициатив [3]. Волонтерство представляет собой эффективную форму неформального обучения для будущих педагогов, позволяя им развивать ключевые компетенции и практические навыки, необходимые для их профессиональной деятельности. Участие в волонтерских проектах дает возможность:

1. Практическое применение теоретических знаний: Будущие педагоги могут применять полученные знания на практике, что способствует лучшему усвоению материала и формированию профессиональных умений.

2. Развитие социальных навыков: Работа с детьми и населением различного возраста помогает развивать коммуникативные навыки, эмпатию и умение работать в команде.

3. Создание профессиональной сети: Участие в волонтерских инициативах позволяет завести знакомства с коллегами, профессионалами и экспертами в сфере образования.

4. Осознание ценности социальной ответственности: Волонтерство формирует у будущих педагогов понимание важности социальной ответственности и участия в жизни общества.

Поэтому, волонтерство не только способствует развитию личных и профессиональных качеств будущих педагогов, но и влияет на их мировоззрение и отношение к профессии [2].

Волонтерство в сфере образования играет важную роль как для общества, так и для формирования будущих педагогов. Оно предоставляет уникальные возможности для практического обучения, установления профессиональных связей и развития социальных навыков, что является крайне важным для успешной карьеры в области образования.

Волонтерская деятельность помогает студентам развивать такие качества, как ответственность, эмпатия, командная работа и лидерские навыки. В свою очередь, это влияет на их профессиональную подготовленность и готовность к будущей педагогической деятельности [1].

Исследования показывают, что студенты, участвующие в волонтерских программах, обладают более высоким уровнем социальной ответственности и лучшими навыками общения. Включение практических волонтерских заданий в курс обучения поможет студентам получить реальные навыки и опыт, необходимые для будущей профессии. Например, студенты могут быть направлены на стажировку в различные социальные и образовательные учреждения.

В некоторых вузах России уже реализуются программы, направленные на подготовку студентов к волонтерству. Например, программа «Волонтер в школе» в Московском педагогическом государственном университете включает курс, где студенты получают знания и навыки, необходимые для работы с детьми и подростками в качестве волонтеров.

Интеграция волонтерства в образовательные программы подготовки студентов-педагогов является важным шагом для формирования социально ответственных специалистов [5].

Разработка учебных модулей о волонтерстве и внедрение практических волонтерских заданий помогут студентам развивать важные профессиональные и личные качества. Исследования в данной области являются необходимыми для создания более эффективных образовательных программ, способствующих развитию активной гражданской позиции среди молодежи.

Список литературы

1. Бурик, Е.Л. Исторические аспекты развития волонтерства в России // Российский образовательный журнал. – 2020.

Селезнева, И.Л. Волонтерство в образовании: социальные и педагогические аспекты // Вопросы образования. – 2021.

2. Григорьева, Н. М. Профессиональное становление будущих педагогов: проблемы и перспективы. – Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2021.

3. Зимняя, И.А. Неформальное образование: сущность и содержание // Образование и саморазвитие. – 2019.

4. Кузнецова, О. В. Волонтерство в системе педагогического образования: теоретический и практический аспекты. – СПб.: СПбГУ, 2019.

5. Лебедева, Т. В. Новый взгляд на волонтерство в педагогике: вызовы современности. – Казань: Казанский федеральный университет, 2022.

6. Фролова, И. А. Социальные практики в образовании: новые вызовы и возможности. – М.: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2020.

*Магомедов Пахрудин Шахбанович,
канд. психол. наук, доцент,
зав. кафедрой психологии развития личности
ДГПУ им. Р. Гамзатова, pakhru@mail.ru*

ГОРЕВАНИЕ КАК КРИЗИСНОЕ СОСТОЯНИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В СИТУАЦИИ ОСТРОГО ГОРЯ

Аннотация. Статья посвящена раскрытию понятия горевания как кризисного состояния личности и особенностям консультирования и терапии в ситуации острого горя. Отмечается, что несмотря на особенности этого состояния, эффективная психологическая помощь в ситуации острого горя обусловлена главным образом личностными качествами психолога.

Ключевые слов: кризисные состояния, ситуация острого горя, горевание, терапия и консультирование.

Magomedov Pakhrudin Shahbanovich

GRIEVING AS A CRISIS STATE AND PSYCHOLOGICAL HELP IN A SITUATION OF ACUTE GRIEF

Annotation. The article is devoted to the disclosure of the concept of grief as a crisis state of the personality and the features of counseling and therapy of the situation of acute grief. It is noted that despite the features of the state of acute grief, effective psychological assistance in such a situation is largely due to the personal qualities of the psychologist.

Key words: crisis states, situation of acute grief, grief, therapy and counseling.

Горевание как кризисное состояние является одной из центральных тем кризисной психологии вообще и психотерапии в частности. Причем понятие «кризисное состояние» используется не только применительно к отдельному человеку, но и семье, малой и даже большой группе.

В отличие от нормативного кризиса, ненормативное кризисное состояние связано с понятием психической травмы, которая рассматривается как переживание, потрясение, связанное с глубокой неопределенностью и потерей контроля над своей жизнью. Психическая

травма становится переломным моментом в дальнейшем развитии личности, поскольку характеризуется серьезным нарушением внутреннего, психического равновесия, при котором последующие изменения личности могут пойти как по пути деструктивному, регрессивному, разрушительному для психики, так и по прогрессивному, конструктивному пути. В то же время выбор этого пути определяется психической реакцией индивида на критические для его жизни события, а сами реакции обусловлены когнитивными процессами, которые влияют на субъективное восприятие обстоятельств, создающих угрозу удовлетворению основных потребностей, когда индивид оказывается в ситуации «от которой он не может уйти и которую не может разрешить при помощи имеющихся в его опыте способов адаптации» (Осухова Н.Г., 2008, с. 28).

Таким образом, совершенно очевидно, что кризисные состояния личности и группы требуют обязательного вмешательства психологов, психотерапевтов, а нередко и психиатров, задача которых мобилизовать внутриличностные ресурсы, которые позволят достичь равновесия между изменившимися внешними и внутренними условиями, с тем, чтобы предотвратить деструктивные, патологические изменения личности.

Горе понимается в психологии как переживание утраты (Изард К., 1999). Переживание острого горя относится к кризисам, связанным с утратой, таким как как болезнь и умирание, смерть близкого человека. Горе связывают с возникновением психологической и соматической симптоматики (синдрома горя), которая может быть и отсроченной, неявной или чрезмерно выраженной (Линдемманн Э., 1993). В синдроме острого горя выделяется целый ряд симптомов (См.: Психология эмоций: тексты, 1993. С. 224–232), проявляющийся в физических страданиях, изменении сознания, в чувстве вины перед ушедшим, а также во враждебных реакциях на окружение и в изменении привычного поведения.

Несмотря на то, что каждый воспринимает потерю близкого человека по-своему и испытывает по этому поводу особенные чувства, а процесс переживания горя проходит имеет не одинаковую длительность, большинство специалистов считает, что протекание горя подчиняется общим закономерностям, которые касаются как временных пределов, так и этапов переживания горя.

Общеизвестны типичные стадии протекания утраты (или динамика реакций на столкновение со смертью), которые выделила Элизабет Кюблер-Росс в своей работе «О смерти и умирании» (Кюблер-

Росс Э., 2001). Это 1) стадия *шока и отрицания* смерти, характеризующаяся целым рядом физиологических и поведенческих расстройств, 2) стадия *гнева и обиды* на тех, кто так или иначе имел отношение к утрате близкого человека или не предотвратил её (вспомним убийство австрийского диспетчера отцом погибшей в авиакатастрофе семьи спустя два года после события), 3) стадия *вины и навязчивостей*, связанная с мыслями «если бы», «что если», называемая ещё стадией торга, 4) стадия *страдания и депрессии* (в разных культурах длительность переживания утраты рассматривается как отражение любви к умершему (Василюк Ф.Е., 1991), 5) стадия *принятия и реорганизации*. При этом указанные стадии имеют свои временные циклы, начиная от первой стадии шока, длящейся до 48 часов, и кончая стадией «рассасывания», которая проходит в период от полутора до двух лет.

Особого внимания специалистов требует ситуация, когда переживание горя идет по патологическому типу. З. Фрейд (1984) выделял 4 признака патологической скорби: «блокирование» эмоций, идентификация с умершим, растягивание процесса скорби во времени и чрезмерно острое чувство вины, иногда доходящее до самоубийства. Не разрешившаяся реакция горя проявляется в таких признаках как социальная изоляция, необдуманные действия, жёсткие самообвинения, «одеревенение» чувств, др., а также в психосоматических заболеваниях.

Принципиальной в консультировании и терапии горя является профессиональная позиция психолога, состоящая в том, чтобы помочь клиенту по-настоящему пережить утрату, совершить работу горя, а не в том, чтобы притупить остроту душевных переживаний (Малкина-Пых И.Г., 2005), иначе говоря не подавлять реакцию утраты, а дать возможность максимально выразить свои чувства и мысли.

Психологическая помощь в ситуации горевания, предлагают В.Г. Ромек и др. (2004), должна строиться в соответствии с этапами переживания горя.

На стадии *шока* – это пребывание рядом с человеком, потерявшим близкого человека, не оставляя его одного, выражение заботы и внимания, например, через прикосновения.

На стадии *острого горя* следует говорить об умершем, причине смерти и чувствах в связи с происшедшим, выражать понимание, спрашивать об умершем, слушать воспоминания о нем, рассказы о его жизни, даже если они неоднократно повторяются.

На стадии *восстановления* необходимо помогать заново включиться в повседневную жизнь, планировать будущее.

На *завершающей* стадии задача состоит в том, чтобы исходя из пережитого найти мотивацию для решения жизненных проблем, возвращения к активной жизни.

Таким образом, работа специалистов с переживанием горя в значительной степени облегчается знанием общих закономерностей, лежащих в основе процессов переживания, а успешность консультирования и терапии, несмотря на специфику травмы потери, в большей степени зависит от общего профессионализма и развитости у психолога профессионально-важных личностных качеств.

В заключение следует отметить, что в последнее время заметно возросла потребность в психологах, обладающих готовностью к работе с острым горем, при этом явно ощущается нехватка таких специалистов. Это обстоятельство необходимо учесть в разработке учебных планов и программ профессиональной подготовки и переподготовки психологов. Вместе с тем явно слабо проводится работа по популяризации психологической помощи в кризисных ситуациях, направленная на то, чтобы люди, оказавшиеся в такой ситуации, понимали важность получения своевременной психологической помощи, которая как предотвратит патологический путь переживания острого горя, так и значительно облегчит сам процесс его переживания, приблизит разрешение кризиса.

Список литературы

1. Василюк, Ф.Е. Пережить горе / Ф.Е. Василюк // О человеческом в человеке; под ред. И.Т. Фролова. – М.: Политиздат, 1991. – 280 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.
3. Кюблер-Росс, Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс. – Киев: София, 2001. – 320 с.
4. Линдемманн, Э. Клиника острого горя / Э. Линдемманн // Психология эмоций: тексты; под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – 2-е изд. – М.: Изд-во МГУ, 1993. – С. 224–232).
5. Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2008. – 928 с.
6. Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие. М., 2008.
7. Ромек, В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с.

8. Фрейд, З. Печаль и меланхолия / З. Фрейд // Психология эмоций: тексты. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 280 с.

Магомедханова Умагани Шамхаловна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный
педагогический университет им. Р.Гамзатова»,
г. Махачкала, uma-sh@mail.ru

Халидов Магомедхабиб Магомедович,
кандидат психологических наук, профессор кафедры психологии,
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный
педагогический университет им. Р.Гамзатова»,
г. Махачкала, lab-vozr@mail.ru

ПРОБЛЕМА ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье представлен анализ психологических исследований проблемы психологического благополучия и жизнестойкости личности обучающихся. Описываются некоторые возрастные особенности благополучия и жизнестойкости в младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте.

Ключевые слова: психологическое здоровье, жизнестойкость, психологическое благополучие, регуляция эмоциональных состояний, стрессоустойчивость, тревожность, психолого-педагогическое сопровождение.

Magomedkhanova Umagani Shamkhalovna
Khalidov Magomedhabib Magomedovich

THE PROBLEM OF RESILIENCE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF CHILDREN AND ADOLESCENTS' PERSONALITY

Annotation. The article presents the analysis of psychological research of the problem of psychological well-being and resilience of students' personality. Some age peculiarities of well-being and resilience in junior school, adolescence and adolescence are described.

Key words: psychological health, resilience, psychological well-being, regulation of emotional states, stress resistance, anxiety, psychological and pedagogical support.

Исследования последних лет показывают, что в психологии все более актуальными становятся вопросы психологического благополучия и жизнестойкости личности участников образовательного процесса.

Анализ факторов, влияющих на уровень психологического благополучия детей и подростков, является важным условием профилактики социальных рисков в системе образования, так как способствует выявлению на ранней стадии всех рисков, способных привести к социально-психологической дезадаптации и отклоняющемуся (в том числе саморазрушающему и самоповреждающему) поведению школьников. Психолого-педагогическая экспертиза рисков и факторов, способствующих развитию психологического неблагополучия обучающихся, является необходимым условием организации и реализации социально-психологического / психолого-педагогического сопровождения в образовательной организации [14].

Большое значение данная проблема имеет в условиях СВО.

Решение задач по психолого-педагогическому сопровождению семей участников специальной военной операции, по мнению специалистов, связано с преодолением ряда проблем, с которыми сталкиваются практики образовательных организаций, социальных служб и медицинских учреждений. В ходе выполнения государственного задания Министерства просвещения РФ нами были обозначены эти проблемы, как отсутствие межведомственного взаимодействия специалистов, слабая кадровая обеспеченность психологических служб, недостаточный уровень профессиональной подготовки педагогов-психологов, слабая научно-методическая база психологического сопровождения и, наконец, слабая мотивация обращения за психологической помощью со стороны комбатантов и их родственников [4].

Знание возрастных особенностей является одним из условий проведения психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

Согласно К. Рифф, психологическое благополучие - это наличие у человека специфических, устойчивых психологических черт, позволяющих ему функционировать значимо более успешно, чем при их отсутствии [15]. Базовые составляющие психологического благополучия, по концепции К.Рифф, включают **шесть компонентов**: позитивные отношения с другими, автономия, управление средой, целенаправленность жизни; личностный рост; самопринятие.

В отечественной психологии феномен «психологическое благополучие» рассматривается как показатель психического и психологи-

ческого здоровья личности (А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский, Б.С. Братусь, И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева и др.).

И.В. Дубровина указывает на связь психологического благополучия школьников с социальной ситуацией развития ребенка. С точки зрения Л.С. Выготского, социальная ситуация развития является важнейшей характеристикой условий, обеспечивающей позитивное развитие ребенка. Если ребенок переживает среду своего обитания как благополучную, если семейная и школьная ситуация воспринимается ребенком как благополучная и обеспечивающая его психологический комфорт, то эта среда обладает развивающим эффектом и способствует развитию у школьника чувства доверия к себе и окружающему миру [5].

Первоначальный и наибольший вклад в разработку концепции жизнестойкости внесли исследования американских психологов S. Maddi. S. Kobasa и введенный ими в науку термин «hardiness» (с англ. – устойчивость, выносливость). Согласно определению, жизнестойкость (hardiness): «представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это мера способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности». Жизнестойкость поддерживает человека выносить неустранимую тревогу, сопутствующую выбору будущего (неизвестности), а не прошлого (неизменности) в ситуации экзистенциальной дилеммы. Определение понятия жизнестойкости находится на пересечении теоретических воззрений экзистенциальной психологии и прикладной области психологии стресса и совладания с ним [10].

Леонтьев Д.А. и Рассказова Е.И. в своих исследованиях показали, что при эффективном росте показателей жизнестойкости происходит снижение риска соматических и психических заболеваний, культурного шока, посттравматических расстройств, употребления наркотических и алкогольных веществ, обострения психологических переживаний и т.д. [8].

Жизнестойкость С. Мадди определял как структуру установок и навыков, позволяющую превратить изменения в окружающей действительности в возможности человека, описывающую способы совладания со стрессорами за счет их преобразования, здорового образа жизни и снижения стрессогенности. Ядром выступает жизнестойкость – единство установок на вовлеченность, влияние и вызов, обеспечивающее мотивацию к сохранению здоровья и выстраиванию социальных контактов [5]. S. Maddi считал жизнестойкость внутренним

ресурсом (установкой), который человек может осмыслить и изменить с целью поддержания своего психического, физического, социального здоровья [11].

Как отмечает И.Б. Умняшова, при анализе всех параметров психологического здоровья обучающихся (уровень тревожности и стрессоустойчивости, стабильность эмоционального состояния, уровень адаптации/дезадаптации, уровень психологической культуры и т.д.) существует возможность расширить представления исследователя о внутренних и внешних факторах, которые способны повлиять или уже оказали влияние на уровень психологического благополучия обучающегося [13, с.97].

Все более актуальным становится анализ таких феноменов как психологическое благополучие и жизнестойкость личности в юношеском возрасте, поскольку на фоне нестабильной современной социальной ситуации, проблем, вытекающих непосредственно из задач и противоречий юношеского возраста, эти феномены играют одну из основных ролей в вопросах нормального, гармоничного развития здоровой личности.

В системе образования лица подросткового и юношеского возраста часто относят к группам риска по самоповреждающему поведению, по употреблению психоактивных веществ и т. п., в связи с чем особый интерес представляет и взаимосвязь данных структур с теми формами поведения, которые человек использует в стрессовой ситуации.

Изучение психологического благополучия и жизнестойкости в подростковом и юношеском возрасте важно в связи с тем, что на данном этапе формируются такие новообразования личности, как самоопределение, самосознание, продолжает активно развиваться рефлексия. Формирование этих новообразований связано с дальнейшим развитием мировоззрения, поиском своего места в социуме, стремлением к преодолению эмоциональной зависимости от взрослых.

Психологическое благополучие младших школьников в целом выражается во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, в уровне самооценки, психосоматического и психологического здоровья, которые вытекают из благоприятности данных взаимоотношений. Психологическое благополучие детей младшего школьного возраста во многом связано со стилями воспитания и общения, используемыми при взаимоотношении с ним взрослыми и сверстниками [9].

А.В. Воронина рассматривает психологическое благополучие как «системное личностное качество, проявляющееся в переживании со-

держательной наполненности и ценности жизни, достижение лично-стно значимых и социально ориентированных целей» [2].

Можно отметить, что подростковый и юношеский возраст сензитивен к формированию психологического благополучия личности и жизнестойкости. Их развитие связано с развитием самооценки, самосознания и самоопределения, эмоционального отношения к себе и окружающим, системы межличностных отношений, мировоззрения.

В юношеском возрасте, когда активно формируется идентичность, происходит поиск своего места, своей роли в обществе, жизнестойкость играет важную роль. Было выявлено, что юноши и девушки с высоким уровнем жизнестойкости отмечают, что имеют более высокое качество жизни, а юноши и девушки с низким уровнем жизнестойкости имеют более низкие показатели качества жизни [12].

В исследовании К. Н. Кочергиной выявлено, что жизнестойкость обратно коррелирует с копинг-стратегией «избегание», и прямо коррелирует с копинг-стратегиями: «планирование решения проблемы», «поиск социальной поддержки», «самоконтроль», «положительная переоценка» и «принятие ответственности» [6].

Жизнестойкость в подростковом и юношеском возрасте также связана с общительностью и оптимизмом, что повышает качество группового взаимодействия, качество общения, и способствует включенности в группу - молодые люди, планирующие свою деятельность, ориентированные на проявление социальной активности и общение с людьми, обладают большим уровнем жизнестойкости.

Чем выше уровень жизнестойкости, тем ниже уровень тревожности, и тем выше развита у человека способность справляться со стрессами, а также способность сохранять здоровье и сопротивляться болезням. Высокий уровень жизнестойкости позволяет человеку быть более активным, включенным в деятельность, а также быть более жизнерадостным, испытывать большее количество положительных эмоций.

Уровень психологического благополучия личности определяется соотношением позитивных и негативных эмоций и переживаний, имеющих в жизни человека.

Психологическое благополучие может проявляться в разнообразных пространствах бытия: биологическом, социально-педагогическом, социально-культурном и духовном. В юношеском возрасте высокий уровень психологического благополучия связан с гармоничным развитием личности.

А.С. Куликова отмечает, что юноши и девушки с высоко выраженной амбициозностью более самостоятельны, независимы от влияния других людей, имеют более высокий уровень саморегуляции, и имеют больше различных жизненных целей и планов и более высокую мотивацию на их достижения [7].

Существует прямая связь между уровнем психологического благополучия и жизнестойкости в юношеском возрасте - способные выдерживать стрессы юноши и девушки легче адаптируются к меняющимся ситуациям и требованиям среды, в результате чего удовлетворенность жизнью растет. Это подтверждает исследование, показывающее, что с возрастом уровень благополучия растет, чем старше молодые люди, тем выше был их уровень психологического благополучия [6].

Исследования, проведенные З.М.Гаджимурадовой, показали, что стрессоустойчивость первокурсников слабая, обусловлена низким уровнем оптимизма и независимости. Локус внутреннего контроля проявляется через уровень субъективного контроля, личностную и коммуникативную рефлексивность. Выявлена тенденция к подчинению или же агрессивности, к отсутствию собственного мнения и уверенности в себе. Выявлено, что все показатели уровня жизнестойкости первокурсников по таким критериям как самооценка, саморегуляция и самоопределение имеют низкие и средние уровни [3].

Понятие жизнестойкость логично используется в контексте проблемы совладания со стрессом. Анализ особенностей жизнеспособности подрастающего поколения в нашей стране показал, что в основе совладающего с трудными жизненными ситуациями поведения лежат главным образом социальные формы.

Системные исследования структуры личности объективными и субъективными методами диагностики в период обучения студентов, показали что они, несомненно, представляют собой важную прогностическую ценность для оценки состояния благополучия и предупреждения хронического стресса у обучающихся [1].

Показателем психологического благополучия также является и уровень мотивации. Уровень психологического благополучия при автономной мотивации значимо выше, чем при контролируемой мотивации. Отмечается, что «стабильность и повышение психологического благополучия характерны для учащихся, которые осознанно ставят перед собой учебные цели и последовательно их достигают

Повышение благополучия дополнительно обеспечивается гибкой адаптацией к новым требованиям и преподавателям. Его снижение

связано с низкой способностью учеников оценить значимые для достижения учебных целей условия и игнорированием обратной связи, которую дают ученикам их учителя в виде оценок, замечаний и рекомендаций» [5].

Таким образом, высокий уровень жизнестойкости способствует лучшей адаптации человека к изменяющимся условиям и повышению уровня психологического благополучия личности. Жизнестойкость способствует большей активности человека в стрессовых ситуациях, формированию ощущения контроля над собственной жизнью. Особенности психологического благополучия и жизнестойкости личности обучающихся необходимо учитывать при психолого-педагогическом сопровождении участников образовательного процесса.

Список литературы

1. Ванакова Г. В. Жизнестойкость как осознанный выбор современной молодежи // Народное образование. - 2012. - №1. С. 234 – 239.
2. Воронина А. В. Оценка психологического благополучия школьников в системе профилактической и коррекционной работы психологической службы: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Томск, 2002. 24 с.
3. Гаджимурадова З. М. Психологическая поддержка жизнестойкости подростков и молодежи в условиях социальной напряженности региона // Психологическая поддержка подростков и молодежи в трудных жизненных и кризисных обстоятельствах: XXI век. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Махачкала: Изд.: «Цифра», 2017, С.76 – 82.
4. Далгатов М.М., Муталимова А.М. Актуальные проблемы психологического сопровождения семей участников и ветеранов СВО // Сборник материалов XI Всероссийской научно-образовательной конференции с международным участием «Психосоматические и соматоформные расстройства в общей практике: алгоритмы междисциплинарного взаимодействия оказания медико-психологической помощи». Глазовские чтения. – Махачкала, 2024 – С. 15-23.
5. Дубровина И. В. Психологическое благополучие школьников: учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / И. В. Дубровина. - М.: Издательство «Юрайт», 2018. - 140 с.
6. Кочергина К. Н. Индивидуальные и типологические особенности учащихся юношеского возраста с разным уровнем жизнестой-

кости // Педагогика и психология современного образования: теория и практика. - 2020. - С. 65-70.

7. Куликова З. А. С. Влияние амбициозности на психологическое благополучие в юношеском возрасте // Психологическое и педагогическое сопровождение студентов вуза в современном социокультурном пространстве. - 2018. - С. 135-139.

8. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. 63с.

9. Магомедханова У.Ш. Психологическое благополучие младших школьников // Актуальные вопросы педагогики: инновации и перспективы. Сборник Международной научно-практической конференции. Махачкала, 2024. С. 143-147

10. Мадди С. Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди. — СПб.: Речь, 2002. - 539 с.

11. Митрофанова Е. Н. "Два мужества" в концепции жизнестойкости С. Мадди // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия 1, Психологические и педагогические науки. - 2018. - № 1. - С. 17-26.

12. Петухова А. С., Овчинников М. В. Жизнестойкость и качество жизни в юношеском возрасте // Современное образовательное пространство: психологическое благополучие и культура безопасности. - 2017. - С. 53-56.

13. Умняшова И. Б. Анализ подходов к оценке психологического благополучия школьников [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2019. Том 16. № 3. С. 94–105. DOI: 10.17759/bpre.2019160306

14. Умняшова И. Б. Психолого-педагогическая экспертиза в системе образования: реальное состояние и перспективы развития // Современная реальность в социально-психологическом контексте: Сборник научных материалов / Под науч. ред. А.А. Белобрыкиной, М.И. Кошеновой. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2018. С. 180–187.

15. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69(4). Pp. 719–727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

*Макеева Наталья Юрьевна,
кандидат психологических наук, доцент,
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»,
Главный внештатный психолог Министерства
Тверской области, г.Тверь, makeeva.nat@mail.ru*

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Аннотация. Представлены результаты регионального исследования психоэмоционального благополучия детей и подростков из семей участников СВО и вынужденных переселенцев. В качестве анализируемых параметров – тревожность, индекс самочувствия, удовлетворенность отдельными сферами жизни, доминирующее состояние, безнадежность. На основании исследования делается вывод о том, что выделенные категории детей являются потенциальными группами риска, требующие психолого-педагогического сопровождения.

Ключевые слова: дети из семей участников СВО, переселенцы, тревожность, индекс самочувствия, депрессивная симптоматика, удовлетворенность жизнью, группа риска, психолого-педагогическое сопровождение.

Makeeva Natalya Yurievna

FEATURES OF CHILDREN'S PSYCHOEMOTIONAL WELL-BEING DURING A SPECIAL MILITARY OPERATION

Abstract. The results of a regional study of the psycho-emotional well-being of children and adolescents from families of SVO participants and internally displaced persons are presented. The analyzed parameters were anxiety, well-being index, satisfaction with certain areas of life, dominant state, hopelessness. Based on the study, it is concluded that the identified categories of children are potential risk groups that require psychological and pedagogical support.

Keywords: children from families of SVO participants, immigrants, anxiety, well-being index, depressive symptoms, life satisfaction, risk group, psychological and pedagogical support.

В настоящее время необходимость психолого-педагогической поддержки обучающихся из семей вынужденных переселенцев в результате боевых действий и детей участников специальной военной операции (далее – СВО) очевидна и направлена на предотвращение последствий травматизации у детей. Такой опыт - как нахождение в зоне боевых действий, так и сам вынужденный переезд - в любом случае оказывает серьезное влияние на детскую психику. Травматичной для детей в том числе становится, и сама необходимость покинуть привычное место жительства, особенно внезапно и не по своей воле. Примириться с этим им может быть трудно вне зависимости от того, насколько комфортным будет место, куда они приедут. Однако самой уязвимой группой, становятся те, кто пережил реальную потерю близких либо просто стал свидетелем гибели людей, — даже если речь не шла о ком-то из значимых для ребенка взрослых. Поэтому, не случайно, в жизни детей из семей, вынуждено покинувших территории боевых действий, присутствуют страхи, тревожность, подавленность.

Не менее тяжело могут переживать актуальную ситуацию дети и подростки из семей участников специальной военной операции (далее – СВО). Во время выполнения военного долга членами их семей, несовершеннолетние зачастую не имеют с ними связи, пребывают в ситуации неопределенности, напряжения, ожидания, тревоги. Если в данную семью приходит трагическая весть о гибели члена семьи в зоне СВО, это, несомненно, кризисная ситуация, которая сказывается на психоэмоциональном состоянии всех членов семьи. Для несовершеннолетнего это не только травматичный опыт и длительный период психоэмоционального напряжения.

Травматичный опыт и длительное переживание этих состояний часто приводит к негативным поведенческим реакциям, которые являются реакцией на стресс и индикатором эмоционального неблагополучия. Несовершеннолетний может проявлять агрессивность, вспыльчивость, пассивность, боязливость, суицидальные тенденции, что свидетельствует о нарушениях в когнитивно-аффективной сфере личности, а также проявиться в виде сниженных адаптационных способностей и негативного видения будущего.

Таким образом, актуальность психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних из семей вынужденных переселенцев в результате боевых действий и детей участников СВО обусловлена не только с изменением социально-политической

ситуации в стране, но и запросами со стороны практики. В целях выстраивания комплексного психолого-педагогического сопровождения детей и подростков данных категорий первостепенной задачей является мониторинг их психоэмоционального состояния и социально-психологического благополучия.

Исследование проводилось в 2023 году при сотрудничестве Министерства образования Тверской области и кафедры «Социальная работа и педагогика» Института педагогического образования и социальных технологий Тверского государственного университета. Всего в исследовании приняли участие 547 несовершеннолетних в возрасте от 9 до 17 лет – обучающиеся общеобразовательных школ Тверской области, относящихся к следующим категориям: дети младшего школьного возраста от 9 до 12 лет и подростки 13-17 лет из семей вынужденных переселенцев и из семей участников СВО. Для каждой возрастной категории был подобран диагностический инструментарий, отвечающий особенностям возраста и соответствующий цели исследования [1].

Выборка несовершеннолетних в возрасте от 9 до 12 лет составила 309 человек. Среди них – 48% - мальчики, 52% - девочки. Что касается категории семьи, то здесь соотношение несовершеннолетних оказалось неравномерным: 78% всей выборки – дети из семей участников СВО и 22% - дети из семей вынужденных переселенцев.

Детей 9-12 лет из семей вынужденных переселенцев и семей участников СВО следует считать обучающимися, нуждающимися в повышенном психолого-педагогическом внимании, поскольку у 30% имеются повышенные и крайне высокие оценки тревожности по отдельным шкалам, 20% детей имеют депрессивную симптоматику и порядка 22% - низкую удовлетворенность отдельными сферами жизни. При этом, статистически значимых различий между выделенными категориями детей не обнаружено. Особого внимания специалистов школьных психологических служб требуют обучающиеся, имеющие признаки кризисного состояния (низкие показатели самочувствия с депрессивной симптоматикой). В возрастной категории 9-12 лет чаще всего это девочки обеих категорий выделенных потенциальных групп риска. Сниженный индекс самочувствия значимо коррелирует с высокими значениями тревожности и низкой удовлетворенностью жизнью.

У детей 9-12 лет из семей вынужденных переселенцев на уровне тенденции выявляется тревожность, связанная с ситуацией школьного

обучения, публичной проверки знаний и оценке со стороны окружающих. Этот факт следует учитывать при выстраивании адаптационных программ для данной категории детей, где необходимо обеспечить интеграцию ребенка в новую для него микро- и макросоциальную среду, в том числе в условиях образовательного учреждения и восстановление его социального статуса. Мероприятия по школьной адаптации должны осуществляться педагогами, классными руководителями и специалистами психологических служб системы образования.

У детей 9-12 лет из семей участников СВО на уровне тенденции наблюдается повышенная тревожность, связанная с ситуацией взаимодействия с родителями, беспокойство и переживания внутрисемейных отношений, что может быть связано с актуальной ситуацией нахождения члена семьи в зоне СВО. При выявлении повышенных и крайне высоких оценок по данной шкале у детей данной категории, педагогам-психологам рекомендовано организовать психологическое сопровождение. В приоритете – психологическая поддержка и мероприятия, направленные на снижение психоэмоционального напряжения.

Выборка несовершеннолетних в возрасте от 13 до 17 лет составила 233 человека. Среди них – 47% - мальчики, 53% - девочки. Соотношение подростков из семей участников СВО и вынужденных переселенцев составляет соответственно 80% и 20%.

Оценка доминирующего состояния по методике Куликова Л.В. позволила определить, что в выборке подростков данных категорий 56% подростков имеют нормальный уровень психических состояний и 44% - показатели шкал психических состояний выше нормы.

Так, у подростков из семей участников СВО преобладает пассивное отношение к жизненной ситуации (28%) и низкий психический тонус (18%). У подростков из семей вынужденных переселенцев отмечается неустойчивость эмоционального фона (25%) и пассивное отношение к жизненной ситуации (25%). При этом значимых различий в целевых группах нет: 45% подростков из семей вынужденных переселенцев и 43% подростков из семей участников СВО имеют значения шкал выше нормы.

Методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» (М.И. Рожков, М.А. Ковальчук) позволила установить, что 40% всей выборки подростков имеют высокие значения шкал «группы риска». Высокие значения по группам риска – преимущественно девочки. У подростков из семей участников СВО и

из семей вынужденных переселенцев отмечаются такие повышенные шкалы как «подозрительность» и «неуверенность в себе». А такая шкала как «агрессивность» выше оказалась у подростков из семей вынужденных переселенцев.

Шкала безнадежности Бека (Beck Hopelessness Scale) измеряет выраженность негативного отношения к собственному предполагаемому будущему. Особую ценность данная методика представляет в качестве косвенного индикатора суицидального риска. В ходе исследования было получено, что у 16% подростков всей выборки отмечается негативное отношение к будущему. Детальный анализ позволил установить, что преимущественно негативное представление о будущем имеют девушки в обеих исследуемых категориях. При этом, среди тех, кто имеет высокие значения по оценке негативности будущего, в выборке подростков из семей вынужденных переселенцев, девушек с высокой негативной оценкой будущего оказалось большинство (77%), нежели юношей (23%). В свою очередь, в выборке подростков из семей участников СВО негативные представления о будущем своем будущем были сформированы также в приоритете у девушек (девушки 59%, юноши – 41%).

Таким образом, в результате исследования вывлекено, что из 309 детей в возрасте 9-12 лет, 25% имели отклоняющиеся от нормы значения по параметрам психоэмоционального состояния. Из 233 подростков подростков в возрасте 13-17 лет отклоняющиеся значения параметрам психоэмоционального состояния отмечались у 47% выборки. А это значит, что обучающиеся целевых категорий, у которых выявляются признаки неблагоприятных и деструктивных состояний, нуждаются в повышенном психолого-педагогическом внимании, что предполагает постоянный мониторинг их состояния и оказание психолого-педагогической помощи и поддержки. Так, для мониторинговых исследований можно использовать следующие методики: «Многомерная оценка детской тревожности» (Е.Е. Ромицына) и WHO-5 Well-Being Index Индекс хорошего самочувствия (для детей в возрасте 9-12 лет) и Шкала безнадежности Бека (Beck Hopelessness Scale) (для подростков в возрасте 13-17 лет), которые хорошо зарекомендовали себя в рамках исследования как один из индикаторов неблагополучия. Этап психодиагностических мероприятий и сопровождения предполагает продолжительность до 1 года с опорой на алгоритм сопровождения детей участников (ветеранов) СВО [2], а также, по необходимости, может включать

консультации иных специалистов в рамках межведомственного взаимодействия (психиатров, клинических психологов, коррекционных педагогов).

Список литературы

1. Макеева Н.Ю. Особенности психоэмоционального благополучия детей в условиях специальной военной операции // Вестник Тверского государственного университета. Серия: «Психология и педагогика». 2023. - № 2 (63). С.31-39.

2. Ульянина О.А., Ермолаева А.В., Волков Д.С., Комолова О.С. Модель психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / под общей редакцией О.А. Ульяниной. М.: МГППУ, 2024. 40 с.

*Малюченко Геннадий Николаевич,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей и консультативной психологии,
СГУ имени Н.Г. Чернышевского,
Саратов, mgn1802@yandex.ru*

ПРИМЕНЕНИЕ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА К СОЗДАНИЮ ПРОГРАММ РЕАДАПТАЦИИ ВЕТЕРАНОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Аннотация. В статье раскрываются возможности применения системного подхода к разработке и внедрению программ реадaptации ветеранов боевых действий. Рассмотрены вопросы применения теории установки в процессе реадaptации боевых ветеранов и принципы их социально-психологического сопровождения.

Ключевые слова: системный подход, кризис реадaptации, социально-психологическое сопровождение, теория установки, объективация.

Malyuchenko Gennady Nikolaevich

THE PROBLEM OF APPLYING A SYSTEMATIC APPROACH TO THE DEVELOPMENT AND IMPLEMENTATION OF REHABILITATION PROGRAMS FOR COMBAT VETERANS

Abstract. The article reveals the possibilities of applying a systematic approach to the development and implementation of rehabilitation programs for combat veterans. The issues of the application of the installation theory in the process of readaptation of combat veterans and the principles of their socio-psychological support are considered.

Keywords: systemic approach, crisis of readaptation, socio-psychological support, installation theory, objectification.

В последние годы некоторые представители научно-психологического сообщества России продолжают искать новые подходы к пониманию изменений, происходящих в сознании ветеранов боевых действий, после их возвращения из зоны боевых действий в условия мирной гражданской жизни. Это вполне объяснимо, так как концепции и модели в сфере социально-психологической реадaptации участников боевых действий, разработанные в XX веке, были созданы иностранными исследователями, а значит релевантны иной культуре и иной эпохе. При всём внимании и уважении к ним, они не могут быть взяты нами «на вооружение» по трём важнейшим причинам:

- наша многонациональная страна обладает собственной, наполненной различными свершениями и трагичными событиями, историей, достаточно самобытными традициями возвращения и реадaptации боевых ветеранов, своим культурно-бытовым контекстом, что в совокупности не позволяет нам «слепо копировать» и переносить на нашу «почву» чуждые нам традиции и модели социально-психологической реадaptации ветеранов войн;

- наиболее известные концепции и модели реадaptации боевых ветеранов, были разработаны исследователями и практиками США и Израиля – то есть стран, с которыми Россия находится в состоянии конфронтации, следовательно мы не сможем в ближайшее время иметь всю полноту информации о прямых и побочных эффектах практической реализации их научных разработок, включая сведения о тех сложностях, которые возникли в настоящее время, после выхода ведущих армий мира на принципиально новый уровень боевых действий и реакция психики, порождаемых новыми видами боевых стрессоров [2, 1-3 с].

Таким образом, перед современной российской наукой стоит задача: в ближайшие сроки разработать эффективную и релевантную всем местным культурным традициям концепцию (или модель) социально-психологической реадaptации участников СВО. Данная модель должна опираться на базовые положения и принципы системного

подхода к пониманию психики, поведения и личности человека, разрабатываемые отечественной наукой, прежде всего психологией, середины XX века. Как известно, значительный вклад в развитие системного подхода внесли научные работы таких учёных, как Д.Н. Узнадзе, Б.М. Теплов, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, А. А. Бодалёв, которые были развиты и поддержаны их многочисленными учениками.

Тщательный анализ отечественных разработок в системном подходе к изучению психики, показывает, что мы уже имеем теоретическую базу для создания, апробации и внедрения эффективных программ реадaptации ветеранов боевых действий. Многим исследователям известно крылатое выражение: «нет ничего практичнее хорошей теории!». В арсеналах нашей науки такие теории уже имеются. В качестве яркого примера, рассмотрим основные положения теории установки советского психолога Д.Н. Узнадзе.

Д.Н. Узнадзе стал широко известен мировой науке как автор-основатель общепсихологической теории установки. С конца 30-х гг. XX века он исследовал зрительные, слуховые, тактильные эффекты и иллюзии, сопутствующие возникновению тех или иных установок. Один из типов иллюзий, выявленных в зрительной сфере с помощью установки, известный французский психолог Жан Пиаже позже назвал «эффектом Узнадзе». Его теория установки также показала ложность идеи о непосредственной, механистической связи между внешней средой и психикой, включая известную связку «стимул-реакция».

Узнадзе экспериментально доказал, что любая установка проявляется как неосознаваемая готовность субъекта к определённому восприятию явлений и событий и действию в определенном направлении. В своих научных трудах он выделял следующие диадные классификации установок:

- статическая и динамическая;
- жесткая и пластичная;
- лабильная и стабильная;
- константная и переменная.

Обобщив экспериментальные данные, Узнадзе пришёл к выводу, что существуют значимые различия в том, как установки, определяют восприятие и поведение личности. В зависимости от таких переменных как, скорость возникновения и сохранность установки во времени, её сила воздействия на психику и поведение, а также скорость смены установки, он выделил три основных типа личности:

- динамический, к которому относятся уравновешенные, гармоничные люди, легко приспосабливающиеся к окружающим людям и условиям;

- статичный, к нему можно отнести тех людей, чье поведение не импульсивно, а опирается на объективацию, для них характерно проявление сомнений, тщательной оценки всех «за» и «против», неуверенности;

- вариабельный, к которому относятся т.н. «люди дела», имеющие сильные стремления, но с конфликтогенной структурой характера.

На основе данной типологии строится продуктивное изучение процесса социально-психологической реадaptации человека, приходящего в мирную жизнь из зоны боевых действий. И можно выделить такие установки, которые затрудняют его конструктивные контакты с внешней средой.

Исповедуя во взглядах на психику принцип иерархии, Узнадзе выделял 2 уровня её активности: уровень установки и уровень объективации. На первом уровне поведение человека детерминируется его потребностями, его прошлым и определяется воздействием конкретной ситуации. А на уровне объективации осуществляется метамыслительная деятельность, которая имеет обобщающий характер, не зависящий от конкретной ситуации. Человек при этом начинает всё больше замечать свои ограничения, учитывать потребности других людей и актуальные требования социума [4,19с.].

Исследования Узнадзе показали, что, когда действующая установка уже не обеспечивает адекватного взаимодействия с внешней средой, появляется своеобразное «окно возможностей» для смены установки. Но это возникает, если только на первый план сознания выходит объективация, которая, как специфический познавательный акт, превращает включённый в структуру деятельности человека предмет (явление) в отдельный, самостоятельный объект его наблюдения. В процессе объективации человек приобретает новую особую «установку дальнего действия» [4, 19-21 с.].

Применительно к проблеме реадaptации ветеранов: для перевода их сознания от жёстких, константных установок в отношении тех или иных предметов и явлений внешнего мира, психологи могут создавать им условия к функционированию на уровне объективации. Однако, ветераны сами выбирают образы жизненной ситуации и специальные умения по разрешению их проблем. Для этого автором статьи и коллегами из АОЗС [<https://aozs.ru/>] была создана методика СЛИР/БВ: Сопровождение личностных изменений реадaptанта/ бое-

вого ветерана. Методика состоит из 27 карт - образов жизненных ситуаций и 27 карт - образов, предлагающих пути решения тех или иных жизненных задач и проблем. Её основу составляет модель диагностики установок боевых ветеранов и коррекции их личностных изменений, разработанная с опорой на базовые положения общепсихологической теории установки Д. Н. Узнадзе.

Порядок и протоколы проведения методики СЛИР/БВ с боевыми ветеранами, переживающими кризис реадаптации, основаны на создании для них возможности первичных и повторных выборов карт-образов настоящего и будущего с последующим анализом всех выборов, порождающим выход на уровень объективации (по Узнадзе). Психологическое сопровождение боевых ветеранов не предполагает обработки полученных данных с помощью математической статистики, но построено на активном применении методов и приёмов качественного анализа данных.

Качественный анализ результатов методики (на основе выбора и ответов испытуемого) частично опирается на «Концепцию уровней исследования человека и его психики», созданную Б. Ломовым и его коллегами [1, 8-12 с.]. Она построена на 4-рёх уровнем анализе психики и поведения личности. **На самом высоком уровне** человек рассматривается как личности в системе общественных отношений. В фокусе изучения выступает социально-психологическое измерение его развития. **На 2-м уровне личность** рассматривается в контексте её собственных свойств, качеств и структуры, включая её повседневные привычки и стиль деятельности. **На 3-м уровне** изучаются психические процессы и состояния человека: его восприятие, мышление, память. На этом уровне психология легко связывается с физикой и математикой, например, через стандартизированные тесты на скорость реакций, границы восприятия и объём запоминания. **Самый базовый - 4 й уровень** психики тесно связан с нейрофизиологией. Этот условно «низший уровень психики» находится в тесной связке с механизмами нейродинамики и психофизиологии. Как следствие, применяя данную концепцию, мы можем анализировать выборы тех или иных карт методики как проявления одного или нескольких уровней психики [3, 199 -214 с.].

Анализируя потенциал системного подхода в создании и внедрении эффективных программ реадаптации участников СВО, следует отметить, что данный подход позволяет чётко отслеживать динамику психических явлений, сопровождающих процессы и кризисы реадаптации. Согласно принципам системного подхода, изложенным в рабо-

тах Ломова и его коллег, психику человека, следует понимать, как саморазвивающуюся систему, иерархически организованное многомерное и динамичное целое. При условии соблюдения определённых принципов, психика каждого человека, включая «опалённых войной» ветеранов, обладает почти бесконечной адаптивностью к внешней среде и пластичностью отдельных функций и компонентов.

В практическом плане это означает, что для каждого участника боевых действий могут быть составлены программы его эффективной социально-психологической реадaptации и предложены конкретные пути коррекции в случае возникновения кризиса реадaptации. Рассмотрим, как пути разработки и внедрения таких программ могут быть воплощены через каждый из 6-ти базовых принципов, составляющих ядро системного подхода:

1. Психические явления должны восприниматься и анализироваться с нескольких сторон: а) как некоторая качественная единица, б) как внутреннее условие взаимосвязи и взаимодействия объекта со средой, в) как совокупность качеств, приобретаемых индивидом, и г) как результат активности микросистем организма. Как следствие, все проявления психики ветерана боевых действий можно рассматривать через синергетическое взаимодействие 4-х указанных выше сторон (аспектов). Например, его глубокую тоску по «боевому братству» следует понимать как проявление его эмпатических качеств, какого стремление взаимодействовать с внешним окружением и социальным миром через сообщество «своих»/духовно близких людей и как индикатор достигнутого им уровня развития личности. К этому следует добавить стремление его организма и психики вернуться в режим максимальной активности, пережитый в прошлом. То есть реализация этого принципа предполагает соединение всех 4-х планов исследования и обобщенно-целостного понимания соответствующих проявлений психики.

2. Психические явления многомерны, а потому они должны рассматриваться с разных сторон и в различных системах измерения. Как следствие, за каждым из наблюдаемых проявлений психики боевого ветерана, включая совершаемые им поступки и личностные выборы, следует усматривать: а) вероятные потребности и мотивы; б) привычные для него способы достижения целей; в) действие тех или иных стрессов, страхов, сомнений, психических травм, блокирующих или частично препятствующих реализации его мотивов и движению к конечной цели.

3. Психика, в целом, разделяется на когнитивную, коммуникативную, регулятивную сферы, каждая из которых также разделяется на те или иные уровни. Как следствие, в процессе реадaptации ветерана следует обнаруживать и корректировать три ключевых процесса: а) развитие его познавательных способностей; б) развитие его коммуникативных функций и в) развитие и проявление его умений и навыков саморегуляции.

4. Свойства человека организованы в единое целое, по своему строению напоминая пирамиду: на вершине находятся высшие психические функции, в основании - свойства, их раскрывающие, а грани представляют собой различные категории психических свойств. Как следствие, в ракурсе системного анализа социальной и психологической реадaptации боевого ветерана, необходимо учитывать совокупность свойств различного порядка. Например, можно провести системный анализ того, как его типологические свойства (тип темперамента и др.) создают в нём синергетический эффект или, напротив, блокируют развитие и самореализацию его личности.

5. Целостное познание психического явления подразумевает учёт множественности его детерминант. В данном аспекте следует учитывать общие и специфические детерминанты психических явлений, причинно-следственные связи, запускающие сложные процессы, различные внешние и внутренние факторы. Данный принцип особенно значим при анализе различных причин хронического дистресса, детерминирующих текущее состояние боевого ветерана или особенности переживания им боевых травм и потерь. В ряде случаев начальное звено причинно-следственной цепи обнаруживается не в событиях военного периода его жизни, а в более ранние периоды, вплоть до его юности или детства.

6. Психические явления должны изучаться в их динамике и развитии. Психические явления возникают, формируются или разрушаются в ходе развития человека как их носителя, жизнь которого сама представляет собой поли-системный процесс. Таким образом, развитие психики и личности боевого ветерана, а значит его социально-адаптивных умений и навыков, следует анализировать в постоянной динамике, включающей не только «линейное движение», но возникновение новых препятствий, связанных с формированием у него новых потребностей и целей, с преобразованием его личностных качеств и свойств [3, 214-274 с.].

Одним из важнейших результатов применения данных принципов является то, что они позволяют найти ответы на 2 вопроса – ключевых для решения проблемы сопровождения реадaptации ветеранов боевых действий:

- В чём заключается интрапсихический конфликт, определяющий основную причину кризиса реадaptации ветерана?
- Что необходимо сделать для преодоления кризисного сценария реадaptации, в случае его возникновения?

В рамках системного подхода, поиски ответа на 1-й вопрос исходят из того факта, что на войне человек быстро привыкает к режиму выживания 24/7 и на первый план выходят его психофизиологические функции. Его психические функции и черты личности предельно упрощаются, всё «слишком сложное», препятствующее выживанию, уходит на второй план. В этом приспособительном процессе отрабатывается до автоматизма только скорость реакций, точность действий, психомоторика человека.

Однако, после возвращения человека к условиям мирной гражданской жизни, от него требуется резкая перестройка – для функционирования на уровне социально адаптивной, предельно гибкой и осознанной во всех своих реакциях личности. Он должен снова быстро «встроиться» в писанные и не писанные законы мирной жизни, требования общественной этики и морали. Именно этого ждёт от него «мирное гражданское общество». При этом у него возникает встречный вопрос: не должно ли само общество начать как-то учитывать его состояние (как одного из «опалённых войной»)?

Вполне осознавая важность действующих законов государства и общественных норм, ветеран боевых действий в глубине души ожидает, что госчиновники, медицинские работники, сотрудники различных учреждений, соседи по дому и простые граждане будут учитывать его особое состояние психики, с пониманием относиться к его психическим реакциям и радикально изменившимся личностным установкам. Однако, когда этого не происходит, он начинает чувствовать себя «чужим среди своих» и в его психике начинают вызревать предпосылки к развитию кризиса реадaptации.

В данном ракурсе следует искать ответ и на 2-й вопрос, поставленный выше. В целях предотвращения кризиса реадaptации у боевых ветеранов необходимо, прежде всего, на уровне госструктур организовать системные меры по социально-психологическому сопровождению ветеранов. Эти меры должны включать ответы на их особые нужды и запросы. На практике это означает, что государство и

его социальные институты должны обеспечить продуктивную реадaptацию боевых ветеранов через 4-ре базовых условия: а) предоставление ветеранам особого социального и экономического статуса; б) создание всех необходимых условий для полноценной медицинской реабилитации боевых ветеранов; в) создание всех условий для полноценной психологической реадaptации ветеранов, включая работу с их семьями в формате групп самопомощи и г) создание условий и возможностей для профессиональной и личностной самореализации боевых ветеранов.

В заключение, следует признать, что созданных к настоящему времени в регионах РФ социальных институтов явно не хватает для реализации программ реадaptации боевых ветеранов, что во многом осложняет для психологов взаимодействие с ними. Вместе с тем, и от представителей российской науки в ближайшие годы потребуются разработать фонд методических материалов, психодиагностических и коррекционных инструментов в целях организации качественной подготовки соответствующих специалистов.

Список литературы

1. Завалова, Н. Д. Ломов, Б. Ф. Пономаренко В. А. Образ в системе психической регуляции деятельности. Москва, «Наука» 1986, 268 с.
2. Караяни, А. Г. О социально-психологической реадaptации участников боевых действий // Психологическая газета. 07.07. 2023, <https://psy.su/feed/11429/>;
3. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / М.: «Наука», 1984. 444 с.
4. Узнадзе Д.Н. Экспериментальные основы психологии установки / - Тбилиси: Изд-во Акад. наук Груз. ССР, 1961. - 210 с.

*Мунгиева Нина Зурабовна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии
и педагогики дошкольного и дополнительного образования
факультета дошкольного образования
ДГПУ им.Р.Гамзатова georgia1972@mail.ru*

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ МОБИЛИЗОВАННЫХ УЧАСТНИКОВ СВО

Аннотация. В статье рассматриваются социальные и психологические аспекты поддержки семей участников специальной военной операции (СВО) в Российской Федерации. Особое внимание уделяется мерам, направленным на помощь жёнам, детям и родителям военнослужащих, а также вопросам преодоления психологических трудностей, возникающих в условиях отсутствия близких. Выявлены основные препятствия, которые мешают семьям обращаться за психологической помощью, такие как стигматизация, нехватка времени и недоверие к специалистам. Проанализированы методы установления контакта с семьями, включая прямые и опосредованные подходы, а также роль групповой работы в снижении эмоционального напряжения. Авторы предлагают рекомендации по совершенствованию системы поддержки, включая изменения в графике работы социальных служб, организацию групповых занятий и мастер-классов. Работа акцентирует внимание на важности комплексного подхода к поддержке семей в условиях современных вызовов.

Ключевые слова: специальная военная операция (СВО), социальная поддержка, психологическая поддержка, семьи военнослужащих, групповая работа, эмоциональное напряжение, стигматизация, социальные службы, психологическая помощь. адаптация семей.

Mungieva Nina Zurabovna

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR FAMILIES OF MOBILIZED SVO PARTICIPANTS

Abstract. The article examines the social and psychological aspects of supporting families of participants in the special military operation (SVO) in the Russian Federation. Particular attention is paid to measures aimed at helping the wives, children and parents of servicemen, as well as issues of overcoming psychological difficulties that arise in the absence of loved

ones. The main obstacles that prevent families from seeking psychological help are identified, such as stigmatization, lack of time and mistrust of specialists. The methods of establishing contact with families are analyzed, including direct and indirect approaches, as well as the role of group work in reducing emotional stress. The authors offer recommendations for improving the support system, including changes in the schedule of social services, the organization of group sessions and master classes. The work emphasizes the importance of a comprehensive approach to supporting families in the face of modern challenges.

Keywords: special military operation (SMO), social support, psychological support, military families, group work, emotional stress, stigmatization, social services, psychological assistance. family adaptation.

Проблема социальной и психологической поддержки семей участников специальной военной операции (СВО) приобретает особую значимость в современных условиях. Мобилизация и участие в боевых действиях изменили привычный уклад жизни тысяч российских семей, оставив многих женщин, детей и пожилых родителей без постоянной поддержки их близких. Эти изменения порождают как бытовые, так и эмоциональные трудности, которые усиливаются в условиях длительного стресса и неопределённости.

Одним из ключевых вызовов является необходимость своевременного реагирования на психологические проблемы, такие как тревожность, апатия, раздражительность, возникающие у членов семей участников СВО. Ситуация усугубляется стигматизацией обращения за психологической помощью, нехваткой времени у работающих членов семей и недоверием к специалистам. Эти факторы препятствуют полноценному использованию ресурсов, которые могли бы способствовать их эмоциональной стабилизации и адаптации [3].

Дополнительным аспектом актуальности проблемы является влияние дезинформации и пропаганды, которые могут подрывать доверие семей к предоставляемым мерам поддержки. В условиях современных информационных угроз особенно важно обеспечить открытость, прозрачность и эффективность социальных и психологических программ, направленных на укрепление благополучия семей военнослужащих.

Таким образом, актуальность данной темы обусловлена необходимостью комплексного подхода к оказанию поддержки семьям участников СВО, которая включает как материальную помощь, так и профессиональную психологическую поддержку. Решение этих во-

просов важно не только для улучшения качества жизни таких семей, но и для укрепления социальной стабильности и сплочённости российского общества в целом.

Мобилизация, прошедшая в России, существенно изменила повседневную жизнь многих семей, чьи близкие выполняют долг перед Родиной. Для поддержки военнослужащих и их родственников в стране введены меры социальной помощи, которые охватывают жён, детей и родителей участников специальной военной операции (СВО). Под социальной поддержкой подразумеваются действия, реализуемые органами соцзащиты, направленные на помощь гражданам, нуждающимся в содействии, в соответствии с законодательством. Такая помощь делится на два основных направления: материальную и моральную (психологическую) [1].

Семьи участников СВО, особенно в отсутствие мужчин, сталкиваются с бытовыми и хозяйственными трудностями. Для их решения предусмотрены федеральные и региональные льготы, а также финансовые выплаты. Однако не менее важна психологическая помощь, ведь эмоциональное состояние членов семьи напрямую влияет на их способность справляться с вызовами. Тревоги и страхи, связанные с нахождением близких в зоне боевых действий, могут накапливать напряжение, вызывая психологические проблемы.

Психологические трудности, как правило, связаны с заикленностью на негативных переживаниях и мыслях, что может проявляться в раздражительности, неспособности адаптироваться к новым условиям, сниженной самокритике и резких перепадах настроения. В таких случаях особенно важна своевременная психологическая поддержка, которая помогает снять эмоциональное напряжение, улучшить качество жизни и развить личную эффективность в решении сложных ситуаций.

Однако предоставление психологической поддержки сталкивается с рядом препятствий. Среди основных причин сопротивления можно выделить:

1. **Стигматизация психологической помощи.** Семьи зачастую воспринимают обращение за помощью как признак слабости, что препятствует их готовности взаимодействовать со специалистами.

2. **Неверие в эффективность изменений.** Накопленный опыт неудачных попыток справиться с проблемами может вызывать апатию и чувство беспомощности.

3. **Дефицит времени.** Работающие матери часто не могут выделить время для встреч с психологом, опасаясь, что процесс будет долгим и трудным.

4. **Недоверие к специалистам.** Люди могут стесняться делиться своими переживаниями, опасаясь осуждения или не веря в компетентность психологов.

Для преодоления сопротивления важно наладить контакт с семьёй. Это может быть сделано двумя способами:

1. **Прямой контакт** — специалист лично обращается к семье, осуществляет патронаж или приглашает на консультацию. Такой подход эффективен, если семья ранее имела положительный опыт взаимодействия с психологами.

2. **Опосредованный контакт** — помощь оказывается через третьих лиц, таких как родственники или друзья, имеющие опыт преодоления подобных ситуаций. Также могут быть полезны группы поддержки, состоящие из семей военнослужащих, которые прошли через схожие испытания.

Групповые обсуждения позволяют участникам не только поделиться своими переживаниями, но и найти поддержку у тех, кто сталкивается с аналогичными проблемами. Групповая работа способствует снятию напряжения, устранению чувства изоляции и помогает участникам совместно вырабатывать стратегии преодоления трудностей. В процессе дискуссии возникают как критические замечания, так и полезные советы, что позволяет рассматривать проблему с разных сторон [5].

Для повышения эффективности психологической помощи рекомендуется:

- Организовывать групповые занятия перед индивидуальной работой, чтобы снизить сопротивление и напряжение.
- Пересмотреть график работы социальных служб, предоставляя возможность получения помощи в выходные дни.
- Развивать комплексные программы, включающие тренинги для матерей и мастер-классы для детей с привлечением волонтеров.

Поддержка семей участников СВО требует внимательного и комплексного подхода. Устранение барьеров на пути к психологической помощи и создание благоприятных условий для её предоставления помогут семьям легче адаптироваться к изменениям и справляться с возникающими трудностями. В связи с вышеизложенным важно подчеркнуть следующее:

1. Необходимость комплексной поддержки. Поддержка семей участников СВО должна быть комплексной, сочетая материальную помощь с психологической поддержкой. Только такой подход может обеспечить их полноценную адаптацию к изменившимся условиям жизни.

2. Роль психологической помощи. Эффективная психологическая поддержка играет ключевую роль в снижении эмоционального напряжения, преодолении тревог и формировании устойчивости к стрессу. Работа с семьями требует индивидуального подхода и создания комфортных условий для обращения за помощью.

3. Преодоление барьеров в получении помощи. Основные препятствия, такие как стигматизация обращения за помощью, недоверие к специалистам и нехватка времени, должны быть устранены через информационные кампании, расширение графика работы социальных служб и развитие форм групповой поддержки.

4. Групповая работа как эффективный инструмент. Групповая психологическая поддержка позволяет не только снизить чувство одиночества, но и укрепить взаимопомощь среди семей участников СВО. Обсуждение схожих проблем в группе помогает выявить внутренние конфликты, снизить сопротивление и повысить доверие к процессу оказания помощи.

5. Улучшение работы социальных служб. Необходимы изменения в организации работы социальных служб, включая адаптацию графиков для работающих членов семей, привлечение волонтеров к проведению мероприятий и разработку программ, сочетающих психологическую поддержку с социальными активностями.

6. Укрепление семейных ценностей. Психологическая поддержка не только решает острые проблемы, но и способствует укреплению семейных ценностей, что важно для долгосрочной социальной стабильности и гармонии в обществе [4].

Реализация указанных мер позволит повысить качество жизни семей участников СВО, укрепить их эмоциональное состояние и создать условия для успешной адаптации к новым жизненным реалиям. Это станет важным шагом в обеспечении социальной стабильности и укреплении доверия граждан к системе социальной защиты.

Список литературы

1. Соцпомощь семьям участников СВО в 2023 году <https://www.vbr.ru/sovety/help/socponosh-semyam-mobilizovannyh/>

2. Маева Л. В. Социальная работа с неблагополучными семьями: Учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений социально-педагогического профиля, социальных педагогов общеобразовательной школы и работников социальных служб. Орел: ОГУ: 2009. 40 с.

3. Маева Л.В. Социально-психологическая поддержка семей мобилизованных участников СВО. В сборнике: Перспективы отраслевого взаимодействия в комплексной реабилитации. Материалы VI Международной научно-практической конференции. Орёл, 2024. С. 244-248.

4. Калинкина М.А., Воротников А.М. Семейная политика аэро в условиях сво: как поддерживаются семьи военнослужащих в арктике (на примере архангельской области). Арктика 2035: актуальные вопросы, проблемы, решения. 2023. № 2 (14). С. 93-98.

5. Редикульцева Е.Н. Социальная поддержка для семей мобилизованных граждан и участников сво: региональные меры Кировской области / Редикульцева Е.Н., Гарифов А.Ф., Караваев А.И.// Актуальные проблемы социально-экономического развития современного общества. Материалы V международной научно- практической конференции. Киров, 2024. С. 698-702.

Платонова Яна Степановна
ассистент кафедры психологии личности,
Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, y.platonova@spbu.ru
Зиновьева Елена Викторовна
кандидат психологических наук, доцент,
Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, e.zinovieva@spbu.ru

**ЖИЗНЕННЫЙ ОПЫТ КАК ПРОТЕКТИВНЫЙ ФАКТОР
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЛЕНОВ
СЕМЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ,
МОБИЛИЗОВАННЫХ НА СВО**

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению жизненного опыта как протективного фактора психологического благополучия членов семей военнослужащих, мобилизованных на специальную военную операцию (СВО). В статье проанализированы результаты пилотажного исследования, включавшего контент-анализ интервью с членами семей мобилизованных военнослужащих, опубликованные в средствах массовой информации. Показана значимость процессов дифференциации, интеграции и согласованности жизненного опыта в адаптации членов семей военнослужащих к новым жизненным обстоятельствам.

Ключевые слова: жизненный опыт, протективные факторы, дифференциация, интеграция и согласованность жизненного опыта, психологическое благополучие, семьи военнослужащих.

Platonova Yana Stepanovna
Zinovyeva Elena Viktorovna

**LIFE EXPERIENCE AS A PROTECTIVE FACTOR
OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF FAMILY MEMBERS
OF MILITARY PERSONNEL MOBILIZED FOR A SPECIAL
MILITARY OPERATION**

Annotation. The article is devoted to the consideration of life experience as a protective factor of psychological well-being of family members of military personnel mobilized for a special military operation. The article analyzes the results of a pilot study, which included a content analysis of

interviews with family members of mobilized military personnel published in the media. The importance of the processes of differentiation, integration and consistency of life experience in the adaptation of military family members to new life circumstances is shown.

Keywords: life experience, protective factors, processes of differentiation, integration and consistency, psychological well-being, military families.

Психологическое сопровождение близких родственников военнослужащих, мобилизованных на СВО, представляет собой важный аспект социально-психологической поддержки, которую необходимо оказывать в целях сохранения их психологического благополучия, которое в свою очередь, будет являться условием позитивной реадаптации самих участников СВО. Во время военных действий такие семьи сталкиваются с множеством стрессоров, включая неопределенность, страх за безопасность близкого, финансовые трудности и т.п.

Традиционно, научные исследования, посвященные проблеме переживания опыта экстремальных, травматических жизненных ситуаций, сосредотачивались на изучении факторов риска [2, 8], приводящих к психологическим трудностям и снижению качества жизни. Однако акцент на негативных аспектах не всегда предоставляет полное понимание того, за счет каких психологических ресурсов люди, особенно члены семей мобилизованных, могут поддерживать свое психологическое здоровье и устойчивость в условиях стресса и неопределенности.

Сегодня, на наш взгляд, представляется актуальным смещение акцента исследований на выявление тех возможностей личности, которые помогают противостоять негативным последствиям сложных ситуаций, в том числе связанных с военными действиями. На сегодняшний день в психологической литературе уже ведется активная работа по разработке понятий, описывающих содержание этого проблемного поля (психологические ресурсы устойчивости (Леонтьев, 2016), резилентность (Masten, 2011), жизнестойкость (Мадди, 1994) и др.).

Для обозначения факторов, характеризующих устойчивость личности в сохранении и поддержании своего психологического благополучия, в научном дискурсе используется понятие «протективные факторы». Протективные факторы – это факторы, которые способствуют, благоприятствуют и обеспечивают защитный эффект для осуществления жизнедеятельности человека [6].

Изучение таких факторов в контексте ситуации в которой оказались члены семей мобилизованных, позволит выявить их потенциал справляться с вызовами и неопределенностью в условиях специальной военной операции.

В качестве одного из важнейших протективных факторов мы предлагаем рассматривать фактор жизненного опыта личности, так как он играет многогранную роль в жизни человека и выполняет ряд важных функций (защитную, адаптационную, регулирующую).

Исследования показывают, что люди, обладающие разнообразным жизненным опытом, имеют более высокую способность справляться с вызовами и стрессом [7]. Однако, важным выступает не просто наличие жизненного опыта, а его полнота и осмысленность, раскрывающаяся через процессы, дифференциации, интеграции и согласованности.

Так, дифференциация создает основу для интеграции, позволяя человеку более четко различать различные аспекты своего опыта. В свою очередь интеграция дает возможность человеку создавать последовательный нарратив своего опыта, объединяя различные аспекты этого опыта в единое целое. И, наконец, согласованность характеризуется отсутствием внутренних конфликтов и противоречий между интегрированными аспектами опыта, что способствует психологическому благополучию и устойчивости личности [9, 10].

В пилотажном исследовании, нами была подвергнута проверке гипотеза, что жизненный опыт, структура которого, характеризуется высоким уровнем дифференциации, интеграции и согласованности может выступать, в качестве протективного фактора, способствующего поддержанию психологического благополучия членов семей военнослужащих, мобилизованных на СВО в условиях стресса и жизненных трудностей.

Исследование проводилось на основе анализа интервью, опубликованных в различных СМИ, включая журналы и интернет-платформы. Выборка включала 15 интервью, охватывающих мнения и переживания членов семей военнослужащих, мобилизованных на СВО. Основное внимание уделялось описанию участниками своего жизненного опыта. Интервью анализировались с использованием качественного контент-анализа, что позволило выделить ключевые темы и аспекты, связанные с процессами дифференциации, интеграции и согласованности их жизненного опыта.

Результаты исследования.

Анализ, опубликованных в СМИ интервью семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, позволил выделить несколько ключевых тем, касающихся роли жизненного опыта в совладании со сложившейся ситуацией. Так, участники интервью отмечали важность со-разделения своего опыта с опытом других людей, а также, обмен опытом с людьми, находящимися в схожей ситуации. Они подчеркивали также значимость эмоциональной поддержки со стороны близких и сообществ. Например, одна из матерей мобилизованного в интервью отмечала: «Мы создали группу поддержки в нашем районе. Когда я вижу, что другие семьи проходят через то же самое, это придает мне сил и уверенности». Другие участники также добавляли: «Справляться с переживаниями и трудностями легче, когда рядом те, кто тебя всегда поймет», «Справляться с эмоциональным напряжением помогают другие солдатские жены» и т.д.

Такое обращение к жизненному опыту других людей может играть важную роль в процессе адаптации и преодолении трудностей через чувство принадлежности и укрепление социальных связей: «Общение с другими матерями, чьи сыновья служат, помогает мне чувствовать, что я не одна в этой ситуации». Причем, в процессе такого обращения к опыту другого жизненный опыт самого человека не просто расширяется, но и интегрируется и осмысливается: «Мы рассказываем свои истории, делимся друг с другом своим опытом. И тогда начинаешь понимать, что ты не одна, и становится легче».

Участники интервью также отмечали, что еще одним важным ресурсом для них выступает осознание и различение своих переживаний. Так, одна из участниц поделилась: «Я поняла, что могу чувствовать одновременно страх и гордость за своего мужа. Это осознание помогло мне не теряться в своих чувствах». Важным представляется видение участниками отдельных деталей, частей переживаемой ситуации в своем жизненном опыте, в том числе противоположных (процесс дифференциации и интеграции): «Мне открылась еще одна истина: мой муж ушел на СВО, чтобы жить, а не умирать. И я тоже должна жить». Многие родственники отмечали изменение в восприятии себя и своих ролей. Так, жена одного мобилизованного призналась: «Раньше я была просто женой и матерью, а теперь чувствую себя опорой всей семьи. Мне пришлось научиться решать вопросы, которые раньше были на муже».

Многие участники интервью говорили и о важности создания целостного нарратива относительно своего опыта (процесс интеграции):

«Я сейчас могу спокойно говорить, что мужа забрали по повестке, а на прошлой неделе не могла произнести это без слез», «Не прекращающиеся в первые дни слезы сегодня сменились принятием».

Такой процесс дифференциации и интеграции индивидуального опыта, как отмечала М.А. Холодная (2015), выступает основой психологического роста и проявляется в способности личности быть гибкой, креативной и ориентироваться на свой имеющийся опыт [4].

Переход от менее дифференцированным к более дифференцированным частям опыта с их последующей интеграцией в единое целое обеспечивает развитие жизненного опыта. Причем, при встраивании интегрированных элементов опыта, в результате переживания критических ситуаций, в уже сформированную систему жизненного опыта, возникает необходимость изменения уже ранее сформированных элементов. Такой процесс будет требовать согласования новых аспектов опыта с ранее сформированными [1]. Возникающее чувство связанности и согласованности, по мнению многих исследователей [3; 5], выступает как один из факторов стрессоустойчивости и жизнестойкости личности.

Полученные данные подтверждают значимость процессов дифференциации, интеграции и согласованности жизненного опыта в адаптации личности к новым жизненным обстоятельствам. Семьи мобилизованных сталкиваются с необходимостью переосмысления своих ролей, ценностей и отношения к миру. Процессы дифференциации, интеграции и согласованности жизненного опыта могут выступать основными механизмами в развитии и адаптации личности. Понимание данных процессов будет важно для разработки психологической поддержки и помощи тем, кто сталкивается с сложными жизненными ситуациями.

В дальнейшем планируется провести основное исследование с членами семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, с целью изучения протективных факторов, которые могут участвовать в сохранении и поддержании психологического благополучия таких семей.

Список литературы

1. Александров Ю.И. Дифференциация и развитие // Теория развития: Дифференционно-интеграционная парадигма /сост. НИ Чуприкова. - М.: Языки славянских культур. 2009. С. 17-28.
2. Дымова Е.Н. Специфика психологического благополучия и психологической безопасности в трудных социальных условиях //

Экопсихологические исследования: экология детства и психология устойчивого развития. 2020. №6. С. 197-201.

3. Осин Е.Н. Чувство связности как показатель психологического здоровья и его диагностика // Психологическая диагностика. 2007. Т. 3. №. 1. С. 22.

4. Холодная М. Когнитивные стили. О природе индивидуально-го ума. - Litres, 2015. - 424 с.

5. Antonovsky A. How people manage stress and stay well // Unraveling the Mystery of Health. 1987. P. 127-139.

6. Fergus S., Zimmerman M.A. Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk // Annual review of public health. 2005. Vol. 26. №. 1. P. 399-419.

7. Kumpfer K.L. Outcome measures of interventions in the study of children of substance-abusing parents // Pediatrics. 1999. Vol. 103. №. 2. P. 1128-1128.

8. Milman E. Modeling pandemic depression and anxiety: The mediational role of core beliefs and meaning making // Journal of affective disorders reports. 2020. Vol.2. P. 9.

9. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of personality and social psychology. 1989. Vol. 57. №. 6. P. 1069.

10. Ryff C.D., Singer B. Flourishing under fire: Resilience as a prototype of challenged thriving. – 2003.

Польшакова Ирина Николаевна
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей психологии и психологии личности
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»,
г. Ставрополь E-mail: iren977@yandex.ru

Гайшун Татьяна Александровна,
студентка 5 курса специальности
37.05.02 Психология служебной деятельности
специализация «Психологическое обеспечение
служебной деятельности в экстремальных ситуациях»
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»,
г. Ставрополь E-mail: tatianagaishun1@gmail.com

ПРОФИЛАКТИКА НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ НЕУСТОЙЧИВОСТИ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ-УЧАСТНИКОВ СВО

Аннотация. В статье раскрывается понятие нервно-психической неустойчивости, рассматриваются причины и факторы, формирующие нервно-психическую неустойчивость (далее по тексту НПН) у военнослужащих – участников СВО, описаны результаты проведённого эмпирического исследования с целью выявления частоты встречаемости нервно-психической неустойчивости у военнослужащих и даны рекомендации по психологической профилактике.

Ключевые слова: нервно-психическая устойчивость, нервно-психическая неустойчивость, срывы деятельности, психологическая профилактика, психологическая помощь.

*Polskova Irina Nikolayevna
Gayshun Tatiana Alexandrovna*

PREVENTION OF NEUROPSYCHIATRIC INSTABILITY IN SERVICEPARTICIPANTS OF THE ARMED FORCES IN THE ARMED CONFLICT

Annotation. The article reveals the concept of neuro-psyhic instability, considers the causes and factors that form neuro-psyhic instability (hereinafter referred to as NPA) in servicemen - participants of the military service, describes the results of an empirical study to identify the frequency

of neuro-psychic instability in servicemen and gives recommendations for psychological prevention.

Key words: neuro-psychic stability, neuro-psychic instability, activity disruptions, psychological prevention, psychological assistance.

Воинское дело требует высококвалифицированной подготовки, наличие специальных знаний и умений, предъявляет высокие требования к психической устойчивости военнослужащих в различных ситуациях, условиях в которых необходимо быстрое реагирование и эффективная мобилизация внутренних ресурсов. В обычной жизненной обстановке реакции людей осуществляются автоматически, без особого напряжения, но в экстремальной ситуации, в ситуации служебно-боевой деятельности необходимо быстро принимать решения, прилагать сверхвозможные усилия, которые во многом зависят от нервно-психической устойчивости. В связи с этим возрастает интерес к проблеме диагностики нервно-психических расстройств, возникающих у военнослужащих в процессе профессиональной деятельности. Оценка нервно-психической-устойчивости и выявление военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью является одним из основных направлений деятельности психологической службы Вооруженных сил РФ [5].

Понятие нервно-психической неустойчивости было предложено в 1978 году Л.И. Спиваком. Он рассматривал НПН как склонность к срывам в деятельности нервной системы при значительном психическом и физическом напряжении [3].

Т.Н. Берг сформулировала собирательное определение нервно-психической неустойчивости военнослужащих как «комплекса состояний психической деятельности, определяющего склонность к срывам в условиях психофизических нагрузок». Определение объединяет в себя как предпатологические, так и патологические особенности личности, которые характеризуются низкой эффективностью деятельности, сниженной адаптацией, скрытыми нарушениями волевой, эмоциональной и интеллектуальной регуляции. Наиболее часто НПН наблюдается при пограничных состояниях, акцентуациях характера, при личностных и когнитивных нарушениях, наркомании, алкоголизме и некоторых других психических заболеваниях [2].

Главные причины, формирующие нервно-психическую неустойчивость: биологические факторы – особенности развития индивида, травмы головного мозга, соотношение нервных процессов, которые влияют на выраженность и проявление основных свойств нервной

системы, и приводят к ухудшению нервно-психической регуляции; социальные факторы – изменение условий жизни и воспитания, негативное влияние социального окружения, недостаточная социальная зрелость; психологические факторы – степень подверженности психотравмирующему влиянию боевой деятельности; личностные особенности, приводящие к нарушению познавательной сферы и эмоционального регулирования [4].

Анализируя работы Т.Н. Берг, Ю.А Александровского и др., можно выделить основные признаки нервно-психической неустойчивости у военнослужащих:

1. Личностные особенности, поведение и психологические состояния: замкнутость, стремление к уединению, изолированность от коллектива, ощущение внутренней пустоты, беспомощности, эмоциональная ригидность; конфликтность, демонстративное поведение, чрезмерная болтливость, вопросы и ответы не по существу, чрезмерная мечтательность; неспособность сдерживать или управлять своими чувствами, поступками, желаниями, сбой в профессиональной деятельности; инфантильность, ограниченность, узость интересов.

2. Предпатологические и патологические нарушения: рассеянность, апатия, резкие перепады настроения, повышенная утомляемость, раздражительность, суетливость, хаотичные движения; повышенное сердцебиение, нарушение ритма дыхания, частые головные боли; навязчивые мысли, странные необоснованные поступки; ухудшение психических процессов (восприятия, памяти, неадекватность внимания).

3. Склонность к девиантному поведению: тяга к употреблению токсических веществ и наркотических веществ; тяга к различным играм, ставкам, прогнозам с целью получения денежной прибыли; суицидальные высказывания, намерения и попытки и др.

Существуют основные этапы по выявлению военнослужащих с признаками нервно-психической неустойчивости [5].

Первый этап - организация и проведения профессионального психологического отбора кандидатов на службу в Вооруженные силы.

Второй этап - выявление военнослужащих с признаками развития и уже имеющейся нервно-психической неустойчивостью. С помощью таких анкет как «Прогноз 2» (В.Ю. Рыбников), «Нервно-психическая неустойчивость» (Г.И. Крамаренко, И.С. Рудовой), опросников «Характерологические акцентуации личности нервно-психическая неустойчивость» (Д.И. Шпаченко), «Нервно-психическое напряжение» (А. Т.Немчин), многоуровневый личностный опросник «Адаптивность»

(МЛО-АМ) (А.Г.Маклаков, С.В.Чермянин) и другие. Организация работы по выявлению военнослужащих с признаками нервно-психической неустойчивости должна предусматривать плановые мероприятия в период прибытия пополнения в военную часть.

Третий этап - психологическое и медицинское наблюдение за военнослужащими с нервно-психической неустойчивостью, с целью контроля текущего состояния, и дальнейшая профилактика негативных состояний у военнослужащих.

В связи с актуальностью данной проблемы, нами было проведено эмпирическое исследование, целью которого явилось выявление нервно-психической неустойчивости у военнослужащих СВО.

Методика исследования. В исследовании приняли участие 56 военнослужащих войск Национальной гвардии РФ - участники СВО (более 6 месяцев), в возрасте от 23 до 40 лет. Для измерения были использованы: опросник «Нервно-психическая неустойчивость – Акцентуации (НПН-А)» (К.Н.Поляков, А.Н. Шлушко), который предназначен для выявления нервно-психической неустойчивости и некоторых акцентуаций характера; анкета «Прогноз 2» (В.Ю. Рыбников), предназначенная для первоначального ориентировочного выявления лиц с признаками нервно-психической неустойчивости. Для обработки результатов исследования были использованы методы математической статистики: подсчет данных описательной статистики, критерий ранговой корреляции Спирмена [2].

Результаты исследования. С помощью анкеты оценки НПУ: Прогноз-2 В.Ю. Рыбникова были получены следующие данные (рис.1): 48% военнослужащих имеют высокий уровень нервно-психической устойчивости, характеризующийся низкой вероятностью срывов деятельности и дезадаптации, таких военнослужащих можно рекомендовать на должности, требующих высокого уровня НПУ. У 35% исследуемых выявлен средний уровень НПУ, когда существует умеренная вероятность кратковременных нервно-психических срывов военнослужащих в напряженных экстремальных ситуациях. У 17% военнослужащих — низкий уровень НПУ, характеризующийся высокой вероятностью нервно-психических срывов, которые сопровождаются неадекватным поведением и психическими реакциями, изменением самооценки и (или) искажением восприятия при значительных психических и физических нагрузках.

В результате исследования нервно-психической неустойчивости и акцентуации характера по опроснику НПН-А (К.Н. Поляков, А.Н. Шлушко) установлено (рис. 2), что у 8% опрошенных выявлен высокий уровень нервно-психической неустойчивости ($8,26 \pm 1,14$ стэнов), что говорит о явных признаках нервно-психической неустойчивости, характер которой уточняется при интерпретации профиля личности военнослужащего.

9% военнослужащих продемонстрировали средний уровень НПН ($4,63 \pm 1,59$ стэнов), характеризующихся снижением приспособляемости личности военнослужащего к условиям служебно-боевой деятельности и склонностью к нарушениям дисциплины.

Результаты ранговой корреляции Спирмена позволили нам выявить достоверные связи между уровнем НПН и акцентуацией характера, так отмечается зависимость нервно-психической неустойчивости с психастенией ($r = 0,45$ при $p < 0,05$) и паранойей ($r = 0,34$ при $p < 0,05$) (Табл. 1).

Таблица 1.

Корреляционный анализ показателя, характеризующего нервно-психическую неустойчивость и ее отдельных признаков у военнослужащих

Показатели	НПН	Истерия	Психастения	Психопатия	Паранойя	Шизофрения
НПН	1,00	0,00	0,45	0,21	0,34	0,24

Таким образом, для военнослужащих с высоким уровнем нервно-психической неустойчивости и психастенией характерны: быстрая истощаемость и утомляемость, низкий уровень адаптационных возможностей, сомнения в правильности своих решений и поступков в процессе служебно-боевой деятельности, избегание ответственных задач. Для военнослужащих с высоким уровнем НПН и паранойей характерны: чрезмерная стойкость аффекта со склонностью к формированию сверхценных идей, неустойчивость поведения, определяемая то одним, то другим «застреванием», высокая конфликтность, принципиальность, негибкость.

Исходя из результатов исследования, показавшего частоту встречаемости НПН у военнослужащих – участников СВО, важная роль в практической работе специалистов-психологов отводится оценке уровня нервно-психической устойчивости и выявлению лиц с признаками нервно-психической неустойчивости. В связи с этим, возникает потребность в психологической профилактике для предотвращения появления и развития негативных нервно-психических состояний, оказывающие влияние на служебно-профессиональную деятельность.

Психологическая профилактика НПН проводится при тесном сотрудничестве психологов, медицинских работников, непосредственных командиров и командиров по воспитательной работе. При этом важны меры по психопрофилактической работе с данными военнослужащими: уважительное отношение к их чувствами и мыслям, доброжелательное отношение к военнослужащим; создание благоприятного морально-психологического климата в воинских коллективах; предупреждение конфликтов, создание доброжелательной атмосферы и взаимопомощи среди военнослужащих; временное, частичное или полное освобождение от несения службы или физической нагрузки; знание наиболее типичных ситуаций, в которых поведение военнослужащих с признаками нервно-психической неустойчивости может быть неадекватным; недопущение использования информации способной навредить.

От морально-психологического климата воинского коллектива зависит психологическое состояние военнослужащего. Оно может быть различным: вселять уверенность, мотивировать к выполнению сложных служебно-боевых задач или воздействовать угнетающе, снижать мотивацию и активность, приводить к серьезным ошибкам в работе [7]. Вследствие этого, важной мерой профилактики нервно-психического неустойчивости является поддержание оптимального уровня морально-психологического климата. Эта работа начинается с

изучения и оценки истинного состояния морально-психологического климата, изучение взаимоотношений между военнослужащими, их совместимости, наличие конфликтных ситуаций, особенности коллективных настроений, мнений и т.д. Далее специалистом выстраивается план работы с выявленными особенностями и разрабатывается программа улучшения морально-психологического климата коллектива.

Немало важную роль в развитии нервно-психической неустойчивости играет подготовленность военнослужащего. Зачастую в экстремальных ситуациях, в условиях выполнения служебно-боевых задач, служащие испытывают как физический, так и психологический дискомфорт. Здесь играет большую роль физическая и психологическая подготовленность. В свою очередь, психологическая подготовленность – своеобразный фундамент активных действий в непривычных условиях, способность своевременно и правильно выявлять угрозы и реагировать на них, быть уверенным в себе и своих действиях, который заблаговременно формируется у военнослужащих [8]. В основе психологической подготовки лежит формирование психологических знаний у военнослужащих о своих психологических особенностях, регуляции психических состояний, возникающих в экстремальных условиях служебной деятельности, а также формирование навыков поведения в данных условиях. Для этого воин должен чувственно наполнить психический образ модели служебно-боевой деятельности. В этих условиях можно использовать методы, позволяющие закрепить необходимых профессионально важные качества. Они могут включать в себя: физические и спортивные упражнения, тренировки на специальных тренажерах, имитаторах, учебных полях; психологические упражнения для целенаправленного развития познавательных, эмоциональных и волевых способностей и др.

Соблюдение режима труда и отдыха является одним из основных факторов, воздействующих на появление нервно-психической неустойчивости. Воинский труд существенно отличается от трудовой деятельности гражданского населения. Одной из важнейших его особенностей – возникновение своеобразных конфликтных ситуаций между текущим функциональным состоянием и требованиями, которые предъявляет деятельность. Все это требует повышенного контроля и своевременного вмешательства для обеспечения высокой работоспособности личного состава.

Таким образом, служебные ситуации, предъявляющие повышенные требования к подготовке военнослужащих, могут вызывать нега-

тивных последствия. Военнослужащие – участники СВО, пережившие череду стрессов и психотравмирующих ситуаций, подвергаются пессимистическим настроениям, у них могут возникнуть различные фобии, панические атаки. Агрессивное поведение, нарушение уставных форм поведения. Некоторые военнослужащие могут испытывать трудности в адаптации к обычным условиям профессиональной деятельности. В связи с этим подчеркивается важность и необходимость психологического сопровождения (помощи). В качестве такой помощи может выступать психологическая диагностика, проводимая для выявления военнослужащих с признаками психических расстройств, дезадаптацией и психологическая поддержка, направленная на актуализацию имеющихся/создание дополнительных психологических ресурсов для преодоления негативных последствий, разнообразных психотравмирующих ситуаций в служебно-боевой деятельности.

Список литературы

1. Белов, В.В. Методы оценки нервно-психической устойчивости военнослужащих/ В.В. Белов, А.В. Корзунин, В.В. Юсупов, Д.В. Костин// Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина.-2014.-№3.-С.75-88.
2. Берг Т.Н. Нервно психическая неустойчивость и способы ее выявления Владивосток: Мор.гос. ун-т, 2005. 63 с.
3. Крамаренко Г.И., Рудой И.С. Нервно-психическая неустойчивость у военнослужащих срочной службы: лекция; под ред. Л.И. Спивака. Л.: ВМедА, 1984.- 29 с.
4. Маркелова Т.В. Теоретико-методологические проблемы заблаговременной устойчивости будущих офицеров запаса к условиям военно-профессиональной деятельности: Монография М.:Изд-воСГУ, 2011.-257 с.
5. Психологическое обеспечение служебной деятельности: курс лекций: Направление подготовки 37.05.02 Психология служебной деятельности; Специализации "Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях", "Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности". Квалификация выпускника - специалист / Сев.-Кав. федер. ун-т; авт.: И. В. Белашева, И. Н. Польшакова, М. Л. Есаян. - Ставрополь: СКФУ, 2018. - 178 с.
6. Рыбников В.Ю. Психологическое прогнозирование надежности деятельности и пептидная регуляция состояния специалистов экстремального профиля: Монография/ В.Ю. Рыбников и др. – СПб.:Санкт-Петербургский университет МВД России, 2000.-205 с.

7. Чермянин С.В., Корзунин В.А., Юсупов В.В. Методологические аспекты диагностики нервно-психической неустойчивости у специалистов экстремальных видов деятельности // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. - 2008. -№ 6. - С. 49-54.

8. Шмыков В. И. Концепция психологического сопровождения психической устойчивости и профессиональной адаптации сотрудников органов внутренних дел. Пермь, 2006. 168 с.

*Полякова Ольга Борисовна,
кандидат психологических наук, доцент,
Центр психологии развития,
Москва, rob-70@mail.ru*

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, ПЕРЕЖИВШИХ ГОРЕ: МЕТА-АНАЛИЗ SCOPUS 2024

Аннотация: Мета-анализ научных статей Scopus 2024 дал возможность выделить приоритеты проблемы ПТСР несовершеннолетних, переживших горе: интернет-когнитивно-поведенческая терапия; методы обучения восстановлению; музыкальная терапия; психосоциальные вмешательства; социальные и медицинские последствия; цифровые вмешательства.

Ключевые слова: посттравматическое стрессовое расстройство, несовершеннолетние, горе, травма, утрата.

Polyakova Olga Borisovna

POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER IN BEREAVED ADOLESCENTS: A META-ANALYSIS SCOPUS 2024

Abstract: A meta-analysis of Scopus 2024 scientific articles made it possible to identify priorities in the problem of PTSD in adolescents who have experienced grief: behavioral-music therapy; psychosocial-digital interventions; recovery-social-medical consequences.

Keywords: post-traumatic stress disorder, minors, grief, trauma, loss.

Новым теоретически и практически значимым является осуществленный мета-анализ 206 зарубежных работ, опубликованных в сис-

теме международного научного цитирования Scopus на платформе ScienceDirect в 2024 году. В соответствии с целью исследования отобраны 6 научных статей, ранее не переводившихся на русский язык и не подвергавшихся анализу. Проведена систематизация зарубежных научных публикаций за 2024 год с последующим определением приоритетов проблемы ПТСР несовершеннолетних, переживших горе, что находит неподдельный научный интерес для практических психологов и педагогов, работающих с детьми и молодежью и оказывающих им психолого–педагогическую помощь, направленную на нивелирование симптоматики ПТСР [2] и кризисных состояний [1].

При определении эффективности психосоциальных вмешательств при симптомах горя у детей и подростков, потерявших близких Hanauer С. И др. [7] отмечают, что проведен систематический обзор, просматривая PsycINFO, PsycARTICLES, PubMed, MEDLINE, PSYNDEX, WebofScience, CINAHLиERIC. Мета-анализ случайных эффектов изучал влияние вмешательств на симптомы горя, посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и депрессии в контролируемых и неконтролируемых исследованиях. Отобрано 39 исследований ($n=5,578$). Последующие профилактические вмешательства продемонстрировали значительный эффект на горе (неконтролируемые исследования: $g=0,29$, 95%ДИ [0,09; 0,48]; контролируемые исследования: $g=0,18$, 95%ДИ [0,03; 0,32]). Для симптомов ПТСР и депрессии только неконтролируемые профилактические исследования дали значимые эффекты (ПТСР: $g=0,24$, 95%ДИ [0,11; 0,36]; депрессия: $g=0,28$, 95%ДИ [0,10; 0,45]). Вмешательства, нацеленные на детей и подростков с повышенным дистрессом, связанным с горем, продемонстрировали значимый эффект в неконтролируемых исследованиях по горю ($g=1,25$, 95%ДИ [0,94; 1,57]), ПТСР ($g=1,33$, 95%ДИ [0,85; 1,82]) и депрессии ($g=0,61$, 95%ДИ [0,45; 0,77]). Контролируемый размер эффекта можно рассчитать только для симптомов ПТСР ($g=0,71$, 95%ДИ [0,15; 1,27]). Психосоциальные вмешательства могут смягчить симптомы горя у детей и подростков, пережившей утрату, особенно когда они нацелены на детей и подростков с повышенным уровнем горя. Эффекты, наблюдаемые в неконтролируемых исследованиях, существенно снижаются при контроле естественного течения утраты.

При установлении психологических последствий травм, полученных детьми и подростками, и эффективности «методов обучения восстановлению» (МОВ) для детей и подростков, подвергшихся травме, AbbasS. и др. [3] подчеркивают, что исследование состоит из

2 частей: 1) направлено на выяснение связи между детской травмой (ДТ) и посттравматическим стрессом и депрессивными симптомами (ПТСР) у детей и подростков, подвергшихся пожарам и террористическим атакам. Невероятно высокая преднамеренная выборка использовалась, в которой 80 участников (45 мальчиков и 35 девочек) в возрасте 8-17 лет были отобраны из Joseph Colony и Yohanabad Christian Community of Lahore; 2) направлено на оценку МОВ у детей и подростков, подвергшихся террористическим атакам. Результаты выявили значительную положительную связь между ДТ и ПТСР у детей и подростков, подвергшихся пожарам и террористическим атакам. Существенные различия обнаружены между 2 группами в симптомах ПТСР, испытываемых участниками. Участники, подвергшиеся террористическим атакам, испытывали больше симптомов ПТСР, чем пожары. Возраст и близость к травмирующему инциденту были значимыми предикторами симптомов ПТСР. Вмешательство проводилось в течение 5 сессий в воскресной школе Christ Church Yohanabad Lahore, и результаты были многообещающими. Значительное улучшение после вмешательства снижает симптомы ПТСР у детей и подростков. Результаты исследования могут быть применены к другим подобным травмам, вызванным человеком и природой, в будущем.

При изучении социальных и медицинских последствий военных действий для детей и подростков Badanta B. и др. [4] указывают, что систематический обзор из PubMed, Scopus, CINAHL, PsycINFO, Web of Science и VirtualHealthLibrary (BVS Spain). Из 134 публикаций, соответствующих критериям поиска, включено 23, разделенных на 3 отдельных домена: проблемы общественного здравоохранения для физического и психического здоровья детей и подростков; нехватка ресурсов здравоохранения и инициатив по смягчению страданий; политика, правительство и права детей. Военные действия серьезно влияют на жизнь и здоровье детей, что приводит к ухудшению физического и психического здоровья и создает ситуацию лишения. Для преодоления таких проблем предложены: прием беженцев, оказание поддержки в области психического здоровья, восполнение нехватки ресурсов и разработка политики по улучшению здравоохранения.

При рассмотрении пересечения травмы и горя, а также музыкальной терапии для поддержки детей и молодежи в период утраты Myers-Coffman K. [8] отмечает, что переживание смерти близкого человека в молодом возрасте само по себе является сложным, и лежащая в основе травма может усложнить тяжелую утрату. Представлены теоретические модели, которые культурно обоснованы, ориенти-

рованы на ресурсы и принимают экологическую, многосистемную линзу. Влияние межличностной травмы, травмы от системного угнетения, коллективной травмы и межпоколенческой травмы исследуется в контексте поддержки утраты. Представлены различные подходы музыкальной терапии для поддержки различных пересечений травмы и горя. Предлагаются вопросы для размышления в поддержку психологической практики для тех, кто стремится оказывать значимую и социально осознанную поддержку детей и молодежи, пережившей травму и утрату. Учитывая высокую распространенность травм и опыта смерти среди детей и молодежи, всем музыкальным терапевтам, независимо от клинических условий, полезно быть информированными о травме и утрате.

При раскрытии роли цифровых вмешательств в психическое здоровье детей и подростков, пострадавших от военных действий, Danese A. и др. [5] подчеркивают, что более 200 миллионов детей и подростков живут в странах, затронутых насильственными конфликтами, имеют трудности в области психического здоровья и доступа к традиционным услугам. Цифровые вмешательства в области психического здоровья могут преодолеть некоторые барьеры в доступе к поддержке в области психического здоровья. Проведен обзор 6843 исследований из MEDLINE, Embase, GlobalHealth, APA PsychInfo и Google Scholar для сопоставления цифровых вмешательств в области психического здоровья, актуальных для детей и подростков, пострадавших от войны, а также изучения силы доказательной базы и предоставления информации для разработки будущих вмешательств. Систематический поиск выявил исследования от оценки цифровых вмешательств в области психического здоровья для детей и подростков, пострадавших от войны, до исследований для пострадавших от стихийных бедствий. Большинство вмешательств направлены на детей, молодежь и родителей или опекунов/попечителей. 1/4 вмешательств протестированы с помощью рандомизированных контролируемых испытаний.

При описании протокола пилотного рандомизированного контролируемого исследования неуправляемой интернет-когнитивно-поведенческой терапии при горевании у подростков Egan S.J. и др. [6] указывают, что горе широко распространено среди подростков, однако не было исследований, изучающих когнитивно-поведенческую терапию горя у подростков, предоставляемую через Интернет (ICBT-G-A). Участники рандомизированы в группу вмешательства (осуществляемого посредством 8 модулей в течение 4-недельного периода) или в группу контроля в списке ожидания на 4 недели. Участники вмешательства прошли последующую оценку через 1 месяц после вмеша-

тельства (через 8 недель после оценки до вмешательства). Результаты вмешательства, оцениваемые до вмешательства, после вмешательства и после него, включают благополучие и симптомы тревоги, депрессии, ПТСР и длительного горя. Интернет-когнитивно-поведенческой терапии способствует нивелированию депрессии, длительного горя, ПТСР и тревоги.

Список литературы

1. Бонкало Т.И., Полякова О.Б. Психология кризисных состояний. М.: НИИОЗММ ДЗМ, 2023. 340 с.
2. Полякова О.Б., Бонкало Т.И. Психология посттравматического стресса. М.: НИИОЗММ ДЗМ, 2023. 292 с.
3. Abbas S., Abbas H.S.M., Zhang Y. Psychological implications of man-made trauma and efficacy of “Teaching Recovery Techniques” on children and adolescents exposed to trauma // *European Journal of Trauma & Dissociation*. 2024. No. 8 (2). P. 100397. DOI: [10.1016/j.ejtd.2024.100397](https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100397)
4. Badanta B., Márquez De la Plata-Blasco M., Lucchetti G., González-Cano-Caballero M. The social and health consequences of the war for Ukrainian children and adolescents: a rapid systematic review // *Public Health*. 2024. No. 226. P. 74-79. DOI: [10.1016/j.puhe.2023.10.044](https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.10.044)
5. Danese A., Martsenkovskyi D., Remberk B., Khalil M.Y., Diggins E., Keiller E., Masood S., Awah I., Barbui C., Beer R., Calam R., Gagliato M., Jensen T.K., Kostova Z., Leckman J.F., Lewis S.J., Lorberg B., Myshakivska O., Pfeiffer E., Rosner R., Weisz J.R. Scoping Review: Digital Mental Health Interventions for Children and Adolescents Affected by War // *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2024. No. 10. P. 100259. DOI: [10.1016/j.jaac.2024.02.017](https://doi.org/10.1016/j.jaac.2024.02.017)
6. Egan S.J., Munro C., Pauley-Gadd S.B., O'Brien A., Callaghan T., Payne N., Raghav S., Myers B., Hall C., Wilson H., Eisma M.C., Boelen P.A., Smith K.V., Wild J., Duffy M., Trickey D., Bills E., Breen L.J. A protocol for a pilot randomised controlled trial of unguided internet cognitive behaviour therapy for grief in adolescents // *Internet Interventions*. 2024. No. 38. P. 100771. DOI: [10.1016/j.invent.2024.100771](https://doi.org/10.1016/j.invent.2024.100771)
7. Hanauer C., Telaar B., Rosner R., Doering B.K. The efficacy of psychosocial interventions for grief symptoms in bereaved children and adolescents: A systematic review and meta-analysis // *Journal of Affective Disorders*. 2024. No. 350. P. 164-173. DOI: [10.1016/j.jad.2024.01.063](https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.063)
8. Myers-Coffman K. Intersections of trauma and grief: Navigating multilayered terrain in music therapy to support youth through bereavement // *The Arts in Psychotherapy*. 2024. No. 89. P. 102166. DOI: [10.1016/j.aip.2024.102166](https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102166)

*Попельчук Галина Алексеевна,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры прикладной психологии и развития личности
ФГБОУ ВО «ХГПУ»
г. Херсон, halynadidenkopsy@yandex.ru*

ПРЕДИКТОРЫ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО РОСТА ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Описано некоторые теории посттравматического роста, раскрыта сущность концепта «посттравматический рост». Проанализированы направления исследования основных предикторов посттравматического роста. Резюмировано, что основными предикторами посттравматического роста являются копинг-стратегии и ретроспективная смысловая работа личности.

Ключевые слова: посттравматический рост, анализ, травматические события, предикторы, теории.

Popelchuk Galina Alekseevna

PREDICTORS OF POST-TRAUMATIC PERSONALITY GROWTH

Annotation. Some theories of post-traumatic growth are described, the essence of the concept of "post-traumatic growth" is revealed. The directions of research of the main predictors of posttraumatic growth are analyzed. It is summarized that the main predictors of post-traumatic growth are coping strategies and retrospective semantic work of the personality.

Key words: post-traumatic growth, analysis, traumatic events, predictors, theories.

Личностный рост и позитивные личностные изменения, происходящие благодаря совладанию с трудной жизненной ситуацией, остаются пока недостаточно исследованными. Так, в западной психологии в 70-е годы XX столетия появился салютогенный подход к объяснению причин возникновения болезни. В противовес существующему традиционному патологическому подходу (в котором внимание сконцентрировано на причинах возникновения болезни), салютогенное мышление обращено к объяснению причин, благодаря которым люди остаются здоровыми. Салютогенная концепция была выдвинута А. Антоновским, с целью объяснения того, почему некоторые люди

болеют в состоянии стресса, а другие остаются здоровыми. С его точки зрения, последствия стресса определяются не столько его характером, сколько индивидуальными способами реагирования на него.

Термин «посттравматический рост» вошел в научный оборот благодаря работам Р. Тадеша и Л. Калхуна, которые основываясь на своих научных поисках, пришли к выводу, что именно через указанный концепт раскрывается главная сущность возможных личностных изменений – польза, которую получает человек от пережитого травматического опыта [5].

Посттравматический рост был подвергнут глубокому теоретико-методологическому анализу и концептуально разработан такими учеными: Р. Пападопулосом (психолого-философская модель) [4], Р. Тадеша и Л. Калхуном (функционально-дескриптивная модель) [5], С. Джозефом и П. Линлеем (личностно-центрированная модель), М. Кристофером (биопсихосоциальная модель), М.Ш. Магомед-Эминовым (модель позитивной трансформации личности в условиях экстремальности в пределах деятельностно-смыслового подхода) [2], А. Маркером и Т. Цольнером (модель «двуликий Янус»), Р. Янофф-Бульман (модель в рамках социально-когнитивного подхода), С. Хофболлом (модель деятельностного роста) и др. Также посттравматический рост, как специфическая форма личностного развития, его отдельные аспекты анализируются в пределах: интегративного подхода (Т.В. Белых, 2003, 2009); теории интегральной индивидуальности В.С. Мерлина (2009); системно-диахронического подхода (Р.М. Шамионов, 2012, 2013); концепта «антихрупкость» (Н. Талеб, 2014; О.С. Виндекер, М.В. Клименских, 2016).

С учетом того, что концепт «посттравматический рост» был введен в научный оборот и разрабатывался в рамках западной психологической школы, в трудах русских (А.Н. Зелянина, О.Г. Квасова, М.Ш. Магомед-Эминов, М.А. Падун, А.Н. Толкачева, Н.Е. Харламенкова), белорусских (А.Н. Крутолевич) ученых представлен теоретический анализ отдельных аспектов указанной категории и предприняты попытки ее эмпирического исследования. Поэтому, учитывая стремительный рост интереса психологической науки к теме посттравматического роста и появлением новых моделей, считаем целесообразным на основе проведенного теоретического анализа современных концепций, определить предикторы посттравматического роста личности.

Например, по мнению американского ученого Р. Пападопулоса [4], ключевую роль в реагировании человека на травмирующие события, осознание пережитого опыта и т. д., играет ряд переменных, в

том числе: «...личность (анамнез), психологические особенности, стратегии копинга, защитные механизмы, ригидность/лабильность, сильные/слабые стороны личности, социальный статус, образование и т. д.; «социальный капитал» (отношения, наличие поддержки и желание/возможность ее принимать); семья (нуклеарная (простая, состоящая из родителей и их несовершеннолетних детей), расширенная (сложная, представленная двумя и более поколениями семей); опыт похожих событий; существование надежды или отсутствие надежды, и тому подобное...» [4, с. 124]. Считаем, что именно переменным, объединенным Р. Пападопулосом в группу личностных, следует отводить главную роль в вопросе анализа последствий влияния травмирующих событий на личность.

Автор биопсихосоциальной модели М. Кристофер, как и Р. Пападопулос, отмечает, что реакция на травматическое событие может быть как в виде ПТСР, так и в виде посттравматического роста, который происходит в результате реконструирования личностных когнитивных схем. При этом реакция на влияние травматического события является «эволюционно наследуемым механизмом метанаучения, разрушающим и реконструирующим метасхемы – концепции личности, общества и природы» [3, с. 76]. Тем не менее, не механизм метанаучения, а среда, в большей степени, влияет на посттравматический рост личности.

А.Н. Зеянина и М.А. Падун [1], проведя глубокий теоретико-методологический анализ обуславливающих факторов наличия/отсутствия посттравматического роста у личности определили, что к предикторам посттравматического личностного роста следует относить, в частности: социально-демографические характеристики, показатели здоровья, индивидуально-психологические характеристики и т.п. Тем не менее, центральную роль следует отводить когнитивным процессам и структурам, которые позволяют оценить событие индивидуально не только как угрожающее, но и как источник роста.

Ученые Р. Тадеш и Л. Калхун отмечают, что в поисках необходимых для совладания с травмой ресурсов индивид обращается к внешней поддержке через самораскрытие переживаний травматического опыта. При этом при наличии социально-психологической поддержки совладание с травмой приобретает целенаправленный, ориентированный на развитие личности характер. Р. Тадеш и Л. Калхун также отмечают, что основным психологическим механизмом посттравматического роста является «согласование с реальностью» –

принятие человеком травматического события как такового, которое нельзя изменить [5].

Таким образом, особое внимание в преодолении травматического опыта и помещения его в личностную историю, авторы отводят поддержке, которая будет способствовать принятию травматического опыта. При этом, к главным функциям принятия они относят: уменьшение негативных эмоций через самораскрытие травматических переживаний и освоение поведенческих паттернов совладания с травмой на примере других людей, переживших травматический опыт.

Модель позитивной трансформации личности в условиях экстремальности, в рамках деятельностно-смыслового подхода М.Ш. Магомед-Эминова, основывается на взглядах Р. Тедеси и Л. Калхауна. Анализируя посттравматический рост с точки зрения деятельностно-смыслового подхода, автор основывается на том, что личность следует рассматривать в более широком смысле экстремальной ситуации. В теории исследователя М.Ш. Магомед-Эминова «экстремальная ситуация» рассматривается как такая, в которой личность открывается в полной положительной конкретности, ситуация объясняется как экстремальный модус бытия личности, изменение которого и порождает трансформационные феномены личности, обусловленные работой самой личности. При этом, эти трансформационные феномены могут проявляться как через положительные, так и отрицательные изменения [2].

Таким образом, установлено, что современные концепции посттравматического роста, в своем большинстве, сведены к: научным поискам причинно-следственных связей проявления положительных последствий влияния травматических событий, их теоретико-методологического обоснования и эмпирической проверки. Выявлено отсутствие комплексного подхода к рассмотрению посттравматического роста, который бы объяснял механизм его возникновения, протекания и последствия. Можем резюмировать, что основными предикторами посттравматического роста являются копинг-стратегии и ретроспективная смысловая работа личности.

Список литературы

1. Зелянина А. Н. К проблеме посттравматического личностного роста: современное состояние и перспективы / А. Н. Зелянина, М. А. Падун // Психологические исследования. – 2017. – Т. 10. – №53. – Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2017v10n53/1424-zelyanina53.html>

2. Магомед-Эминов М. Ш. Анализ современных моделей психологической травмы с точки зрения культурно-деятельностной пара-

дигмы / М. Ш. Магомед-Эминов // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №17. – С. 202–207.

3. Christopher M. A. A broader view of trauma: a biopsychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth / M. A. Christopher // Clinical Psychology review. – 2006. – Vol. 24. – P. 75–98.

4. Papadopoulos R. K. Refugees, home and trauma. In therapeutic care for refugees. No Place like home / edited by R. K. Papadopoulos. – London: Karnac, 2002. – 356 p.

5. Tedeschi R. G. The foundations of posttraumatic growth: New considerations / R. G. Tedeschi, L. G. Calhoun // Psychological Inquiry. – 2004. – №15. – P. 93–102.

Савина Татьяна Васильевна

*студент 3 курса факультета психологии и пробации,
Академия ФСИН России, Рязань, tanya150501@yandex.ru*

Пашукова Анастасия Дмитриевна

*кандидат педагогических наук, старший преподаватель
кафедры общей и педагогической психологии
Академия ФСИН России, Рязань pashukova_21@mail.ru*

ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ ПРИ ТЕРАПИИ ПТСР У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Аннотация: Актуальность данной темы обусловлена растущим числом детей, столкнувшихся с травматическими ситуациями, такими как военные действия, аварии, террористические акты, различные виды насилия и т.д. Виртуальная реальность всё более чаще становится предметом исследования в разных научных областях, в том числе медицине и психологии. Результаты анализа зарубежного опыта в применении данного метода при терапии посттравматического стрессового расстройства показывают, что эффективность есть, но необходимо проведение дополнительных исследований, конкретно с данной возрастной категорией, для лучшего понимания влияния метода виртуальной реальности на лечение посттравматического стрессового расстройства.

Ключевые слова: виртуальная реальность, посттравматическое стрессовое расстройство, экспозиционная терапия.

PROSPECTS FOR THE APPLICATION OF VIRTUAL REALITY IN THE TREATMENT OF PTSD IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

Annotation. The relevance of this topic is due to the growing number of children who have encountered traumatic situations such as military actions, accidents, terrorist acts, various types of violence, etc. Virtual reality is increasingly becoming a subject of research in different scientific fields, including medicine and psychology. The results of the analysis of foreign experience in the use of this method in the therapy of PTSD show that there is effectiveness, but it is necessary to conduct additional research, specifically with this age category, to better understand the impact of virtual reality on the treatment of PTSD.

Key words: virtual reality, post-traumatic stress disorder, exposure therapy.

Посттравматическое стрессовое расстройство у детей (далее ПТСР) - это психологическое состояние, возникающее в ответ на травмирующие события, влияющие на различные аспекты жизни ребенка. Симптомы включают навязчивые мысли, ночные кошмары, эмоциональную отстраненность, избегающее поведение и изменения настроения. Они могут проявляться по-разному в зависимости от ребенка и характера травмы. Например, у ребенка, попавшего в автомобильную аварию, может развиваться страх, связанный с автомобилями, в то время как ребенок, ставший свидетелем домашнего насилия, может проявлять агрессию. Признаки ПТСР у детей включают трудности со сном, уход от социальных взаимодействий, воспоминания и физические симптомы, такие как головные боли или боли в животе. Травматические события, приводящие к ПТСР, включают несчастные случаи, стихийные бедствия, насилие и жестокое обращение [4, с.36].

Для большинства детей и подростков с ПТСР используют лечение с помощью психотерапии, ориентированной на травму (например, когнитивно-поведенческой терапии, ориентированной на травму), а не других видов психотерапии или медикаментозного лечения. Но фармакологическое лечение в качестве альтернативного начального лечения всё же применяют, когда тяжесть симптомов исключает применение психотерапии, ориентированной на травму.

Существуют доказательства эффективности психологической терапии у взрослых с ПТСР, но это может быть неприменимо к детям и подросткам. Например, дети могут не обладать необходимыми навыками для столь же эффективного участия в некоторых формах психологической терапии, как взрослые. Кроме того, дети могут реагировать на травму иначе, чем взрослые.

Посттравматический синдром может серьезно ухудшить качество жизни людей и привести к различным психологическим проблемам, а ранний возраст пережитой травмы может лишь усложнить положение [3]. Поэтому разработка эффективных и современных методов терапии становится все более востребованной.

За последнее десятилетие виртуальная реальность (далее VR) оказала значительное влияние на поведенческое здравоохранение, распространившись в этой области благодаря множеству эффективных применений. Одна из областей, в которой виртуальная реальность «процветает», — это обучение и лечение тех, кто подвергся травматическим или особо стрессовым событиям. Хотя традиционные методы лечения ПТСР включают медикаментозное лечение, психотерапию и экспозиционную терапию, ни один из этих методов лечения не был достаточным для облегчения симптомов у многих из тех, кто страдает этим расстройством. Однако, когда воображаемое воздействие заменяется виртуальным, многие невосприимчивые, похоже, получают облегчение. Более 15 исследований с участием различных групп населения показали, что экспозиционная терапия виртуальной реальностью улучшает традиционные схемы когнитивно-поведенческого лечения ПТСР. Большинство исследований показывают, что процент успеха лечения составляет 66-90% [1, с.23].

Одним из наиболее используемых видов терапии посттравматического стрессового расстройства является экспозиционная терапия. Экспозиционная терапия при ПТСР включает воздействие на пациента стимулов, вызывающих ПТСР-тревогу, с целью ослабления нейронных связей между триггерами и воспоминаниями о травме (также известная как десенсибилизация) [5, с.54]. К сожалению, посттравматическое стрессовое расстройство часто травмирует мозг, ограничивая способность вентромедиальной префронтальной коры контролировать такие области, как миндалевидное тело. Это может привести к проблемам с памятью и притуплению чувства страха, что ограничивает эффективность экспозиционной терапии.

Целью исследования было изучение и определение эффективности применения метода виртуальной реальности (далее VR-технологии) при терапии ПТСР у детей.

Материалы и методы. Проведен теоретический анализ и синтез данных, полученных в результате исследования команды из Университета Брауна и Центра нейрореабилитации и нейротехнологий Провиденса, штат Вирджиния. В эксперименте (в двойном слепом исследовании) приняло участие 54 ветеранов вооруженных сил [2, с.437]. С помощью VR-технологий изображались некоторые ситуации в зоне боевых действий.

Результаты. Альтернатива в лечении ПТСР есть: экспозиционная терапия, транскраниальная стимуляция постоянным током (далее ТЭС) и виртуальная реальность (VR-технологии).

Во время 25-минутных сеансов половина ветеранов одновременно получила безболезненную стимуляцию ТЭС мощностью 2 миллиампера, направленную на их вентромедиальную префронтальную кору. Другие участники, тем временем, испытывали лишь небольшие ощущения, имитирующие лечение ТЭС. По словам исследователей, ветераны, получавшие оба вида терапии, сообщили о значительном улучшении симптомов ПТСР всего после трех сеансов, при этом значительно большем уменьшении проблем, о которых сообщалось во время их месячных последующих интервью. Более того, результаты были достигнуты намного быстрее, чем у добровольцев, которые проходили только экспозиционную терапию виртуальной реальностью. Всего за две недели ТЭС/VR-подход дал результаты, которые обычно можно увидеть только после 12 недель экспозиционной терапии.

Важно отметить, что размер первоначальной выборки участников относительно невелик, и необходимо продолжить изучение данной темы и дальше, чтобы лучше понять, как лечение работает с течением времени, а также провести эксперимент на более крупных группах населения, возможно, наряду с дополнительными сеансами лечения.

В России на данный момент проведено еще не достаточное количество исследований по данной теме, чтобы можно было с уверенностью говорить об эффективности данного метода при лечении ПТСР у детей. Но зарубежный опыт показывает, что такой вариант есть, а поэтому при должном изучении он может стать ведущим в данной области с учетом растущих темпов внедрения современных технологий в нашу жизнь.

Таким образом, определенная эффективность использования методов виртуальной реальности в терапии ПТСР есть. Главное пре-

имущество использования VR-технологий заключается в том, что они позволяют пациенту снова пережить травматические события без риска повторной травматизации, что не мало важно при работе с детьми. Такой метод способен помочь детям и подросткам эффективнее преодолевать различные негативные состояния, такие как психопатологические репереживания, бессонница, тревожность и т.д. Поэтому применение техник виртуальной реальности при терапии ПТСР у детей видится перспективным и эффективным подходом к лечению этого распространенного явления.

Список литературы

1. Видерхолд, Бренда и Видерхолд, Марк. (2008). Виртуальная реальность для тренировки посттравматического стрессового расстройства и прививки от стресса. Журнал кибертерапии и реабилитации. 1. 23-36. [электронный ресурс]. URL: https://www.researchgate.net/publication/288583126_Virtual_reality_for_posttraumatic_stress_disorder_and_stress_inoculation_training (дата обращения: 10.09.2024)

2. Воут-Франк М., Арулпрагасам AP, Фоше К., и др. Виртуальная реальность и транскраниальная стимуляция постоянным током при посттравматическом стрессовом расстройстве: Рандомизированное клиническое испытание. JAMA Psychiatry. 2024;81(5):437-446. [электронный ресурс]. URL: <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2815835> (дата обращения: 10.09.2024).

3. Пашукова, А. Д. Психологическая реабилитация участников боевых действий с помощью нейропсихологических методов / А. Д. Пашукова, Н. Э. Личагина // Информационный обмен в междисциплинарных исследованиях III: Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Липецк, 15 ноября 2023 года. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2023. – С. 87-90.

4. Силёнок Инна Казимировна Характеристика посттравматического синдрома подростков // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2013. №3 (123). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-posttravmaticheskogo-sindroma-podrostkov> (дата обращения: 11.09.2024).

5. Уокер, П. Комплексное ПТСР: руководство по восстановлению от детской травмы / П. Уокер. – Киев: Диалектика, 2020. С.276.

*Суворова Наталья Валентиновна,
заместитель Председателя
Правительства Рязанской области, г. Рязань
Фаустова Анна Геннадьевна,
кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой клинической психологии,
Рязанский государственный медицинский университет имени
академика И.П. Павлова, Рязань, anne.faustova@gmail.com*

ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ: ОПЫТ РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Аннотация. В статье обобщён опыт Рязанской области по организации психологического сопровождения семей участников специальной военной операции. Выстраивание системы психологического сопровождения потребовало качественного межведомственного взаимодействия, аудита целевых групп и профессиональных ресурсов. Основу реализации региональной программы составили координация существующих психологических служб и создание на их основе новых сервисов.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, детско-родительские отношения, супружеские отношения, межведомственное взаимодействие, социальный паспорт, социальный куратор.

*Suvorova Natalia Valentinovna
Faustova Anna Gennadyevna*

ORGANIZATION OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE FAMILIES OF PARTICIPANTS OF A SPECIAL MILITARY OPERATION: EXPERIENCE OF THE RYAZAN REGION

Annotation. The article summarizes the experience of the Ryazan region in the organization of psychological support for the families of participants of the special military operation. Building the system of psychological support required qualitative interdepartmental cooperation, audit of target groups and professional resources. The basis for the implementation of the regional program was the coordination of existing psychological services and the creation of new services on their basis.

Key words: psychological support, child-parent relations, marital relations, interdepartmental interaction, social passport, social supervisor.

В начале 2023 года Правительство Рязанской области поставило перед практикующими специалистами задачу разработки и внедрения системы психологического сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей. Фундамент данной системы сложился из трёх блоков:

(1) организация межведомственного взаимодействия. На подготовительном этапе было принято решение консолидировать ресурсы региональных министерств здравоохранения, труда и социальной защиты населения, образования. В ведении каждого министерства созданы и функционируют отдельные психологические службы – медико-психологическая, социально-психологическая и психолого-педагогическая, которые нуждались в дополнительной координации и обеспечении бесшовной передачи информации о потребностях целевых групп. В частности, успех межведомственного взаимодействия зависел от совместной разработки региональных стандартов и алгоритмов психологического сопровождения семей участников специальной военной операции, универсальных форм документации с единым доступом.

(2) аудит целевых групп. Предстояло определить основные группы потребителей психологических услуг. Во-первых, ими стали сами участники специальной военной операции – пребывающие в регулярном отпуске или в отпуске в связи с ранением. Особое внимание направлялось на бойцов, ставших инвалидами и признанных негодными к дальнейшей военной службе, поскольку такое сочетание факторов рассматривается в качестве особого риска развития посттравматического стрессового расстройства. Во-вторых, другой целевой группой стали родственники участников специальной военной операции. Участие в боевых действиях, связанные с этим длительное отсутствие и неопределенность являются стрессогенными факторами для всех членов семьи бойца. В-третьих, по нашему мнению, психологическое сопровождение требовалось родственникам погибших на СВО воинов.

(3) аудит профессиональных ресурсов. Предварительная подготовка подразумевала также дополнительное обучение специалистов «первого контакта» – медицинских и социальных работников – для эффективного взаимодействия с людьми, пережившими психологическую травму. В частности, медицинских и социальных работников обучили проведению психологического скрининга и выявлению нарушений адаптации по стандартам, рекомендованным НМИЦ психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского. Кроме этого, было запла-

нировано и реализовано обучение практикующих психологов медико-психологической, психолого-педагогической и социально-психологической служб региона по актуальным вопросам психологического сопровождения семей военнослужащих, в том числе – по оказанию психологической помощи родственникам погибших воинов. Тематику и содержание курсов разработали сотрудники факультета клинической психологии Рязанского государственного медицинского университета имени академика И.П. Павлова.

Последовательное выстраивание системы психологического сопровождения непосредственно началось с координации уже существующих в регионе психологических служб и создания на их основе новых сервисов, учитывающих потребности обозначенных целевых групп. Кроме этого, во внимание была принята и временная перспектива каждой целевой группы – от момента получения повестки или заключения контракта на военную службу через ожидание бойца до момента возвращения к мирной жизни. Так, в Рязани и районах области появились многофункциональные семейные центры, предоставляющие помощь в «одном окне» и единый доступ ко всем социальным сервисам в регионе, в частности – сопровождение семьи социальным куратором, психологическая поддержка и юридическая помощь, оформление мер государственной поддержки. На базе многофункционального семейного центра вскоре после открытия начали проводить встречи в рамках проекта «Семейная гостиная». Формат реализации этого проекта – психокоррекционные занятия и группы психологической поддержки для жён и детей участников СВО. Комплексный центр социального обслуживания населения «Семья» стал площадкой проекта «Ждём тебя», который направлен на психологическую подготовку родственников к возвращению бойца из мест боевых действий. Такие же по тематике тренинги были впоследствии запущены в комплексных центрах социального обслуживания населения в районах Рязанской области. Свою деятельность перестроил и флагман стационарной реабилитации в регионе – ГАУ РО «Рязанский многопрофильный социально-реабилитационный центр «Сосновый Бор». Он стал площадкой для реализации комплексной программы семейной реабилитации. Для участников СВО и членов их семей, родственников погибших бойцов подготовили комплекс из 170 услуг по всем значимым направлениям реабилитации:

- физическое оздоровление, восстановление или приобретение необходимых социально-бытовых и социально-средовых навыков;

- психологическое восстановление, тренировка навыков эмоциональной и поведенческой саморегуляции, профилактика и предупреждение посттравматических стрессовых реакций, укрепление внутрисемейных отношений;

- профессиональная (пере)ориентация, коучинг и возвращение к трудовой деятельности;

- творческая самореализация;

- адаптивная физическая культура и спорт;

- социальная и юридическая поддержка.

Уникальность разработанной в регионе комплексной программы семейной реабилитации, которую реализуют в центре «Сосновый Бор» состоит в том, что в реабилитационный процесс вовлекаются все члены семьи бойца, при этом каждому родственнику разрабатывают свою персонализированную программу восстановления. Траектория реабилитационного процесса в каждом конкретном случае зависит от индивидуального запроса: оздоровление после ранения, восстановление сна, укрепление супружеских и внутрисемейных отношений, преодоление негативных эмоциональных состояний. Прохождение курса комплексной семейной реабилитации формирует резерв психологической устойчивости у воина и его близких, позволяет заложить основы здоровьесберегающего поведения.

Система психологического сопровождения в регионе функционирует согласно принципам последовательности, преемственности, персонализации и бесшовности. При этом ключевым ориентиром является раннее выявление психологических затруднений, определение их уровня и необходимых для решения ресурсов. Залогом успеха здесь является как психологический скрининг, которому обучены все специалисты «первого контакта» и социальные кураторы, так и своевременная маршрутизация обратившегося в подходящую психологическую службу, подбор актуальных сервисов. Так, при наличии психологических проблем неклинического уровня и отсутствии нарушений социально-психологической адаптации рекомендуется психологическая поддержка, которую могут предоставить учреждения социального обслуживания населения. Среди используемых форматов следует обозначить психологическое просвещение, психологическое консультирование и групповые тренинги. В свою очередь, психологические проблемы клинического уровня требуют внимания медицинских психологов, оказывающих помощь в учреждениях здравоохранения. В кабинетах медико-психологического консультирования

и медико-психологической помощи проводится углубленная психологическая диагностика, по результатам которой определяется потребность в обращении за специализированной медицинской помощью по профилю «Психиатрия» и/или «Психиатрия-наркология»; реализуются информирование и мотивирование, психологическое консультирование. В тех случаях, когда требуется экстренная психологическая помощь, её предоставляют медицинские психологи региональной службы «Телефон доверия».

Для оперативного предоставления информации о спектре доступных услуг по психологической помощи и поддержке участникам СВО и членам их семей, а также родственникам погибших бойцов в регионе функционирует коммутатор распределения психологической помощи, позвонив на который можно определиться с маршрутизацией и выбором сервисов.

Таким образом, в Рязанской области выстроена и эффективно функционирует система психологического сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей, а также родственников погибших воинов, организационным фундаментом которой выступило качественное межведомственное взаимодействие, а ценностно-смысловым – ресурс супружеских и семейных отношений в совладании со стрессогенными событиями.

*Сулейманова Раиса Валиабдулаевна,
кандидат педагогических наук, доцент,
заведующая кафедрой педагогики
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический
университет имени Р. Гамзатова»,
E-mail: valiraya_9@mail.ru, г. Махачкала*

ВОСПИТАНИЕ ПАТРИОТИЧЕСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ОСНОВЕ ГЕРОИЧЕСКИХ ПРИМЕРОВ УЧАСТНИКОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Аннотация. В статье рассматриваются педагогические условия формирования патриотической идентичности студентов на основе примеров героических поступков участников военной операции.

Результаты включают в себя направления в области героических исследований в научных программах и внеклассных мероприятиях, а также в применении современных технологий и средств массовой информации для повышения интереса студентов к вопросам патриотизма. Поддержка студенческих инициатив и волонтерских проектов также признана важным доказательством. Особое внимание уделено историческим историям и событиям в более ценностных отношениях.

Ключевые слова: патриотическая идентичность, студенческая молодежь, героическое воспитание, героизм, специальная военная операция, СВО.

Suleimanova Raisa Valiabdulaevna

EDUCATION OF PATRIOTIC IDENTITY OF STUDENTS BASED ON HEROIC EXAMPLES OF PARTICIPANTS IN A SPECIAL MILITARY OPERATION

Abstract. The article examines the pedagogical conditions for the formation of patriotic identity of students based on examples of heroic deeds of participants in a military operation.

The results include areas in the field of heroic research in scientific programs and extracurricular activities, as well as in the use of modern technologies and mass media to increase students' interest in issues of patriotism. Support for student initiatives and volunteer projects is also recognized as important evidence. Particular attention is paid to historical stories and events in more value-based relationships.

Keywords: patriotic identity, student youth, heroic education, heroism, special military operation, SVO.

В современной России патриотическое воспитание и укрепление национальной идентичности стали приоритетными направлениями государственной и образовательной политики. В условиях текущих вызовов, включая внешнеполитические решения и военные действия, формирование устойчивого патриотизма приобретает особую значимость.

Общество нуждается в консолидации и мобилизации внутренних ресурсов, а также в создании условий для повышения благосостояния граждан. На данном этапе примеры мужества, героизма и самоотдачи становятся ключевыми ориентирами для воспитания молодёжи, помогая им осознать ценности смелости, чести и ответственности перед обществом. Включение таких примеров в образовательный процесс способствует укреплению у студентов патриотической идентичности и моральных ориентиров.

Подвиги современников играют важную роль в подготовке молодёжи к взрослой жизни, развивая стойкость, умение справляться с трудностями и стремление к высоким идеалам. Осознание значимости этих подвигов помогает молодым людям формировать свои взгляды и нравственные принципы. Современные технологии делают историю героев более доступной, что способствует реализации государственных задач в области патриотического воспитания. Однако важно, чтобы предоставляемая информация была достоверной и объективной, формируя у молодёжи адекватное восприятие событий.

Работа с материалами на военную тематику требует особого внимания, чтобы сохранить баланс между воспитанием патриотизма и приверженностью гуманистическим ценностям. Исследования показывают, что включение героических образов в образовательные программы и использование медиа как инструмента патриотического воспитания становятся эффективным средством достижения поставленных целей. В условиях глобализации и новых вызовов эта тема продолжает оставаться актуальной и требует новых подходов.

Российские учёные (С.Т. Алиева, Е.А. Казаева, Л.В. Кокуева, Л.Е. Никонова, Л.В. Филатова, Н.Ю. Ясева) предлагают рассматривать патриотическое воспитание через три взаимосвязанных аспекта:

- Когнитивный (интеллектуальный): знание истории, культуры и героев своей страны.
- Эмоциональный (чувственно-эмоциональный): любовь к Родине, гордость за её достижения, уважение к символам и традициям.
- Деятельностный (практический): готовность защищать интересы страны, трудиться на её благо и активно участвовать в жизни общества.

Таким образом, патриотическое воспитание становится неотъемлемой частью образовательной системы, направленной на формирование у молодёжи глубокой связи с Родиной и готовности к её защите и развитию [3, с. 35].

Исследователи, изучающие формирование патриотической идентичности, едины во мнении, что это многогранный и сложный процесс. Важную роль в нем играют сразу несколько аспектов:

- социологический: как общество влияет на формирование патриотизма, какие социальные факторы способствуют или препятствуют этому процессу;

- психологический: какие индивидуальные особенности личности влияют на развитие патриотических чувств, как формируется чувство привязанности к своей стране;

- культурологический: какую роль играют традиции, ценности, символы и герои в формировании патриотизма;

- образовательный: как образовательные учреждения могут способствовать развитию патриотизма у молодого поколения.

Цель данного исследования состоит в изучении и анализе методов формирования патриотической идентичности студентов на примерах героических поступков участников военных операций. Исследование направлено на создание целостности

Для достижения целей исследования и решения поставленных задач был выбран комплексный методологический подход, включающий как качественные, так и количественные методы.

Данный подход обеспечивает всестороннее изучение проблемы формирования патриотической идентичности студентов на примерах героических поступков участников специальной военной операции.

Выбранные методы исследования обеспечивают комплексный подход к изучению формирования патриотической идентичности студентов. Количественные методы позволяют получить обобщенные данные и выявить статистически значимые тенденции, а качественные методы предоставляют глубокое понимание восприятия и интерпретации героических примеров студентами. Комбинированные методы способствуют интеграции полученных данных и разработке практических рекомендаций для образовательных учреждений.

Примеры героизма участников СВО обладают значительной эмоциональной и воспитательной силой, формируя у молодежи чувства глубокого уважения и гордости за свою отчизну, способствуя укреплению их национальной идентичности. В условиях глобализации и информационных войн, патриотическое воспитание приобретает осо-

бую значимость. Примеры героизма помогают противостоять негативным тенденциям, направленным на разрушение национального самосознания [2, с. 155].

Внедрение примеров героизма участников СВО в учебные и воспитательные программы позволяет сделать патриотическое воспитание более актуальным и практичным. Это способствует развитию критического мышления и активной гражданской позиции у молодежи.

Методические рекомендации и учебные материалы, разработанные в рамках исследования, могут быть внедрены в образовательные учреждения, что свидетельствует о их практической значимости.

Использование примеров героизма участников СВО помогает разрешить существующие противоречия, такие как конфликт между глобализацией и национальной идентичностью, исторической памятью и современными вызовами, индивидуализмом и коллективной идентичностью.

Проведенное исследование вносит весомый вклад в развитие теории патриотического воспитания, предлагая новые подходы и концепции, такие как:

- «Героическое воспитание»: акцент делается на формировании у молодежи таких качеств, как мужество, самопожертвование, любовь к Родине через примеры героических поступков;

- «Патриотическая идентичность через примеры героизма»: формирование патриотического сознания через осмысление подвигов героев, осознание себя частью героической истории своего народа.

Проведенное исследование открывают новые пути для дальнейших исследований в области патриотического воспитания, предложенные методы патриотического воспитания доказали свою высокую эффективность на практике. Героизм участников СВО является действенным инструментом формирования патриотической идентичности у студенческой молодежи.

Внедрение примеров героизма в образовательные программы будет способствовать укреплению национального самосознания; развитию критического мышления; формированию активной гражданской позиции [4, с. 35].

Предложенные методические рекомендации и учебные материалы готовы к использованию в образовательных учреждениях.

Формирование патриотической идентичности у студентов является важнейшей задачей, требующей комплексного подхода. Использование разработанных рекомендаций поможет воспитать в молодежи чувство национального самосознания и гражданской ответственности, что особенно актуально в современных реалиях.

Список литературы

1. Бутырская Е.В. Теоретические подходы к формированию патриотизма Высшее образование сегодня. М. 2019. № 4. С. 34-37.
2. Магомедова З.Ш. Влияние этноса на формирование нравственных ценностей подростков// Вестник Московского института государственного управления и права. 2016. № 16. С. 69-72.
3. Методический сборник лучших практик в сфере патриотического воспитания детей и молодежи «Воспитай патриота». <https://www.растимгражданина.рф/data/documents/Methodicheskiy-sbornik-luchshih-praktik-v-sfere-patrioticheskogo-vozpitaniya-detey-i-molodezhi-Vospitay-patriota.pdf>. Автономная некоммерческая организация АСТИК.
4. Муслимов М.И., Григорян Д.К. Патриотизм современной молодежи в условиях специальной военной операции. В сборнике: Патриотизм в современной России в условиях роста угроз национальной безопасности. Материалы научно-практической конференции с международным участием. Ростов-на-Дону, 2023. С. 285-288.
5. Никифоров Ю. Н., Скадина А. Н. О понятии «гражданственность»// Вестник ВГУ. Лингвистика и международная коммуникация. 2007. No 2. (ч. 2). [Электронный ресурс]. URL: <http://www.vestnik.vsu.ru/pdf/lingvo/2007/02/2007-03-25.pdf> (дата обращения: 09.07.2020).
6. Степанченко И.В., Пономаренко У.В. Исторические корни патриотизма. В книге: Развитие личностного потенциала молодежи средствами хореографического искусства в контексте патриотического воспитания. Материалы Всероссийской научно-практической конференции (с международным участием). Издательство: Орловский государственный институт культуры (Орел) 2018. С. 43-47
7. Файн М.Б. Подготовка молодого педагога в системе дополнительного профессионального образования к формированию индивидуальной профессиональной траектории. Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Дагестанский государственный педагогический университет". 2020

*Сульженко Анастасия Сергеевна,
студентка 3 курса
специальности – «Психология служебной деятельности»,
Северо-Кавказского федерального университета,
г. Ставрополь, sulzhenko.n.a@gmail.com*

*Научный руководитель:
Бондаренко Елизавета Владимировна,
кандидат психологических наук, доцент
кафедры общей психологии и психологии личности,
г. Ставрополь, bon-elizaveta@yandex.ru*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ И СИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ, ПОСТРАДАВШИМИ В ХОДЕ ВОЕННЫХ ДЕЙСТВИЙ

Аннотация. В данной статье приводится краткий анализ теории арт-терапии, раскрывается роль арт-терапии как эффективного инструмента психопрофилактики и психокоррекции неблагоприятных эмоциональных и психических состояний детей, особенно пострадавших в результате военных действий. Проведенный автором анализ показывает, что использование рисунка помогает детям выразить эмоции, справиться со стрессом и улучшить саморефлексию, в целом, способствуя восстановлению и реабилитации психического состояния ребенка.

Ключевые слова: арт-терапия, психопрофилактика, психокоррекция, стресс, травма, посттравматическое стрессовое расстройство.

*Sulzhenko Anastasia Sergeevna,
Bondarenko Elizaveta Vladimirovna*

DRAWING TECHNIQUES IN THE CONTEXT OF PSYCHOCORRECTIVE AND PSYCHOPROPHYLACTIC WORK WITH CHILDREN AFFECTED BY MILITARY OPERATIONS

Abstract. This article provides a brief analysis of the theory of art therapy, reveals the role of art therapy as an effective tool for psychoprophylaxis and psychocorrection of adverse emotional and mental conditions of children, especially those affected by military operations. The analysis conducted by the author shows that the use of drawing helps children ex-

press emotions, cope with stress and improve self-reflection, in general, contributing to the restoration and rehabilitation of the child's mental state.

Key words: art therapy, psychoprophylaxis, psychocorrection, stress, trauma, post-traumatic stress disorder.

Потенциал искусства и творческая активность несовершеннолетних играют важную роль в поддержании психологического и физического здоровья, решении образовательных и воспитательных задач, успешной психосоциальной адаптации и повышении качества жизни. В зависимости от контекста и целей использования творческих активностей, можно говорить об использовании арт-терапии как эффективного инструмента для снятия эмоционального напряжения и стрессовых состояний у детей.

С началом специальной военной операции работа с детьми, пострадавшими от войны, стала особенно актуальной. Психологические травмы могут иметь долгосрочные последствия для их благополучия. В психокоррекции и психопрофилактике арт-терапия играет ключевую роль, позволяя детям выразить свои эмоции и страхи. Эта техника способствует самовыражению и осознанию чувств через художественные методы, что помогает не только эмоционально, но и в понимании себя.

Термин «арт-терапия» (буквально - лечение искусством) ввёл в употребление английский художник Адриан Хилл при описании своей работы с туберкулёзными больными в санаториях. Хилл стал работать арт-педагогом при госпиталях и убедился в положительном влиянии арт-терапии на состояние больных. Позже он разработал специальную программу помощи (опубликованную в работе «Искусство против болезней» в 1945 г.), в рамках которой в больницах выставлялись репродукции всемирно известных художников, проводились семинары об искусстве.

Л. С. Выготский подчёркивает важность занятий творчеством для развития детей. Труды А. В. Запорожца, Л. С. Выготского и других исследователей изучают роль искусства и творчества в развитии психики и личности. Методы арт-терапии оказывают влияние на психику человека, согласно работам представителей функциональной теории искусства, таких как М. Е. Марков, С. Х. Рапопорт, Л. Н. Столович, М. С. Каган, Ю. Б. Борев, А. А. Карягин и другие.

Внедрение арт-терапии в систему образования в России рассматривается в работах А. И. Копытина, Л. Д. Лебедевой, Л. А. Аметовой,

которые предлагают программы для работы с детьми с использованием арт-терапии [5].

Особенно актуально применение этих технологий в работе с детьми, пострадавшими от военных действий. Об их негативном влиянии на психологическое состояние детей можно отметить следующее. Война – это печальное явление, заставляющее людей заботиться о жизни своих близких. Под воздействием стресса и эмоциональных потрясений меняются взгляды, убеждения и ценности. В условиях боевых действий как дети, так и взрослые сталкиваются с насилием.

Травмирующее воздействие этих событий значительно затрагивает эмоциональное состояние человека. Особенно уязвимыми являются дети, которые наиболее чувствительны к подобным ситуациям. Во время военных действий дети сталкиваются с травматическими событиями, в результате которых дети страдают от таких состояний, как тревожные расстройства, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), депрессия, диссоциативные расстройства, поведенческие расстройства, а также, в последствии, злоупотребление алкоголем и психоактивными веществами.

Дж. А. Смит утверждает, что наиболее важными переменными, определяющими воздействие войны на психическое здоровье детей, являются лишение основных ресурсов (таких как жилье, вода, еда, школа, медицинское обслуживание); разрушенные семейные отношения (из-за потери, разлуки или переезда); стигматизация (социальный процесс «навешивания» отрицательных ярлыков на отдельного человека или группу людей) и дискриминация; пессимистический взгляд на жизнь (постоянное чувство потери и горя, неспособность видеть светлое будущее) и нормализация насилия.

По Г. Фишеру, проблемы с психическим здоровьем являются «нормальной реакцией на ненормальные обстоятельства». Это связано с тем, что у детей при длительном воздействии насилия возникает «риск развития множественных и иногда хронических форм биопсихосоциальной дезадаптации».

В России специалисты по медицинской реабилитации детей исследуют последствия стресса от военных действий. Н. В. Тарабрина анализирует психологические травмы и последствия терроризма. О. А. Ульянина, Л. А. Александрова и С. О. Дмитриева изучают психологическое состояние детей в конфликтных регионах. Л. В. Трубицына описывает реакции детей на потерю близких. Н. М. Захарова, М. Г. Цветкова и А. В. Милехина исследуют влияние военных действий

на детскую психику и предлагают реабилитационные подходы. Труды Б. Н. Алмазова, Ю. А. Александровского, Ф. Б. Березина, А. А. Налчаджяна и А. Г. Маклакова акцентируют проблемы дезадаптации.

Л.А. Александрова и С. О. Дмитриева пришли к выводу, что дети и подростки в условиях войны испытывают многочисленные травматические воздействия как от прямого воздействия событий, связанных с войной, так и от косвенного — через их последствия. Переживания, которые дети испытывают в подобных ситуациях, противоречат их базовой потребности в росте и развитии, в безопасной и предсказуемой среде [1].

Первые основы арт-терапии для детей на Западе разработали В. Ловенфельд и Е. Кейн, которые рассматривали изобразительное творчество как важный элемент гармоничного развития психики. Классические работы в этой области принадлежат Э. Крамер, автору книг «Арт-терапия в сообществе детей», «Арт-терапия с детьми» и «Детство и арт-терапия». В своих трудах Крамер акцентировала внимание на психоаналитическом подходе и подчеркнула, что изобразительная деятельность помогает детям выражать свои переживания через искусство, развивая их навыки и умения.

Основы арт-терапии для детей в России описаны в книге А. И. Копытина и Е. Е. Свистовской (2017). Термин арт-терапии включает психологические методы воздействия, связанные с изобразительной деятельностью и психотерапевтическими отношениями. Сущность арт-терапии заключается в терапевтическом и коррекционном влиянии искусства на детей и взрослых, включая реконструкцию психотравмирующих ситуаций через художественную деятельность, выражение связанных с ними переживаний и создание новых позитивных переживаний и креативных потребностей.

Анализ исследований арт-терапии как психопрофилактики для детей, пострадавших при военных действиях, показывает, что использование искусства в качестве терапевтического инструмента может иметь положительное влияние на психическое здоровье и благополучие детей, столкнувшихся с травматическими событиями. Многие исследования демонстрируют, что участие в арт-терапии может помочь детям выразить свои эмоции, облегчить стресс и травму, улучшить самооценку и повысить уровень самосознания. Арт терапия также может способствовать развитию копинг-стратегий и улучшить межличностные отношения у детей, столкнувшихся с травматическими событиями.

Кроме того, проведенные исследования показывают, что арт терапия может улучшить качество жизни детей, пострадавших при военных действиях, и помочь им восстановиться после травматических ситуаций. Поэтому арт терапия может быть эффективным инструментом в рамках комплексного подхода к психологической поддержке и реабилитации детей, пострадавших при военных действиях.

Подводя итог вышеизложенного хотелось бы отметить, Арт-терапия положительно влияет на психическое здоровье детей, переживших травму. Она помогает выражать эмоции, справляться со стрессом, улучшает самооценку и отношения с окружающими. Арт-терапия является эффективным инструментом в психологической поддержке и реабилитации детей, пострадавших в результате военных действий. Исследования в этой области необходимы для сбора точных данных и научного обоснования арт-терапии как важного компонента в восстановлении психологического состояния детей, оказавшихся в сложных условиях.

Список литературы

1. Александрова Л.А., Дмитриева С.О. Дети в условиях войны: обзор зарубежных исследований // Современная зарубежная психология. 2024. Том 13. № 1. С. 139–149. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2024_n1/Aleksandrova_Dmitrieva
2. Бондаренко Е.В. Психическая саморегуляция и сохранение здоровья развивающейся личности // Психологическое здоровье личности: теория и практика. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Под редакцией И.В. Белашевой, А.С. Лукьянова. Ставрополь, 2021. С. 257-260.
3. Бурлакова Наталья Семеновна. "Психическое развитие детей, переживших массовые бедствия: от изучения последствий к проектированию развития на основе культурно-исторического анализа" Национальный психологический журнал, № 1 (29), 2018, С. 17-29. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihicheskoe-razvitiye-detey-perezvivshih-massovye-bedstviya-ot-izucheniya-posledstviy-k-proektirovaniyu-razvitiya-na-osnove-kulturno>
4. Ковалевская А.П. "Влияние экстремальной ситуации военного конфликта на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста" Вестник Вятского государственного университета, № 2, 2020, С. 142-149. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>

article/n/vliyanie-ekstremalnoy-situatsii-voennogo-konflikta-na-emotsionalnoe-sostoyanie-detey-doshkolnogo-vozrasta/viewer

5. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - Когито-Центр, 2017.

6. Соловьев С.А. Арт-терапия в системе комплексной психологической реабилитации семьи, пострадавшей в локальном военном конфликте./ С.А. Соловьев // Международный научно-исследовательский журнал.- 2012. - №4 (4) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://research-journal.org/archive/5-4-2012-september/art-terapiya-v-sisteme-kompleksnoj-psi>

7. Сопровождение и реабилитация детей, находящихся на территориях, вовлеченных в последствия боевых действий: методические рекомендации / [коллектив авторов; под общей редакцией О.А. Ульяниной]; Московский государственный психологопедагогический университет. — Москва: МГППУ, 2023. — С. 7-36

8. Ульянина О.А., Юрчук О.Л., Хазимуллин О.М., Панич О.Е., Дворецкая Д.В. Психологическая помощь детям, пострадавшим в результате боевых действий [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2024. Том 21. № 1. С. 72–85. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2024_n1/Ulyanina_et_al

9. Шелиспанская Э. В., Васина Ю. М. "Психолого-педагогическое сопровождение детей из регионов локальных военных конфликтов в рамках летней много профильной образовательной лагерной смены " Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования, 23, № 1 (61), 2023, С. 108-118. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie-detey-iz-regionov-lokalnyh-voennyh-konfliktov-v-ramkah-letney-mnogoprofilnoy>

*Тажутдинова Гулжан Шайихулисламовна,
кандидат психологических наук, доцент,
Дагестанский государственный педагогический университет
им. Р.Гамзатова, Махачкала, gulzhan1507@mail.ru*

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ ВETERАНОВ (УЧАСТНИКОВ) СВО

Аннотация. Статья написана в рамках выполнения Государственного задания Министерства просвещения РФ на 2024 год «Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, как условие развития жизнестойкости и субъективного благополучия личности».

Специальная военная операция (СВО), проводимая Российской Федерацией, оказывает влияние не только на непосредственных участников боевых действий, но также на членов их семьи. Члены семей военнослужащих, принимающих участие в СВО, сталкиваются с целым комплексом психологических проблем, связанных с переживанием тревоги, страха за жизнь близких, потерей чувства безопасности и нарушением привычного образа жизни. В этой связи возникает актуальная потребность в оказании квалифицированной психологической помощи членам семей участников (ветеранов) СВО.

Ключевые слова: специальная военная операция, посттравматический синдром, кризисная помощь, инструменты скрининга, уровни дезадаптации.

Tazhutdinova Gulzhan Shayikhulislamovna

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN OF VETERANS (PARTICIPANTS) OF THE SVO

Abstract. The article was written as part of the fulfillment of the State Assignment of the Ministry of Education of the Russian Federation for 2024 "Psychological support of families of military personnel mobilized for VVO, as a condition for the development of resilience and subjective well-being of the individual"

The special military operation (SVO) conducted by the Russian Federation affects not only the direct participants in the hostilities, but also their family members. Family members of military personnel participating in the SWO are faced with a whole range of psychological problems

associated with experiencing anxiety, fear for the lives of loved ones, loss of a sense of security and violation of their usual way of life. In this regard, there is an urgent need to provide qualified psychological assistance to family members of participants (veterans) of the SWO.

Keywords: special military operation, post-traumatic syndrome, crisis care, screening tools, levels of maladjustment.

Начало специальной военной операции знаменовало собой перелом дагестанского общества, как и Российского на «До..» и «После..». Жизнь многих семей уже никогда не станет прежней. В республике Дагестан много погибших и раненых военнослужащих. СВО стала серьезным испытанием не только для ее непосредственных участников военнослужащих, но и для членов их семей. Разлука с близкими, постоянное беспокойство за их жизнь и здоровье, необходимость адаптироваться к изменившимся жизненным условиям – все это может оказывать существенное негативное влияние на психологическое состояние и субъективное благополучие родственников военнослужащих. Участие близких родственников в боевых действиях является сильным психотравмирующим фактором, способным вызвать психологические расстройства и нарушения адаптации у членов их семей [4].

Своевременное выявление проблем, применение разнообразных форм работы, оперативное решение вопросов являются ключевыми факторами успеха в оказании психологической помощи семьям и детям членов СВО. Только комплексный подход способен обеспечить эффективность такой работы.

Цель написания статьи заключается в помощи руководителям образовательных организаций, их заместителям, педагогам-психологам, работающим с членами семей участников (ветеранов) СВО и другим педагогическим работникам.

Как показывает практика, все семьи участников СВО, нуждаются в психологической поддержке и консультировании, так как длительный период СВО изменяет психологическое состояние семьи участника СВО (семейной системы) полностью. Изменяется эмоционально-психологическое состояние женщины на фоне постоянной тревоги, а в социальном плане она получает дополнительную нагрузку в виде решения бытовых вопросов и ответственности за детей, которые раньше выполнял муж.

Обстоятельства потенциальной угрозы жизни, потери близких вызывают негативные психические состояния, у членов семей военнослужащих участников СВО, характеризующиеся преобладанием острых

или хронических негативных эмоций: горя, отчаяния, тревоги, страха, депрессии, вины, агрессии, раздражительности, дисфории. В некоторых случаях развивается и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), требующее особого внимания специалистов [7, с.27].

Вся эта ситуация сказывается и на детях участников СВО, интенсивные негативные эмоции способны дезорганизовать как у детей, так и у других членов семьи когнитивную деятельность, затрудняя адаптацию к происходящим событиям. Сильные переживания, такие как страх, паника, ужас, могут нарушать адекватное восприятие реальности, затруднять оценку ситуации и принятие решений по выходу из стресса. Чрезмерный стресс влияет на витальные функции, способствует развитию зависимостей, может провоцировать суицидальное поведение.

В результате делает необходимой организацию психологической помощи семьям участников, погибших или пострадавших военнослужащих участников СВО. Психологическая помощь семьям участников (ветеранов) СВО должна быть направлена на то, чтобы помочь им адаптироваться к новой реальности, принять изменения в жизни и найти пути гармоничного существования в новых условиях [7].

Специалистам необходимо в процессе психологического сопровождения семей участников СВО помочь и сформировать адаптивный стиль управления с ситуацией неопределенности и тревоги за близкого человека. Это повысит жизнестойкость, меняя восприятие ситуации с неконтролируемой на контролируемую, требующую преодоления трудностей. В случае ранения, инвалидности или возвращения из плена участника СВО, готовность к активному преодолению проблем является фактором успешной выработки адаптивных моделей поведения для членов семьи военнослужащего [12].

Так как дети ветеранов (участников) СВО отнесены к уязвимой категории обучающихся, им требуется комплексная помощь в социально-психологической адаптации. В зависимости от поведенческих реакций обучающихся, а также от формы проявления переживаний по поводу утраты родителя – участника СВО, которые могут перейти в отклоняющееся поведение, возможно привлечь специалистов органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

При выявлении психолого-педагогических проблем, рисков и трудностей у обучающихся педагогам-психологам необходимо осуществлять коррекцию психолого-педагогических рисков, трудностей в проявлении состояний, поведении, адаптации и содействие в соци-

ально-психологической реабилитации детей участников СВО [13, с.145-151].

При подозрении на психические расстройства, связанные с воздействием травматического события (посттравматическое стрессовое расстройство, депрессия), требуется незамедлительная организация консультации обучающегося и его родителей (законных представителей) у профильных специалистов организаций системы здравоохранения.

В случае выраженных признаков развивающегося депрессивного состояния, педагог-психолог рекомендует родителю (законному представителю) обучающегося обратиться за консультацией к врачу-психиатру. В случае, если врач-психиатр не выявил нарушений психической деятельности, обучающийся исключается из группы ПППВ. При отсутствии положительной динамики или при отрицательной динамике в мониторинге у обучающегося за следующий учебный триместр (четверть, полугодие) педагог-психолог может предложить родителю (законному представителю) несовершеннолетнего повторно обратиться к врачу-психиатру за консультацией [2, с.32].

Для образовательной организации, в которой обучаются дети ветеранов (участников) СВО, пережившие психотравмирующее событие, рекомендуется применить трехуровневую модель адаптации, структурными компонентами которой являются учебная, социально-психологическая и культурная адаптация.

Учебная адаптация детей осуществляется с помощью включения обучающихся во внутришкольную жизнь, в том числе оказание дополнительной помощи в освоении образовательной программы и др.

Социально-психологическая адаптация обучающегося направлена на повышение качества социального взаимодействия участников образовательных отношений, помощь в установлении обучающимся конструктивных взаимоотношений с одноклассниками, педагогическими работниками образовательной организации.

На уровне социокультурной адаптации обучающегося рекомендуется привлекать к культурно-просветительским мероприятиям. Работа по включению обучающегося в культурно-образовательное пространство и благоприятный микросоциум позволит существенно снизить риск развития дезадаптационных тенденций и оказать ему содействие в расширении социальных связей, укреплении чувства значимости и формировании стрессоустойчивости [2, с.22-26].

В образовательных организациях, где обучаются дети участников СВО должна быть разработана программа сопровождения и реабили-

тации детей. Программа включает в себя скрининговое исследование состояния несовершеннолетних и выделение среди них групп риска в зависимости от степени травматизации. Далее, в программе прописывается маршрутизация выделенных категорий несовершеннолетних, включающая алгоритмы сопровождения несовершеннолетних. И, наконец, третий раздел программы включает содержание комплексного психолого-педагогического сопровождения, в которую входят: методы дифференциальной диагностики психологического состояния несовершеннолетних в рамках выделенных категорий, рекомендуемые программы психологического просвещения, профилактики и коррекции, а также рекомендации по осуществлению психологической реабилитации детей и подростков [17, с.6].

В рамках выполнения Государственного задания Министерства просвещения РФ на 2024год кафедрой психологии ФГБОУ ВО «ДГПУ им.Р.Гамзатова» выделено 5 инструментов скрининга, позволяющих оценить актуальное состояние детей методом самооценивания обучающихся и оценивания значимыми взрослыми:

1. Обучающиеся 1-4 классов;
2. Обучающиеся 5-7 классов;
3. Обучающиеся старших классов;
4. Классные руководители всех классов;
5. Родители всех детей.

Оценка результатов скрининга подразумевает комплексный анализ нескольких показателей:

1. Социально-демографические показатели;
2. Данные, отражающие психологические ресурсы ребенка (защитные факторы);
3. Показатели нарушений в различных сферах жизнедеятельности несовершеннолетних (от проявлений дезадаптации до отдельных симптомов посттравматического стрессового расстройства): психофизиологическая сфера; эмоциональная сфера; познавательная сфера; поведенческая сфера; коммуникативная сфера [3, с.54-59].

Получены результаты, отражающие факторы риска и психологические ресурсы обучающихся для совладания со стрессом в психофизиологической, эмоциональной, когнитивной, поведенческой, коммуникативной сферах жизнедеятельности, а также степень вовлеченности несовершеннолетних в экстремальные ситуации, связанные с потерей близких:

-часть детей, переживших опыт потери значимого близкого испытывает симптомы дезадаптации и выраженное неблагополучие;

- выявлена тенденция к снижению уровня благополучия в указанных сферах с возрастом в рамках средней школы (с 5 по 8 класс);
- наибольший процент дезадаптивных проявлений выявлен в психофизиологической, эмоциональной и когнитивных сферах, наименьший в коммуникативной и поведенческой;
- выявлены различия в субъективной оценке благополучия по сферам жизнедеятельности между девочками и мальчиками старшей школы (9-11 классы);
- подтвержден феномен опосредования психологическими ресурсами воздействия психотравмирующих обстоятельств на психику) что соответствует взглядам Д.А.Леонтьева и результатам, полученным авторами зарубежных исследований, касающихся детской травмы.

Список литературы

1. Атагунов Р.И. Оптимизм, жизнестойкость и удовлетворенность жизнью российских военнослужащих. Дата: 2018 //URI: <https://dspace.kpfu.ru/xmlui/handle/net/150336>
2. Алгоритм сопровождения в дошкольных образовательных, общеобразовательных, профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования детей ветеранов (участников) специальной военной операции, обучающихся в соответствующих организациях, в целях оказания таким детям необходимой помощи, в том числе психологической //Москва 2023г. URL: <https://111.su/YQWX>
3. Барышева Е.И. Трансформации содержательных характеристик картины мира взрослых, переживших ситуацию военного конфликта // Вестник КГУ. 2020. Т. 26, № 1. С. 54–59 DOI: 10.34216/2073-1426-2020-26-1-54-59
4. Грязнов С.В., Лямина К.А., Орлова О.А. Методические рекомендации по взаимодействию и оказанию помощи ветеранам боевых действий для специалистов социальных учреждений [Электронный ресурс] – Барнаул.: КГБУ СО «Центр социальной реабилитации инвалидов и ветеранов боевых действий», 2021. – URL: <https://veteran-22.ru/wp-content/uploads/2021/09/metodicheskie-rekomendaczii-dlya-uchrezhdenij.pdf>. С. 6- 11.
5. Волкан В. Жизнь после утраты: Психология горевания / В. Волкан. - М.: Когито-Центр, 2020. С. 288
6. Грязнов С.В., Лямина К.А., Орлова О.А. Методические рекомендации по взаимодействию и оказанию помощи ветеранам боевых действий для специалистов социальных учреждений [Электронный

ресурс] – Барнаул.: КГБУ СО «Центр социальной реабилитации инвалидов и ветеранов боевых действий», 2021. – URL: <https://veteran-22.ru/wp-content/uploads/2021/09/metodicheskie-rekomendaczii-dlya-uchrezhdenij.pdf>. С. 6-11.

7. Кадыров Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): учебник и практикум для вузов – М.: Издательство Юрайт, 2023. С.644

8. Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление: учебное пособие для вузов / А. И. Красило. Москва: Издательство Юрайт, 2024. С. 213 (Высшее образование). ISBN 978-5-534-14834-3. Текст: электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/544479> (дата обращения: 14.05.2024).

9. Колобова С. В. Жизнестойкость и смысложизненные ориентации людей, проживающих в районах ведения боевых действий. Вестник государственного университета просвещения // № 4 (2022). серия: психологические науки. Текст: электронный // URL:<https://doi.org/10.18384/2310-7235-2022-4-89-100> (дата обращения: 14.05.2024).

10. Лисниченко И.Ю. Особенности проживания горя на различных этапах при утрате близких // Студенческий форум: электрон. научн. журн. 2017. № 4(4).

11. Мищенко, Л. В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов: учебное пособие для вузов / Москва: Издательство Юрайт, 2024. С.225 ISBN 978-5-534-06460-5. Текст: электронный // URL: <https://urait.ru/bcode/540706> (дата обращения: 14.05.2024).

12. Скоморовский А., Джастин А. Чемберленд, Синтия Ван., Психологическое здоровье супругов: роль здоровья супруга-военнослужащего и защитные факторы. Текст: электронный // URL: <https://www.Semanticscholar.org/paper/Spousal-Psychological-Health%3A-The-Role-of-Military-Skomorovsky-Chamberland/f3f71275423e04786b7444e29d97ced369a8e8d8>

13. Щеглова Е.С., Суркова И.Ю. Динамика проявления военного синдрома: структурно-функционалистская перспектива // Вестник Поволжской академии государственной службы. 2020. № 1 (22). С. 145-151.

14. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности// Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. С. 59-65.

15. Сборник статей «Современный интегративный подход в профилактике кризисных состояний» / Под общей ред. Н. А. Складной. – Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020. С. 6

*Тарасова Наталья Георгиевна,
психолог, старший преподаватель,
Братский государственный университет,
Братск, 89025765578@mail.ru*

*Храмцова Надежда Анатольевна
психолог,
МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 97»,
Братск, raoktava@mail.ru*

САМОВОССТАНОВЛЕНИЕ ПРИ ВТОРИЧНОЙ ТРАВМАТИЗАЦИИ У ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ (ВОЛОНТЕРЫ СВО, СОТРУДНИКИ ОРГАНИЗАЦИЙ, РАБОТАЮЩИЕ С ПРЯМЫМИ И КОСВЕННЫМИ УЧАСТНИКАМИ СВО)

Аннотация. В статье проводится анализ и описывается взаимосвязь симптомов эмоционального выгорания и вторичной травмы, обосновывается наличие вторичной травматизации косвенных участников СВО и ускорение появления у них эмоционального выгорания, предлагается программа консультаций для индивидуального и группового участия, личного присутствия или он-лайн проведения, направленная на восстановление личностных ресурсов для повышения эффективности в работе и улучшения качества жизни у косвенных участников СВО.

Ключевые слова: вторичная травма, эмоциональное выгорание, профессиональное выгорание, самовосстановление, совладающее поведение, прямые и косвенные участники СВО, аллостатическая нагрузка, релаксация.

*Tarasova Natalia Georgievna,
Khramtsova Nadezhda Anatolievna*

SELF-RECOVERY FROM SECONDARY TRAUMA IN HELPING PROFESSIONS (VOLUNTEERS, EMPLOYEES OF ORGANIZATIONS WORKING WITH DIRECT AND INDIRECT PARTICIPANTS OF THE ORGANIZATION)

Annotation. The article analyzes and describes the relationship between the symptoms of emotional burnout and secondary trauma, substantiates the presence of secondary traumatization of indirect

participants of SWO and acceleration of emotional burnout, offers a program of counseling for individual and group participation, personal presence or online, aimed at the restoration of personal resources to improve the effectiveness of work and improve the quality of life of indirect participants of SWO.

Key words: secondary trauma, emotional burnout, professional burnout, self-recovery, coping behavior, direct and indirect SWO participants, allostatic load, relaxation.

Военно-политические события, происходящие в настоящее время, актуализировали вопрос о психологической помощи не только прямым участникам военно-политических конфликтов, подверженным прямой психической травме, но и косвенным участникам: членам семей участников СВО, волонтерам СВО, сотрудникам организаций, помогающим участникам СВО. Косвенные участники подвержены вторичной травме, травме свидетеля. Об этом говорят не только исследования ученых (психологов, психиатров), но и сами косвенные участники, которые обращаются за консультациями к психологам.

По определению профессора Чарльза Фигли вторичная травма - это стресс, возникающий в результате помощи или желания оказать помощь страдающему человеку. В одной из своих ранних работ он писал: «Достаточно быть членом семьи и заботиться о своих близких, чтобы переживать травматичные события, происходящие с ними. Таким образом, мы тоже становимся жертвами из-за нашей эмоциональной связи» [11, с. 32].

Вторичный травматический стресс связан с синдромом выгорания, который приводит к бессоннице, депрессии и нарушению коммуникации с семьей и значимыми людьми.

Различия между ними лежат, главным образом, в причинах возникновения этих состояний: в то время как вторичная травмы чаще всего возникает как вторичная реакция на эмпатическое сопереживания людям с травматическими или проблемными ситуациями, синдром выгорания может возникать при работе с любыми людьми. Синдром выгорания проявляется постепенно (накопленный стресс), а вторичная травма может наступить внезапно и безо всякого предупреждения [8, с. 472].

Несколько основных симптомов вторичного травматического стресса очень напоминают классические симптомы посттравматического стрессового расстройства [8, с. 472]: (1)

повторное переживание травматического события в сновидениях или воспоминаниях; (2) избегание ситуаций, мыслей и впечатлений, так или иначе связанных с травматической ситуацией, и как результат – прекращение определенных видов занятий; (3) постоянное возбуждение, расстройство сна, трудности концентрации внимания и т.п. По времени эти симптомы возникают непосредственно после столкновения с травмирующим событием, и их наличие считается естественным в течение 30 дней после стресса – или признаком вторичного травматического стрессового расстройства (STS Disorder), если продолжают дольше (Stamni; 1999).

Травма помогающего вызвана тем, что помогающий принимает на себя большое количество тяжелых, страшных, негативных эмоций, которые выдает травмированный человек, человек в остром стрессе, горе, шоковом состоянии. Помогаящий или свидетель "заражается" и переполняется ими. Травмируется эмоционально-волевая сфера. За ней могут появиться когнитивные искажения и изменения в поведении.

Симптомы вторичной травмы схожи с симптомами эмоционального выгорания.

Всемирная организация здравоохранения определяет «синдром выгорания» как физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе, усталостью, бессонницей, повышенной подверженностью к соматическим заболеваниям, употреблению алкоголя или других психоактивных веществ и суицидальному поведению [12, с. 3]. В Международной классификации болезней и поведенческих расстройств 10-го пересмотра (МКБ-10) [15] «синдром выгорания» отнесен в диагностический таксон Z 73 – «Проблемы, связанные с трудностями управления своей жизнью» и шифруется Z 73.0 – «выгорание» (burnout).

В отечественных научных публикациях используется несколько вариантов перевода английского термина «burnout» [12, с.4]: «эмоциональное выгорание» – наиболее распространенный вариант; «эмоциональное перегорание» (Вид В.Д., Лозинская Е.И., 1998, Лозинская Е.И., 2007); «эмоциональное сгорание» (Конечный Р., Боухал П., 1983; Яценко Т.С., 1989; Форманюк Т.В., 1994; Бойко В.В., 1996; Трунов Д.Г., 1998; Глауберман Д., 2004); «эмоциональное истощение» (Никитин Е.А. и др., 2007); «психическое выгорание» (Водопьянова Н.Е., 2001; Выдай А., Ложкин Г., 1998; Орел В.В., 2005, Щелкова О.Ю. и др. 2008); «синдром профессиональной деформации» (Абрамова Г.С., Юдчиц Ю.А., 1998, Безносков С.П.,

2004; Орлов Д.Н., Подсадный С.А., Шойгу Ю.С., 2007; Полякова О.Б., 2004) «синдром эмоциональной (профессиональной) деформации» (Слабинский В.Ю., Подсадный С.А., 2004); «профессиональное выгорание» (Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С., 2005; Сергеева Л.С., 2006; Юрьева Л.Н., 2004).

Под эмоциональным/профессиональным выгоранием понимается процесс развития хронического профессионального стресса умеренной интенсивности, вызывающий деформацию личности профессионала [12, с. 4]. Профессиональное выгорание имеет междисциплинарный характер и представляет предмет изучения для психологов, социологов, организаторов и врачей.

Наиболее широкое распространение получила трехфакторная модель профессионального выгорания, сформулированная психологом из г. Пало-Альто (Калифорния, США) Кристиной Маслач (С. Maslach). Она и ее коллеги рассматривают профессиональное выгорание в совокупности выраженности: 1) эмоционального истощения (emotional exhaustion – EE);

2) деперсонализации (depersonalisation – DP);

3) редукции личных достижений (personal accomplishment – PA).

Факторы, провоцирующие формирование профессионального выгорания, подразделяются на внешние и внутренние.

Внешние:

- хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность (присутствует в работе и в жизни косвенных участников СВО);

- дестабилизирующаяся организация деятельности (присутствует в работе и в жизни косвенных участников СВО, связана с нестабильным поведением участников СВО, резкими изменениями в военной обстановке, а также и с тем, что некоторые НКО еще не имеют системы в работе и сотрудники этих организаций вынуждены работать без кабинета, без понятных процедур, без рабочих инструментов);

- повышенная ответственность за исполнение функций и операций (присутствует в работе и в жизни косвенных участников СВО);

- неблагоприятная психологическая атмосфера профессиональной деятельности (присутствует в работе и в жизни косвенных участников СВО);

- психологически трудный контингент, с которым имеет дело профессионал в сфере общения (присутствует в работе и в жизни косвенных участников СВО).

Внутренние: склонность к эмоциональной ригидности; интенсивная интериоризация (восприятие и переживание) обстоятельств про-

фессиональной деятельности; слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности; нравственные дефекты и дезорганизация личности.

В работах Кристины Маслач указывается, что, например, «средний» сотрудник психиатрической клиники обнаруживает симптомы профессионального выгорания уже через полтора года после начала работы, социальный работник – через 2–4 года. Следует отметить, что косвенные участники СВО в настоящее время подвергаются многократному вторичному травмированию и психика испытывает нагрузку и напряжение в постоянном режиме. У членов семей, волонтеров, сотрудников организаций, помогающим участникам СВО, это происходит ежедневно, а то и по несколько раз в день. Из практики общения и обращений этих сотрудников за психологической помощью и поддержкой можно наблюдать многократное ускорение появления эмоционального выгорания – 3 – 6 месяцев. В связи с этим необходимо быстрое психологическое реагирование, направленное на восстановление косвенных участников СВО.

Анализ симптомов эмоционального выгорания и вторичной травмы (Таблица 1) позволяет проследить их схожесть и сформировать программу восстановления косвенных участников СВО на основе имеющихся программ, методик, методов и механизмов восстановления и управления эмоциональным и профессиональным выгоранием, которые изучаются и практикуются не одно десятилетие.

Таблица 1.

**Анализ симптомов эмоционального выгорания
и вторичной травмы**

Симптомы выгорания:	Симптомы вторичной травмы:
астенизация – чувство постоянной усталости, утомляемости, нервного истощения	нехватка времени и сил для себя, всегда уставший, не хватает отдыха
чувство незавершенности контакта, виновности	преуменьшение своих способностей
нарушение режимов сна и бодрствования	постоянное возбуждение, расстройство сна, трудности концентрации внимания и т.п.
психосоматические реакции, чаще всего – со стороны сердечно-сосудистой системы: головные боли,	психосоматические реакции, чаще всего – со стороны сердечно-сосудистой системы: головные боли,

неприятные ощущения в области сердца, колебания артериального давления, реже – со стороны желудочно-кишечного тракта, неврологические расстройства	неприятные ощущения в области сердца, колебания артериального давления
кратковременные психогенные реакции в виде навязчивых представлений, мыслей, сомнений и даже фобий после сложных эмоционально тяжелых случаев	изменение в сенсорном опыте (навязчивые образы, диссоциации, деперсонализации)
изменения по отношению к своей профессиональной деятельности проявляются в форме сомнения в необходимости и полезности своей профессии для общества, ощущение бессмысленности своего труда	глобальное ощущение отчаяния и безнадежности
изменение отношения к клиентам с позитивного на негативное, проявляющееся в том, что клиент начинает вызывать раздражение, злость, гнев, брезгливость и другие, отсутствовавшие ранее, негативные чувства	изменение отношения к участникам СВО с позитивного на негативное, раздражительность, обесценивание их проблем
увеличение негативного взаимодействия с семьей и значимыми людьми	нарушение отношений с близкими
постоянное чувство озабоченности по поводу работы	избегание ситуаций, мыслей и впечатлений, так или иначе связанных с травматической ситуацией, и, как результат, - прекращение определенных видов занятий
чувство тяжести и пустоты, связанное с работой	внутренняя опустошенность от взаимодействия с участниками СВО
снижение способности успешно разрешать собственные проблемы: как личные, так и профессиональные	подавление психологических потребностей, ослабление эго-ресурсов, «Долго собираюсь с силами, откладываю на потом»
раздражение, направленное на коллег	Раздражительность, агрессивность, обидчивость, подозрительность
когнитивные искажения, снижение эффективности мыслительных процессов, трудно воспринимать новое	когнитивные искажения, трудно воспринимать новое из-за отсутствия личностных ресурсов
сниженный фон настроения с легко возникающей тревожностью, песси-	самообвинение, чувство неудачи («я столько делаю, но ситуация не меня-

мизм, депрессивное состояние, само-обвинение	ется»))
отношение к работе как к тяжелой необходимости, а не как к чему-то, приносящему удовлетворение	периодическое желание все бросить и уволиться, неоднократные заявления об увольнении
прием алкоголя или ПАВ, оправдание курения, изменение пищевого поведения	зависимость от внешнего успокаивающего источника: человека, животного или ПАВ
	повторное переживание травматического события в сновидениях или воспоминаниях
	резкие решения, стремление к резким изменениям в жизни
	трудности в управлении эмоциями: быстро и легко возникают эмоции, реагирование даже на "мелочи", сложнее успокоиться, освободиться от эмоций

Симптомы профессионального/эмоционального выгорания и вторичной травмы схожи, можно отметить, что при вторичной травматизации симптомов больше и они возникают быстрее.

В исследованиях Е.С.Старченковаой [17, с. 198] описывается совладающее поведение, которое помогает личности преодолевать симптомы стресса, профессионального выгорания. Оно представляет собой особую форму реализации активности личности в трудных жизненных ситуациях. Человек решает задачу совладания с возникающими трудностями. Реагирование человека на уже случившийся стресс и сложные жизненные ситуации – это реактивное совладание, направленное на компенсацию потерь от уже произошедших событий. Реактивный уровень совладания направлен прежде всего на компенсацию потерь и уменьшение ущерба от стрессового события, он характерен для сверхсильных, внезапных, непрогнозируемых или мало прогнозируемых ситуаций. Проактивный уровень совладания связан с прогнозированием стрессовых ситуаций и обучением человека наиболее эффективным способам реагирования в них.

Исследование совладающего поведения указывает на большую эффективность проактивного совладания, чем реактивного. Однако в сегодняшней ситуации многие представители помогающих профессий, работающие с прямыми и косвенными участниками СВО, не были подготовлены заранее к переживанию вторичной травмы, к работе

с острыми стрессовыми расстройствами и поэтому в задачи психологической помощи таким людям входит восстановление ресурсов при реактивном совладании, то есть обучение методикам самовосстановления после вторичной травматизации, которая приводит к очень быстрому выгоранию.

По субъективным оценкам в такой ситуации (собственная психологическая неподготовленность к работе с прямыми и косвенными участниками СВО, систематическая, практически без перерывов происходящая ре-травматизация) работник выдерживает 3-6 месяцев, после чего чувствует себя в крайней степени выгорания. То есть выгорание происходит так быстро, что человек не успевает осознать этот процесс, проанализировать и управлять им, не успевает восстановить свои ресурсы. Ресурсы являются теми физическими и духовными возможностями человека, мобилизация которых позволяет ему реализовать стратегии поведения для предотвращения развития стресса или для его купирования. Ресурсы включают в себя объекты, состояния, личные характеристики, которые либо сами по себе ценны для выживания прямо или косвенно, либо служат средствами достижения целей [15, с. 202].

Результат избыточной реакции на стресс, ведущей к срывам процессов адаптации и преждевременному изнашиванию организма Е. С. Черкасова называет аллостатической нагрузкой [16, с. 198]. Такое состояние наступает при воздействии слишком сильного стресса или при снижении способности организма преодолевать стресс.

При сохранении стрессовой реакции уровень активации симпатической системы остается высоким длительное время, ответная реакция парасимпатической нервной системы (реакция релаксации) не включается. Так происходит при многократной ре-травматизации: психика человека подвержена высокой аллостатической нагрузке, что приводит к быстрой потере ресурсов, изнашиванию организма и профессиональному выгоранию.

Это означает, что организм не может вернуться в состояние постоянства показателей внутренней среды, при котором его основные системы работают в нормальном режиме. Следовательно, для запуска процесса самовосстановления необходимо освоить навыки релаксации. Релаксация – и есть тот самый механизм запуска самовосстановления и самоисцеления, который естественным образом существует в живой природе как обратная сторона медали реакции на стресс.

Самовосстановление является врожденной способностью тела и сознания стимулировать механизмы возвращения к равновесию, что-

бы облегчить боль, напряжение [7, с. 121]. Организм является автономной саморегулирующейся системой, способной поддерживать свое функционирование. Методы психической саморегуляции позволяют упразднить факторы, нарушающие его гомеостатическое равновесие и ведущие к саморазрушению [1, с. 1].

Для снижения высокой стрессовой нагрузки у волонтеров и у сотрудников, работающих с прямыми и косвенными участниками СВО, для самовосстановления и формирования проактивного совладающего поведения нами была разработана и проведена программа консультаций, представленная в Таблице 2.

Определение потребности и симптомов у волонтеров и у сотрудников, работающих с прямыми и косвенными участниками СВО, происходила в «полевом режиме», через интервьюирование. Данные об этом эмпирическом исследовании фиксировались в свободной форме, так как предназначались только для работы с конкретной группой. Наиболее часто участниками группы указывались следующие симптомы: трудности в управлении эмоциями: быстро и легко возникают эмоции, реагирование даже на "мелочи", сложнее успокоиться, освободиться от эмоций; трудности со сном; снижение самооценки, сомнение в своих способностях; чувство безнадежности, бессмысленности собственной деятельности; нарушение отношений с близкими людьми, с семьей; нарушение режима работы и отдыха; постоянная усталость, невозможность расслабиться, отключиться от работы без последующего чувства вины.

Программа консультаций (Таблица 2) ориентирована не только на снижение указанных симптомов, но в целом на обучение навыкам самовосстановления через психологическое просвещение и релаксацию. Программа направлена на то, чтобы участники умели самостоятельно эффективно восстанавливать свое психическое и физическое равновесие. Применение методов манипулятивных психотерапевтических технологий, наиболее часто используемых в настоящее время, может способствовать усилению зависимости человека от психологов, психотерапевтов и снизить его адаптивные возможности. Знание же основных приемов психической саморегуляции позволяет каждому человеку самостоятельно справляться с возникающими проблемами и, таким образом, более полно самоактуализироваться [1].

Таблица 2.

**Программа консультации для волонтеров,
работников поддерживающих профессий**

Обобщенные цели программы: восстанавливать собственные ресурсы, предотвратить эмоциональное выгорание и его последствия, снизить негативное воздействие «вторичной травмы», укрепить свое здоровье. Форма работы: очная или дистанционная по видеосвязи. Встречи по 30-40 минут.

№	Тема (план занятий/консультаций)	Терапевтическая цель	Примеры упражнений, тем
1	<p>Вторичная травма у помогающих Теоретическое понимание о вторичной травме: кто и почему подвержен, как проявляется, что травмируется. Методики восстановления своих ресурсов и мышления (практикум).</p>	<p>Психологическое просвещение, стабилизация самооценки, повышение уровня осознанности, снижение глобального ощущения отчаяния и безнадежности</p>	<p>Определение травмы, вторичной травмы, эмоциональных нарушений, когнитивных искажений, симптомов выгорания. Методы контроля мышления (коррекция состояний средней зоны осознания). Методы регуляции через состояние транса (совмещение приемов работы во внутренней и средней зонах осознания). Техники визуализации, направленные на ментальное расслабление (эриксоновский гипноз, мотивы из символдрамы (например, Лошадь).</p>
2	<p>Навыки общения с человеком в горе Теоретическое понимание процессов проживания горя, утраты. Методы восстановления себя при работе с горем, острыми кризисными состояниями (практикум)</p>	<p>Снижение страха общения с человеком в горе, снижение раздражительности и гнева на подопечных, изменение отношения к участникам СВО на осознанное, более позитивное. Восстановление бережного обращения с собой, собственными</p>	<p>Определение горя, утраты, характеристики утраты. Клинические проявления переживания горя. Реакции в горе, динамика горя. Навыки помощи человеку в горе: действия, терапевтические вопросы, арт-терапевтические техники для человека в горе. Методы контроля мыш-</p>

		ресурсами. Актуализация собственных психологических потребностей.	ления (коррекция состояний средней зоны осознания). Визуализация из методов Хакоми (Любящее сердце) – забота о себе.
3	Как работать с чувствами эмоциями, чтобы «не сгореть» Как помогать человеку в горе, сохраняя себя. Основные правила поведения с человеком в горе, остром стрессовом/кризисном состоянии.	Повышение самооценки, развитие навыков управления эмоциями: освобождения от негативных эмоций. Эмоциональное восстановление, снижение чувства опустошённости, тревоги, безнадежности. Формирование границ: личностных, эмоциональных. Ослабление кратковременных психогенных реакций в виде навязчивых представлений, мыслей, сомнений и даже фобий после сложных эмоционально тяжелых случаев.	Теоретическое понимание эмоций, эмоционального заражения, эмпатии. Навыки отделяться от другого в эмоциональном плане, сохраняя поддержку, заинтересованность, эмпатию. Методы контроля мышления (коррекция состояний средней зоны осознания). Методы регуляции через состояние транса (совмещение приемов работы во внутренней и средней зонах осознания). Методики «контейнирования эмоций». Методика работы со своими эмоциями – Попутчик (визуализация, эриксоновский гипноз).
4	Навыки общения с людьми, находящимися в позиции жертвы Варианты конструктивного выхода из манипулятивного треугольника, определение собственной роли, ее последствий и способов изменения	Устранение чувства незавершенности контакта, виновности. Устранение сомнений в необходимости и полезности своей профессии для общества, ощущение бессмысленности своего труда. Устранение глобального ощущения отчаяния и безнадежности.	Теоретическое понимание «треугольника» Карпмана: жертва-спаситель-мучитель. Теоретическое понимание ролевых характеристик: жертва, спаситель, мучитель. Способы выхода из манипулятивного треугольника в конструктивные отношения.
5	Создание плана вос-	Развитие навыков сов-	Определение психиче-

<p>становления для себя Варианты восстановления (перечень действий, дел, способов, опыт коллег) Методики расслабления тела, структурирования мыслей, собирания себя в целое. Методики восстановления собственных ресурсов (практикум)</p>	<p>ладающего поведения (реактивное совладание, проактивное совладание). Навыки быстрого самовосстановления (расслабления). Осознание и снятие психоэмоционального напряжения и мышечных зажимов. Уменьшение выраженных стрессовых реакций. Избавление от негативных навязчивых мыслей и эмоций. Повышение осознанности, устойчивости к действию стрессовых факторов.</p>	<p>ской саморегуляции, её особенности, возможности, классификация. Методы контроля функций тела (коррекция внутренней зоны осознания). Методы регуляции через состояние транса (совмещение приемов работы во внутренней и средней зонах осознания). Дыхательные техники, активирующие парасимпатическую нервную систему (например, упр. «Успокоение»). Техника медитации осознанности (mindfulness).</p>
---	---	---

Список литературы

1. Агеенкова Е.К. Комплекс приемов психической саморегуляции эмоциональных состояний для профилактики и реабилитации соматических расстройств, кризисных состояний и утомления у военнослужащих. //Военно-психологический вестник. Информационно-методическое пособие для офицеров социально-психологической структуры Вооруженных Сил Республики Беларусь. /Под ред. А.Н. Гура. – Минск: Центр идеологической работы ГКДУ «ЦДО ВС РБ», 2008. - №1. – С. 13 - 59.
2. Антоненко М. Проблема феномена «выгорания» у консультантов и волонтеров в работе телефона доверия / М. Антоненко; Респ. центр соц.-психол. помощи населению [и др.]. – Казань, 2001. – 65 с. 100–111.
3. Водопьянова Н.Е., Старченко Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008.- 336 с.: ил. – (Серия «Практическая психология»)
4. Евдокимов В.И. Эмоциональные состояния в экстремальных условиях деятельности и их коррекция / В.И. Евдокимов,

В.Л. Марищук, А.И. Губин // Вестн. психотерапии. – 2008. – № 26(31). – С. 56–66.

5. Концепция самовосстановления при скелетно-мышечной боли: обзор, основанный на принципах доказательной медицины. / BillGiannakopoulos, NayetKechemir, MohamedAmessou и IvaIgrackiTurudic [Электронный ресурс]. Evidence for Self-Medication. International Review Journal. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.efsm.online/ru_ru/article-overview/101/2022/self-healing-concept-for-musculoskeletal-pain-management-an-evidence-based-review. Дата публикации: 06.09.2022

6. Кузьмина Ю.М. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности специалистов социальной работы: проявление и профилактика: монография / Ю.М. Кузьмина; Казан. гос. технологич. ун-т. – Казань: КГТУ, 2007. – 154 с. 21.

7. Лопатина А.Б. Методы активации механизмов самовосстановления // Успехи современной науки и образования. 2016, №10, Том 6. С. 121-123.

8. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога). ISBN S-699-07805-3

9. Марищук В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – СПб.: Сентябрь, 2001. – 260 с.

10. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум / сост. О.В. Барканова [серия: Библиотека актуальной психологии]. – Вып.2. – Красноярск: Литера-принт, 2009. – 237 с.

11. Петракова Г. Травма свидетеля: почему мне плохо от того, что я вижу, и как с этим справиться. - Москва: Эксмо, 2023. - 208 с.

12. Подсадный С.А. Развитие научных представлений о синдроме выгорания / С.А. Подсадный, Д.Н. Орлов // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: [монография] / под ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла [и др.]; Курск. гос. ун-т. – Курск : Курск. гос. ун-т, 2008. – С. 13–34.

13. Психические расстройства и расстройства поведения (F00 - F99) Класс V МКБ-10, адаптированный для использования в Российской Федерации. - Москва 1998 г., Министерство здравоохранения Российской Федерации. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://psychiatr.ru/download/1998?view=1&name=МКБ-10_c_гиперссылками.pdf

14. Соловьева А.В. Теория и практика психической саморегуляции: учебное пособие / А. В. Соловьева; - Москва: Московский ун-т М-ва внутренних дел Российской Федерации им. В. Я. Кикотя, 2017. - 56 с.: табл.; 21 см. - (Знания. Честь. Отечество).

15. Старченкова Е.С. Концепция проактивного совладающего поведения / Е.С. Старченкова // Вестн. С-Петербур. ун-та. Сер. 12. Психология, социология, педагогика. – 2009. – Вып. 3, ч. 1. – С. 198–204.

16. Черкасова Е.С., Гришин О.В., Турсин Ю. А. Преодоление синдрома эмоционального выгорания и избыточного стресса в деятельности сотрудников следственного комитета РФ на основе психолого-психофизиологической модели саморегулирования и самовосстановления. ISSN 1818-7986. - Вестник НГУ. Серия: Право. 2012. Том 8, выпуск 2. С. 197–200.

*Хаджиалиев Курбан Идрисович,
кандидат педагогических наук, доцент
Дагестанский государственный медицинский университет,
Махачкала. kurban446@mail.ru*

МЕДИЦИНСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО КАК ВАЖНЫЙ РЕСУРС ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Аннотация. Исследование посвящено проблеме использования студенческого добровольчества в оказании необходимой психолого-педагогической и медицинской помощи семьям участников СВО. Экспериментально обосновывается эффективность влияния студенческого волонтерства на процесс становления их профессионального самоопределения.

Ключевые слова: студенческое добровольчество, медицинское добровольчество, альтруизм, медико-профилактическое сопровождение, психолого-педагогическое сопровождение, профессиональное самоопределение.

Khajialiev Kurban Idrisovich

MEDICAL VOLUNTEERING AS AN IMPORTANT RESOURCE FOR PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT

OF FAMILY MEMBERS OF PARTICIPANTS IN THE CONFLICT AND PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF MEDICAL STUDENTS

Abstract. The study is devoted to the problem of using student volunteerism in providing the necessary psychological, pedagogical and medical assistance to the families of the participants of the SVO. The effectiveness of the influence of student volunteering on the process of formation of their professional self-determination is experimentally substantiated.

Keywords: student volunteerism, medical volunteerism, altruism, medical and preventive support, psychological and pedagogical support, professional self-determination.

Вопрос использования потенциала добровольчества в формировании различных социально значимых качеств личности многоаспектен и достаточно актуален, особенно в последнее время, когда добровольческая деятельность на современном этапе своего развития рассматривается не столько как определенный вид социальной деятельности, а как полноценный социальный институт, выполняющий важные функции.

Одной из областей, преимущественно имеющих отношение к человеку и различным сообществам людей, является профессиональная подготовка медиков. Их работа непосредственно связана с сочувствием к другим людям, тактичностью и терпимостью в отношениях, наблюдательностью и гибкостью в поведении, коммуникабельностью и организаторскими способностями в коллективе, ответственностью за жизнь людей.

В этих условиях возрастает необходимость ориентации социальных и производственных отношений, профессиональную направленность специалистов на альтруистические мотивы, которые связаны с бескорыстной заботой о благополучии других людей. Альтруизм (от лат. alter - другой) при этом определяется как направленность личности, при которой основным мотивом ее поведения являются интересы другого человека или социальной общности [5].

Но при этом возможны два основания проявления личностью доброты на основе альтруистических чувств. В ситуациях, имеющих однозначный смысл ценностей, принятый в обществе, субъект может придерживаться такого поведения, основываясь на потребности действовать в соответствии с общепринятыми ценностями, желанием приобрести новые полезные навыки, потребностью стать членом группы и заслужить одобрение окружающих. Такой подход принято

называть нормативным, и он не учитывает личностную и индивидуальную позицию человека.

Если ситуация требует разных вариантов оценки и принятия решений, то субъект основывается на личностном субъективном смысле, которое связано с его природными структурами, близкими к альтруизму [6]. К таким характеристикам можно отнести: предрасположенность к сопереживанию человеку, сочувствие как отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, эмпатию как аффективную связь с другим человеком, открытость в общении и др., т.е. все, что связано с этическими проблемами. Такой подход принято называть интерпретативным, и считается, что в нем актуализируется ориентация на культурные, ценностно-смысловые детерминанты самоопределения и самореализации индивида в предлагаемых социальных условиях.

В исследованиях в качестве необходимых принципов приучения молодежи к альтруистским чувствам выделены:

1. Готовность жертвовать своими интересами, благополучием и даже жизнью ради помощи другим людям.

2. Бескорыстие, которое выражается в помощи нуждающимся людям, без ожидания материальной, психологической или физиологической выгоды.

3. Гуманность и милосердие в форме веры в благополучие жизни каждого человека, в перспективу благополучия общества.

4. Бескорыстное распространение знаний, ценной информации и передача опыта тем, кто в нем нуждается.

5. Жизнь в гармонии с окружающими без проблем, не причиняя зла обидчикам, не доставляя никому неприятностей, не вступая в конфликты.

6. Скромность и анонимность, которые выражаются в отсутствии хвастовства, гордыни, без напоминания о совершенных им добрых делах [4].

Для такой подготовки, имеющей этическую направленность, больше подходит волонтерская, добровольческая деятельность. В словаре Ожегова С.И. под волонтерством понимается добровольное выполнение человеком обязанностей по оказанию безвозмездной социальной помощи, услуг, добровольный патронаж над инвалидами, больными и престарелыми, а также лицами и социальными группами населения, оказавшихся в сложных жизненных ситуациях [1]. В данных определениях сущностным признаком волонтерства указано по-

нимание необходимости оказания безвозмездной помощи людям с жизненными проблемами.

Поэтому сегодня, как никогда, актуальным становится вопрос о том, как и в каких формах студенческое добровольчество как значимый аспект молодежной политики государства по включению молодежи в активную социальную деятельность может осуществлять свою деятельность по оказанию своевременной и адресной помощи семьям участников СВО, что должно стать его методической целью.

Состояние неопределенности, постоянно сопровождающее семьи мобилизованных: страх за близкого, дефицит личного общения (особенно если дети были сильно привязаны к отцу – нарушены привычные способы, механизмы взаимодействия в семье, ролевое взаимодействие, обострение личностных психологических проблем и латентные расстройства), медико-профилактическая и психолого-педагогическая неграмотность взрослых членов таких семей настоятельно требуют организации эффективной помощи семьям участников СВО. Использование добровольческой деятельности студентов в организации медицинского и психолого-педагогического сопровождения семей участников СВО может стать важным ресурсом поддержки таких категорий семей и ценным фактором социальной интеграции, воспитания гражданской ответственности и профессионального самоопределения учащейся молодежи;

На четырех факультетах Даггосмедуниверситета нами был проведен социологический опрос с целью выявления примерного состояния проблемы добровольческой медико-профилактической помощи разным категориям населения и отношения студентов к оказанию добровольческой помощи семьям участников СВО, в котором приняло участие 300 студентов 1-х и 2-х курсов (лечебный, педиатрический, стоматологический и медико-профилактический факультеты). Были определены задачи исследования:

- изучение отношения студентов к волонтерской деятельности;
- выявление уровня сформированности альтруистских чувств у той части студентов, которая хоть эпизодически вовлечена в добровольческую деятельность;
- определение возможных проблем, затруднений, которые сдерживают желание студентов участвовать в добровольческой деятельности в работе с семьями участников СВО.

Методы и технологии исследования: анализ психолого-педагогической литературы, анкетирование, психологическое тестирование, включенное наблюдение, беседа.

Анализ результатов анкетирования позволяет нам констатировать, что в общем мнении студентов-медиков добровольчество пока не занимает приоритетное положение (около 60%). Эти студенты не рассматривают проблему использования студенческого добровольчества в целях помощи нуждающимся категориям населения как актуальную и считают, что для профессионального самоопределения студентов такая форма работы не очень эффективна.

Чуть более 25% участников опроса имеют устойчивый интерес к студенческой добровольческой деятельности, стремятся к участию в студенческом добровольческом движении, но потребности в целенаправленном применении своих возможностей в этом направлении не наблюдается.

И только у 15% опрошенных студентов выявлено устойчивое и ярко выраженное желание активно участвовать в добровольческой деятельности. Они рассматривают добровольчество как наиболее приемлемый и эффективный ресурс для получения ценного практического опыта работы с пациентами и развития социальной ответственности. По их мнению, такая работа способствует формированию этических принципов и ценностей, необходимых для работы в медицинской сфере и помогает им лучше подготовиться к будущей профессиональной деятельности.

Среди трудностей, связанных с участием студентов медицинского вуза в добровольческих объединениях опрошенные назвали недостаточность знаний о целях и деятельности подобных объединений, слабое владение методами и приемами работы с различными категориями населения (пациентами) в качестве волонтера, отсутствие опыта участия в волонтерских организациях и осуществления медико-профилактического сопровождения, коммуникации и эффективного взаимодействия с пациентами.

Исходя из вышеизложенного, анализа психолого-педагогической литературы по проблеме эффективного использования потенциала студенческого добровольчества в целях поддержки членов семей участников СВО и профессионального самоопределения самих студентов-медиков считаем, что необходимо разработать и реализовать программу мероприятий для обучения студентов медицинских специальностей получению новых знаний, опыта, компетенций добровольческой деятельности (обучающие семинары, тренинги, инструктаж, презентации, интерактивные занятия в виде работы в группах, ролевые и деловые игры, дискуссии, консультации специалистов и др.). Важно в процессе обучения отдельно уделить внимание вопросам оказания

медицинской профилактической помощи, безопасности жизнедеятельности в условиях оказания помощи членам семей участников СВО.

Такую работу нужно организовать соблюдая определенный алгоритм:

1. Организация обучающей работы с группой волонтеров;
2. Встречи и беседы с родителями или их представителями (определение ресурсного состояния родителя, потребности в оказании помощи и поддержки ребенку);
3. Получение согласия родителя на оказание медико-профилактической помощи членам семьи;
4. Наблюдения за детьми и осмотры их состояния;
5. Информирование родителей о проявлении негативных признаков в поведении;
6. Разработка плана работы и организация медико-профилактического сопровождения;
7. Организация взаимодействия с учреждением образования, в котором учится ребенок из семьи участника СВО.

Разработка и реализация программы предполагает следующие формы работы волонтеров-медиков:

- Мониторинг состояния здоровья и эмоционального состояния ребенка;
- Беседы с родителями и предоставление информации о доступных социальных услугах;
- Беседы с ребенком (соблюдая важные условия: говорить спокойно, на одном уровне с ребенком, в удобном месте простыми словами, чтобы ребенок почувствовал поддержку и безопасность);
- Направление к специалисту;
- Работа по снижению тревожности;
- Ограничение источников негативной информации;
- Медицинская помощь (релаксация, дыхательные упражнения, физическая активность и.т.д.);
- Использование игр, телесный контакт.

Всю работу в подготовке волонтеров необходимо направить на выявление, оценку и развитие альтруистских чувств, отношений и поведения, которые на различных уровнях уже действуют у потенциальных волонтеров. Если такие ростки не выявлены, а социальные мотивы у некоторых студентов сложились, необходимо начинать работу по формированию альтруистских отношений и поведения. Адекватными такой работе в современных условиях профессионального

образования являются интерактивные и смылосозидающие педагогические технологии.

Обобщая проведенный анализ волонтерской (добровольческой) деятельности, можно сказать, что она является одним из сущностных компонентов реализации гуманистической функции профессионального образования, целенаправленному формированию этики взаимоотношений. И, наоборот, добровольчество предполагает гуманность и милосердие, поскольку оно направлено на сочувствие, благотворительность, улучшение этических основ взаимодействия людей, которые должны улучшить жизнь людей.

Список литературы

1. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений. - М.: Азбуковник, 2001. - 940с.

2. Петошина С.И., Рыжкова И.В., Тегалева Т.Д. Педагогическое волонтерство в образовательных учреждениях как фактор развития социальных и профессиональных компетенций студенческой молодежи // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – №6.; Режим доступа: [http:// science-education. ru/ru/article/view?id=23397](http://science-education.ru/ru/article/view?id=23397) (дата обращения: 21.01.2020).

3. Принципы профессионального самоопределения. Режим доступа: [https://lektsii.org/ 16-39456.html](https://lektsii.org/16-39456.html)

4. Сикорская Л. Е. Педагогический потенциал добровольческой деятельности в социализации студенческой молодежи: дисс. ... д-ра пед. наук – М., 2011.- 421с. Режим доступа: <http://lib.ua-ru.net/diss/cont/486868.html>

5. Человек и общество. (Культурология) Словарь справочник. Режим доступа: <http://rudocs.exdat.com/docs2/index-586793.html>

6. Южанинова (Маркулес) Е. А. Альтруизм в структуре личностных потребностей волонтера. Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/6520/>

*Шихамирова Бата Абдулгамидовна,
к.п.н., доцент. зав. кафедрой
социальной педагогики и социальной работы
ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова»*

СПЕЦИФИКА РАБОТЫ СОЦИАЛЬНОГО ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОНФЛИКТОВ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ (В УСЛОВИЯХ ОУ)

Аннотация. Статья посвящена обсуждению возможностей социально-педагогической профилактики конфликтного поведения подростков в условиях ОУ. В ней определены задачи социально - педагогической профилактики конфликтного поведения, охарактеризованы конкретные формы и условия его реализации, а также факторы, оказывающие влияние на эффективность данного явления.

Ключевые слова: конфликт, подросток, социально-педагогическая профилактика, предупреждение, педагог-психолог.

Shikhamirova Bata Abdulgamidovna

SPECIFICS OF SOCIAL PEDAGOGUE'S WORK ON CONFLICT PREVENTION IN ADOLESCENCE (IN THE CONDITIONS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS)

Annotation. The article is devoted to the discussion of possibilities of co-social-pedagogical prevention of conflict behavior of adolescents in the conditions of EI. It defines the tasks of socio-pedagogical prevention of conflict behavior, characterizes the specific forms and conditions of its implementation, as well as the factors that influence the effectiveness of this phenomenon.

Key words: conflict, teenager, socio-pedagogical prevention, prevention, pedagogical psychologist.

Одной из актуальных проблем современного общества является рост агрессивных-конфликтных настроений в подростковой среде. Современный мир складывается в условиях обострения социальных противоречий, роста нестабильности и напряженности общественных процессов, характеризующихся повышенной конфликтностью межличностных отношений. За последние годы резко увеличился процент преступности, совершаемой подростками.

В образовательном учреждении дети проводят значительную часть времени и чаще сталкиваются с ситуациями, когда нужно проявить самостоятельность, принять решение, совершить поступок не откладывая, и от того, как они научатся это делать в школьные годы, будет зависеть, какими людьми они вырастут.

Конфликты в образовательном учреждении являются лакмусовой бумагой, свидетельствующей о неравномерном и не всегда правильном развитии различных аспектов в образовательном сообществе обучающихся.

Конфликтные ситуации в школе возникают между учениками, между учениками и учителями, между родителями и учителями, между администрацией и учителями, между родителями и администрацией.

Каждый находит свои способы выхода из сложных ситуаций: кто-то возмущается и борется, кто-то предпочитает терпеть, кто-то жалуется, надеясь на помощь, кто-то открыто конфликтует, а кто-то плетет интриги.

Школьные конфликты (особенно в подростковой среде) во многом обусловлены негативной социальной обстановкой.

Поэтому среди проблем, стоящих перед общеобразовательной организацией в период её модернизации, наиболее значимой является проблема профилактики межличностного конфликтного поведения подростков.

Подростковый возраст – самый сложный и трудный из всех детских возрастов, который представляет собой период становления личности.

Многие известные психологи и педагоги (Т. В. Драгунова, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, В. А. Лабунская, Д. И. Фельдштейн, Н. В. Гришина, Г. С. Абрамова, А. Н. Прихожан, Н. Н. Толстых), сходятся во мнении, что именно общение со сверстниками является для подростка наиболее значимым и во многом определяет все остальные стороны его поведения и деятельности, развития личности [1].

Главным процессом подросткового возраста считается переход от юношества к взрослости. Все стороны развития подвергаются перестройке, появляются и формируются новые психологические новообразования, закладываются основы сознательного поведения, формируются социальные установки.

Данный преобразовательный процесс и определяет главные особенности личности подростков.

Главное новообразование старшего подросткового возраста – открытие «Я», развитие рефлексии, осознание собственной индивиду-

альности и ее свойств, появление жизненного плана, установки на сознательные сферы жизни, что направляет «Я» на практическое включение в различные виды жизнедеятельности [2].

Неумение родителей показать детям пример, как нужно реагировать на сложные ситуации взаимодействия с другими людьми, приводит к тому, что ребенок не имеет необходимых социальных навыков построения отношений, ненасильственного разрешения межличностных конфликтов, самоконтроля, завоевания авторитета среди сверстников цивилизованными средствами, целеполагания и реализации жизненных планов, независимого поведения.

Конфликты оказывают заметное отрицательное влияние на психическое состояние и настроение конфликтующих.

Стресс, возникающий в ходе конфликтов, может быть причиной десятков серьезных заболеваний. Поэтому своевременные профилактические меры должны положительно влиять на психологическое и физическое здоровье учеников [2].

Отсюда появляются проблемы в общении не только со сверстниками, но и с учителями, администрацией школы, проблемы с дисциплиной, учебной.

Профилактика конфликтов, несомненно, будет способствовать повышению качества учебного процесса. Ученики и учителя станут тратить интеллектуальные и нравственные силы не на борьбу с оппонентами, а на свою основную деятельность.

Именно в школе у ребенка, подростка формируются навыки разрешения противоречий в межличностном взаимодействии, которые случаются в жизни каждого человека.

Предупредить конфликт гораздо легче, чем конструктивно разрешить его. Профилактика конфликтов, несомненно, важна, она требует меньших затрат сил, средств, времени и предупреждает даже те минимальные деструктивные последствия, которые имеет любой конструктивно разрешенный конфликт.

Деятельность по предупреждению конфликтов могут осуществлять сами ученики, учителя, руководители школ и органы управления ими, школьные психологи.

Способы реагирования педагогов и администрации на конфликтные ситуации часто имеют обвинительный и карательный характер. На педагогических советах и советах по профилактике, куда вызывают нарушителя порядка, происходит обвинение подростка, навешивание ярлыков и наказание. Не анализируются причины случившегося, не берутся во внимание чувства подростка, не говоря уже о чувст-

вах пострадавшего участника конфликта. Пострадавшей стороной интересуются формально, только чтобы подтвердить факт нарушения порядка, а случаются даже обвинения жертвы в том, что она сама спровоцировала действия нарушителя.

Это приводит к тому, что учащиеся не верят, что в школе им могут помочь, и предпочитают не обращаться за помощью к педагогам либо обращаются в самых крайних случаях.

В Республике Дагестан - наиболее полиэтничном регионе Российской Федерации - проблеме профилактики межличностных конфликтов в подростковой среде необходимо уделять особое внимание.

Подростков необходимо обучать способам эффективного общения в условиях образовательных учреждений.

Существует достаточно много методов урегулирования конфликтов.

Мы предлагаем работу по трем основным направлениям:

- создание объективных условий, препятствующих возникновению и деструктивному развитию предконфликтных ситуаций (доброжелательное, теплое отношение к своим одноклассникам, личный пример педагогов и родителей).

- устранение социально – психологических причин возникновения конфликтов. На данном этапе можно разработать правила, процедуры решения каких-либо спорных вопросов, создать школьную службу примирения при школе, куда могут входить представитель из родительского комитета, психолог, социальный педагог и сами учащиеся - лидеры.

- снятие личностных причин возникновения конфликтов. Проведение тренингов, циклов классных часов, игр, упражнений и т. д., способствующих блокированию конфликтов.

Указанные формы работы могут использоваться в деятельности специалистов в школе, которая призвана оказывать помощь всем участникам образовательного процесса в разрешении конфликтных ситуаций, возникающих в образовательных учреждениях.

Рекомендации учащимся по предотвращению и профилактике конфликтов в ОУ [3].

При возникновении напряжения в общении попробуйте следующее:

- держаться спокойно, не терять самоконтроля, говорить лаконично, чуть медленнее, если собеседник излишне взволнован;
- установить контакт глазами и стараться не терять его;
- дать собеседнику выговориться, не перебивая его;
- дать собеседнику понять, что вы понимаете его состояние (приблизиться, наклониться к нему);

- признать свою вину, если объективно таковая есть;
- постараться предельно тактично показать собеседнику, в чем, как вам кажется, он тоже не прав;
- показывать, что вы заинтересованы в решении проблемы собеседника сотрудничестве с ним будете поддерживать его, если это не противоречит интересам дела.

Список литературы

1. Огородник С. И., Лященко Л. В. - Текст: непосредственный // Молодой ученый. - 2016. - № 24 (128). - С. 296-299. - URL: <https://moluch.ru/archive/128/35304/> (дата обращения: 11.11.2024).
2. Грибина М.А. Программа по профилактике конфликтов среди подростков «Я здесь самый главный», Санкт-Петербург. - 2021.
3. Разрешение конфликтов: Тренинги / С. Барановский, Е. Вотчицева Л. Зубелевич и др. - Ми.:2006
4. Шихамирова Б.А., Кабардиева Ф.А. Учебно-методическое пособие/ Махачкала, 2024

***Яковлев Василий Васильевич,**
кандидат психологических наук,
начальник центра практической психологии,
Рязанский государственный медицинский университет имени
академика И.П. Павлова, Рязань, vasvasyak@mail.ru*

ОПЫТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ СТУДЕНТОВ – ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО

Аннотация. Статья содержит описание опыта психологического консультирования студентов–членов семей специальной военной операции в рамках системы психологической помощи обучающимся и сотрудникам в центре практической психологии медицинского университета. В статье приведена структура и динамика типичных запросов студентов, обращающихся за индивидуальной психологической помощью, отражены траектории работы психолога-консультанта со студентами.

Ключевые слова: психологическое консультирование, запрос на психологическую помощь студентам, центр практической психологии, когнитивно-поведенческая психотерапия.

EXPERIENCE OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING OF STUDENTS WHO ARE FAMILY MEMBERS OF THE PARTICIPANTS OF THE CONFLICT

Annotation. The article describes the experience of psychological counseling of students-family members of a special military operation within the framework of the system of psychological assistance to students and employees in the center of practical psychology of a medical university. The structure and dynamics of typical requests of students seeking individual psychological help are given in the article, the trajectories of work of the psychologist-counselor with students are reflected.

Key words: psychological counseling, request for psychological help to students, center of practical psychology, cognitive-behavioral psychotherapy.

Система психологической поддержки обучающихся и работников учреждений высшего образования РФ получила нормативное обоснование после утверждения Концепции развития сети психологических служб в организациях высшего образования Российской Федерации (утверждена министром науки и высшего образования РФ 29.08.2022) и создания на базе Российской академии образования Федерального ресурсного центра психологической службы в системе высшего образования.

Сотрудники центра практической психологии активно взаимодействуют с коллегами в вопросах организации психологической поддержки, участвуя в стратегических сессиях ФРЦ на базе РАО, онлайн и очных совещаниях психологов образовательных организаций высшего образования. Центр практической психологии РязГМУ включен в онлайн-реестр психологических служб образовательных организаций высшего образования Российской Федерации. Штат центра укомплектован исключительно специалистами-психологами, большинство из которых составляют выпускники факультета клинической психологии РязГМУ. Все сотрудники прошли переподготовку по различным направлениям психологической помощи, прежде всего, когнитивно-поведенческая и экзистенциальной психотерапии.

В 2024 году обновлено и переутверждено Положение о центре практической психологии ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России и

введено в действие Положение об оказании бесплатной психологической помощи обучающимся и работников в центре практической психологии ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России, нормативно регулирующие деятельность центра в данном направлении.

К основным формам психологического сопровождения обучающихся и работников специалистами центра практической психологии относятся психологическое просвещение, индивидуальная психологическая помощь (чаще всего в форме психологической консультации) и групповые формы психологической поддержки (психологические тренинги, психологические клубы); в качестве диагностической составляющей в первой половине учебного года проводится исследование адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе и социально-психологическое тестирование на предмет поведенческих рисков (склонность к аддикциям и другим формам девиантного поведения).

В течение учебного года специалисты центра практической психологии проводят более четырехсот консультаций по запросам обучающихся. В тройку наиболее часто встречающихся запросов на консультацию относятся проблемы в личных и внутрисемейных отношениях, тревожность и повышенное нервно-психическое напряжение, депрессивные и аутоагрессивные тенденции; остальные запросы чаще всего связаны с различными аспектами образовательного процесса (снижение мотивации к обучению, проблемы с профессиональным самоопределением, взаимоотношениями в учебной группе и с сотрудниками университета, сложности адаптации к учебному процессу у первокурсников).

С началом специальной военной операции студенты, близкие родственники которых участвуют в СВО, включены в зону особого внимания специалистов центра практической психологии. Этические нормы общения с психологом гарантируют пришедшему на консультацию студенту условия анонимности и конфиденциальности информации, полученной в ходе консультирования. Поэтому информация об участии родственника в СВО, как правило, появляется в ходе консультации контекстно и, чаще всего, не входит в основное содержание запроса клиента. В то же время, при интервизии с коллегами по центру выделяются некоторые специфические особенности консультирования таких клиентов. Упоминание клиента о родственнике, участвующем в СВО, может выступать как способ дополнительного привлечения внимания консультанта к себе и своей проблеме, поводом для большего расположения или сострадания, чего не требуется, но

представляется оправданным с его точки зрения. Другими специфическими феноменами, обнаруженными у некоторых клиентов, являются страх отвержения или возможной потери близкого, перенос тревоги за близкого на формирующиеся у некоторых клиентов новые отношения в студенческой среде.

Динамика прорабатываемых на консультации проблем студентов в прошедшем учебном году в сравнении предыдущим 2022-2023 учебным годом показывает позитивный тренд уменьшения доли обращений с депрессивными состояниями и, соответственно, увеличения доли обращений по поводу проблем взаимоотношений.

Консультационная практика специалистов центра практической психологии включает различные приемы работы с проблемами студентов преимущественно в русле когнитивно-поведенческого подхода, в том числе информирование, концептуализацию, конфронтацию, прямые рекомендации и ряд других. Эффективными в работе со студентами – родственниками участников СВО показали такие техники как избавление от катастрофизации в мыслях клиентов, проработка негативных эмоций, анализ доминирующих копинг-стратегий и, при необходимости, замена их на более конструктивные.

*Ямщикова Кристина Игоревна,
студентка, специалитет: «Психология служебной деятельности»,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, kisskristik@gmail.com*

*Ясафова Мария Дмитриевна,
студентка, специалитет: «Психология служебной деятельности»,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, yasafovamar@gmail.com*

*Шамардина Марина Валерьевна,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и прикладной психологии,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, marav_sh@mail.ru*

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В СЕМЬЯХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация. В статье представлен анализ существующих работ по изучению психологического здоровья с семьях военнослужащих. Рассмотрены подходы к понятию психологическое здоровье семьи. Авторами доказана необходимость проводить комплексное психологическое сопровождение семей военнослужащих, с учетом исследования психологического здоровья в гражданских семьях и семьях военнослужащих, что дает картину изменения в показателях функционально-ролевой согласованности, социально-ролевая адекватности и адаптивности.

Ключевые слова: психологическое здоровье, психологическое здоровье семей, функционально-ролевая согласованность, социально-ролевая адекватность, адаптивность, семьи военнослужащих.

*Yamshchikova Kristina Igorevna
Yasafova Maria Dmitrievna
Shamardina Marina Valerievna*

PSYCHOLOGICAL HEALTH RESEARCH IN MILITARY FAMILIES

Annotation. The article analyzes the existing works on the study of psychological health in families of servicemen. The approaches to the concept of psychological health of the family are considered. The authors

prove the necessity to carry out the complex psychological support of military families, taking into account the study of psychological health in civilian families and families of military servicemen, which gives a picture of changes in the indicators of functional-role consistency, social-role adequacy and adaptability.

Key words: psychological health, psychological health of families, functional-role coherence, socio-role adequacy, adaptability, military families.

Психологическое здоровье семьи – это ключевое составляющее гармоничного состояния и эмоциональной удовлетворенности человека, что обеспечивает здоровые межличностные отношения с окружающими. Поэтому актуальным становится понимание особенностей взаимоотношений в семье, которые вносят дисбаланс и определяют поведение человека в других значимых социальных группах.

Сегодня все чаще проявляется в работах научный интерес к проблемам семей военнослужащих, круг рассматриваемых вопросов достаточно сводится к изучению военнослужащих. Значение семьи в обеспечении эмоциональной стабилизации психологического состояния военнослужащих высок, в частности это снижение уровня эмоционального выгорания, вызванного характером профессиональной деятельности военнослужащих, все это недостаточно оценено и изучено.

Анализ специализированной психологической литературы, посвящённой изучению особенностей взаимодействия и ролей членов семей военнослужащих, показал, что чаще всего близкие военных обращаются за помощью к специалистам со следующими запросами: распределение семейных функций и обязанностей, установление взаимопонимания в супружеской паре (в том числе – в интимной сфере), урегулирование взаимоотношений в расширенной семье, оптимизация детско-родительских отношений, выстраивание взаимодействия семьи и социума, реабилитация и адаптация семьи после возвращения мужа и отца из зоны боевых действий, и т.п. [1, 2, 3, 4, 5, 11].

Учитывая роль военных структур в современных политических условиях и боевых угроз приводит к повышенным требованиям к военнослужащим, включая морально–волевую составляющую боевого потенциала [6]. Семья, в свою очередь, становится ключевым источником эмоциональной и моральной поддержки для современного военнослужащего, что помогает компенсировать сложности военной

службы. Так, Л.А. Кулумбегова считает, что изучение социальных проблем семей военнослужащих и вопросов их психологической поддержки, являясь крайне важным, предполагает анализ таких факторов, как «социальное положение военнослужащих», «воинская служба и ее характеристика», «образ жизни семьи военнослужащего» и т.д. Без учета перечисленных факторов невозможно получить объективную информацию о социальных проблемах семей военнослужащих, осмыслить их семейные приоритеты и ценности, сущность и специфические особенности их образа жизни, а, следовательно, раскрыть сущностные характеристики данной социальной группы как объекта деятельности психолога [7].

В.С. Торохтий рассматривает психологическое здоровье семьи как гармоничное, эмоционально окрашенное состояние функционирования семьи, способность справляться с трудностями и поддерживать внутрисемейное благополучие. Важным аспектом психологического здоровья является доверие, уважение и взаимопонимание между партнерами, а также продуктивная совместная деятельность и быстрая адаптация к изменениям [8]. Психологически здоровые семьи способствуют развитию ее членов, поддерживают их эмоциональное состояние и помогают достигать общих целей.

Психологическое здоровье семьи – это состояние общего благополучия, гармонии и эмоциональной удовлетворенности всех членов семьи, здоровые межличностные отношения, эффективная внутрисемейная коммуникация, четкое распределение социальных ролей, взаимная поддержка и способность семьи адекватно адаптироваться к изменениям и стрессовым ситуациям, поддерживая при этом внутреннюю гармонию [9].

Понятие «психологическое здоровье» приобретает все большее значение в современной психологии, однако оно остается многогранным и неоднозначным. Несмотря на отсутствие единого определения, большинство исследований сходятся в том, что психологическое здоровье отражает общее благополучие личности, ее способность функционировать в разных сферах жизни и справляться с трудностями.

Психологическое здоровье семьи рассматривается как социально–личностный феномен, изучение которого требует комплексного подхода, включающего развитие мотивации к сохранению и улучшению внутрисемейных отношений, формирование правильных представлений о семье, развитие внутрисемейных коррекционных навыков и вовлечение семьи в активную общественную жизнь [10].

В комплексной оценке психологического здоровья семьи наиболее значимы личностная, групповая, деятельностная составляющие и соответствующие их содержанию показатели: функционально-ролевая согласованность, социально-ролевая адекватность, адаптивность в микросоциальных. Это основные показатели психологического здоровья семьи. В качестве основного инструмента для оценки мы выбрали методику оценки психологического здоровья семьи В.С. Торехтия.

Эмпирическую базу исследования составили: семьи военнослужащих и семьи гражданских лиц, проживающие в Алтайском крае (возраст от 32 лет до 45 лет, стаж семейной жизни составляет не менее 5 лет). Всего 44 семьи: 21 семья гражданского населения и 23 семьи военнослужащих.

В качестве основных показателей исследования были получены средние баллы по результатам опроса в семьях военнослужащих и гражданских семьях. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1.

**Средние показатели по методикам В. С. Торехтия:
«Функционально – ролевая согласованность»,
«Адаптивность в микросоциальных отношениях»,
«Социально – ролевая адекватность», «Эмоциональная
удовлетворенность» у семей военнослужащих и гражданских семей**

	Семьи военнослужащих (n=23)		Гражданские семьи (n=21)	
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение
Коэффициент функционально–ролевой согласованности.	0,5	0,14	0,9	0,14
Коэффициент социально–ролевой адекватности.	0,65	0,03	0,87	0,19
Коэффициент эмоциональной удовлетворенности.	0,58	0,007	0,86	0,12
Коэффициент адаптивности в микросоциальных отношениях.	0,41	0,18	0,71	0,02

Наглядное сравнение данных можно представить в виде следующей диаграммы (рисунок 1). На рисунке мы можем увидеть, что гражданские семьи имеют достаточно высокий индекс «функционально – ролевой согласованности». Семьи, которые демонстрируют высокий показатель «функционально – ролевой согласованности» чаще показывают гармоничную ролевую структуру, комфортные коммуникации между членами семьи. Это способствует стабильности семейной динамики и создает условия для развития взаимопонимания, доверия и взаимопомощи, это позволяет поддерживать функционально – ролевой согласованности.

Рисунок 1. Средние показатели по методикам В. С. Торохтия: «Функционально – ролевая согласованность», «Адаптивность в микросоциальных отношениях», «Социально – ролевая адекватность», «Эмоциональная удовлетворенность» у семей военнослужащих и гражданских семей.

Семьи военнослужащих с пониженными показателями «функционально – ролевой согласованности» демонстрируют рассогласованность в ролевой структуре, это может стать источником конфликтов и неудовлетворенности в семье. Исследование выявило более низкий индекс «социально–ролевой адекватности» в семьях военнослужащих, в сравнении с гражданскими семьями, значит отмечаются трудности с принятием своих ролей и ожиданий, связанных с семейной жизнью. Показатели индекса «Эмоциональной удовлетворенности», как и в двух предыдущих случаях имеют различия между семьями военнослужащих и гражданскими семьями. Показатели данной методики отражают степень межличностного принятия членами се-

мы друг друга. Низкий показатель эмоциональной удовлетворенности может привести к сложности во взаимопониманиях. Гражданские семьи показывают более высокий уровень адаптивности в микросоциальных отношениях по сравнению с семьями военнослужащих.

Проведенное исследование показывает, что в семьях военнослужащих наблюдается изменения в показателях психологического здоровья семьи в областях функционально – ролевой согласованности, социально – ролевой адекватности, эмоциональной удовлетворенности и адаптивности в микросоциальных отношениях. У гражданских семей наблюдается более высокий уровень психологического здоровья, что свидетельствует о более функциональных и адаптируемых семейных системах.

Исследование подчеркивает важность семейной поддержки и стабильной семейной структуры для поддержания психологического благополучия у военнослужащих и гражданских лиц.

Список литературы

1. Александрова Я.Р., Смаковская Н.И. Реализация социально-психологического и правового сопровождения военнослужащих и членов их семей: обобщение результатов преддипломной практики // Международный студенческий научный вестник. 2018. № 5. С. 234.
2. Берг Т.Н., Городилова Е.А. Удовлетворенность браком в семьях военнослужащих. // Вестник Морского государственного университета. 2007. № 21. С. 137-145.
3. Бабаков А.Л. Социальные гарантии для военнослужащих, граждан, уволенных с военной службы, и членов их семьи (в схемах и таблицах) / А.Л. Бабаков, В.М. Корякин. - М.: Издательство «За права военнослужащих», 2015. 235 с.
4. Земляная А.С. Социально-психологическая адаптация семей военнослужащих к условиям гарнизонной жизни: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.05 - социальная психология. - Москва, 2010. 22 с.
5. Кабакова М.П. Семья военнослужащего как объект психологического исследования. // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. Раздел - психология. Том 34 № 3 (2010) - С. 8-14.
6. Караяни А.Г. Боевой стресс: проблемы определения и классификации // Вестник Московского университета МВД России. 2024. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/boevoy-stress-problemy-opredeleniya-i-klassifikatsii>

7. Кулумбегова Л.А. Основные формы социально-педагогической и психологической поддержки семей военнослужащих // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 2(23) - С. 373-375.

8. Сысенко В.А. Служба семьи: проблемы, поиски, решения // Семья сегодня. М.: Статистика, 1979. С. 93-105.

9. Торохтий В. С., Прохорова О. Г. Психологическое здоровье семьи: учебно-методическое пособие. Санкт–Петербург 2008. С. 56-72.

10. Шамардина М.В., Ральникова И.А., А.Б. Боровец. Психологическое здоровье семьи, воспитывающей подростка с диагнозом сахарный диабет 1 типа. // Барнаул: АлтГУ, 2022. URI: <http://elibrary.asu.ru/handle/asu/11598>.

11. Ясафова М.Д., Шамардина М.В. Психологическое здоровье семьи сотрудников ОВД. // Актуальные проблемы психологической практики в силовых структурах: ментальное здоровье и условия его сохранения: Сборник докладов VI Международной межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 18 ноября 2021 г. – Н. Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2022. С. 288-293.

*Ясафова Мария Дмитриевна,
студентка, специалитет: «Психология служебной деятельности»,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, yasafovamar@gmail.com*

*Ямщикова Кристина Игоревна,
студентка, специалитет: «Психология служебной деятельности»,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, kisskristik@gmail.com*

*Шамардина Марина Валерьевна,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры общей и прикладной психологии,
Алтайский государственный университет,
Россия, г. Барнаул, marav_sh@mail.ru*

ПОДХОДЫ К ГАРМОНИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В СЕМЬЯХ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Аннотация: В работе сделан анализ существующих подходов к гармонизации психологического здоровья в семьях военнослужащих. Показаны результаты сравнения исследований психологического здоровья в гражданских семьях и семьях военнослужащих в результате был обоснован для применения метод социально-психологического тренинга, направленный на оптимизацию внутрисемейных коммуникаций.

Ключевые слова: психологическое здоровье семьи, социально-психологический тренинг, внутрисемейная коммуникация, коммуникативная компетентность.

*Yasafova Maria Dmitrievna
Yamshchikova Kristina Igorevna
Shamardina Marina Valerievna*

APPROACHES TO HARMONIZATION OF PSYCHOLOGICAL HEALTH IN MILITARY FAMILIES

Abstract. The paper analyzes the existing approaches to harmonization of psychological health in military families. The results of comparison of the research of psychological health in civilian families and military families are shown. As a result, the method of socio-psychological training

aimed at optimization of intra-family communications was justified for application.

Key words: psychological health of the family, socio-psychological training,

Специфика деятельности военнослужащего требует стабильного самочувствия при выполнении воинской службы, что включает роль семьи и в целом психологического здоровья в семье. Возникающие опасные ситуации для жизни и здоровья военнослужащих, частые длительные разлуки, связанные с командировками и боевыми задачами, особенности службы в условиях динамики и неопределенности требуют от военнослужащих постоянной готовности к изменениям и адаптации к условиям. Такое напряжение зачастую может привести к профессиональному выгоранию военнослужащего, что скажется и на внутрисемейных отношениях.

В специализированной научной литературе подчёркивается необходимость оказания социально-психологической помощи семьям военнослужащих [1, 3, 8]. Именно комплекс мероприятий, направленных на своевременную и оперативную диагностику эмоционального состояния, оказание помощи в адаптации к условиям службы, коррекцию поведения и реабилитацию после воздействия тяжелых психотравмирующих факторов [8]. А.Г. Караяни и П.А. Корчемный выделили значимость психологических аспектов как факторов благополучия для военной службы, стабильности эмоции и их психического состояния [4].

О.М. Луговая предлагает трехуровневую систему медико-психологической реабилитации ветеранов боевых действий, в которую одним из важных элементов встроена работа с членами их семей. Сюда входят реабилитация на личностном (фармакотерапия, восстановление навыков социального функционирования, психологическая поддержка), психолого-психиатрическом (обеспечение психолого-психиатрической помощи) и общественном (совершенствование законодательства) уровнях [6].

А.С. Земляная исследовала вопрос оказания психологической помощи семьям военнослужащих в адаптационных процессах, выделила спектр методологических подходов и применяемых методик: это как *индивидуальные* (для адекватной самооценки, снижения общей фрустрированности и т.п.), так и *групповые* (для коммуникативной компетентности, принятия своего социального статуса и т.п.) формы работы с членами семей военнослужащих, а также – их грамотное со-

четание [3]. На основании анализа технологий А.С. Земляная предложила оригинальную методику, включающую в себя групповой адаптационный тренинг (ГАТ). Тренинг направлен на развитие рефлексивных навыков, коммуникативных способностей, развитие способности к адекватному восприятию социальных ситуаций и себя в этих ситуациях, навыков эмоциональной саморегуляции и включает индивидуальные психологические сеансы, с психотерапевтическими средствами: психокоррекционные метафоры, парадоксальные интенции, диссоциации, переворачивание атрибуций клиента, индукция ассоциированных состояний клиента для возможности проживания им в безопасном варианте собственных проблем, переключение внимания, «утилизация» негативного опыта и т.п. [3]. Л.А. Кулумбегова предлагает в рамках психологической поддержки членов семей военнослужащих проводить с ними мероприятия, направленные на информирование значимости задач, выполняемых главой семьи [5]. В семьях военнослужащих, зачастую отмечаются различные рассогласования и в сфере интимных супружеских взаимоотношений. Поэтому, И.А. Панюкова и Г.А. Федина считают необходимым применения технологии психологического консультирования при супружеских дисгармониях в интимной сфере [7]. В.Л. Глебов в рамках своего диссертационного исследования разработал программу стабилизации и гармонизации семейных взаимоотношений офицеров, принимавших участие в боевых действиях, построенную на технологиях семейного консультирования в сочетании с тренингом развития коммуникативного потенциала семьи [1].

Анализ существующих прикладных подходов по гармонизации психологического здоровья в семьях военнослужащих способствовал пониманию, того что групповые мероприятия улучшают непосредственно коммуникации в семьях военнослужащих. Поэтому было проведено исследование с применением методов психологического тестирования. Эмпирическую базу исследования составили: семьи военнослужащих и семьи гражданских лиц, проживающие в Алтайском крае (возраст от 32 лет до 45 лет, стаж семейной жизни составляет не менее 5 лет). Всего 44 семьи: 21 семья гражданского населения и 23 семьи военнослужащих.

Для сбора эмпирических данных использовались методики: В.В. Бойко «Диагностика профессионального выгорания», и Методика В.С. Торохтий «Психологическое здоровье семьи» («Эмоциональная удовлетворенность», «Функционально – ролевая согласованность», «Адаптивность в микросоциальных отношениях», «Социально – ро-

левая адекватность»). Был проведен сравнительный анализ результатов исследования компонентов психологического здоровья у семей военнослужащих и гражданских семей по методикам В.С. Торохтия. Данные представлены в таблице 1.

В.С. Торохтий указывает, что психологическое здоровье семьи – это состояние благополучного состояния в семье, гармония и эмоциональная удовлетворенность всех членов семьи, здоровые межличностные отношения, внутрисемейная коммуникация, распределение функционально-социальных ролей, взаимная поддержка и способность семьи адекватно адаптироваться к изменениям, поддерживая внутреннюю гармонию каждого члена семьи [11].

Таблица 1.

**Средние показатели по методикам В. С. Торохтия:
«Функционально – ролевая согласованность»,
«Адаптивность в микросоциальных отношениях»,
«Социально – ролевая адекватность», «Эмоциональная
удовлетворенность» у семей военнослужащих и гражданских семей**

	Семьи военнослужащих (n=23)		Гражданские семьи (n=21)	
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение
Коэффициент функционально–ролевой согласованности.	0,5	0,14	0,9	0,14
Коэффициент социально–ролевой адекватности.	0,65	0,03	0,87	0,19
Коэффициент эмоциональной удовлетворенности.	0,58	0,007	0,86	0,12
Коэффициент адаптивности в микросоциальных отношениях.	0,41	0,18	0,71	0,02

В результате исследования мы получили, что гражданские семьи имеют достаточно высокий индекс «функционально – ролевой согласованности», наблюдается гармоничная ролевая структура, а функционально – ролевая согласованность поддерживает семейное благополучие. Исследование выявило более низкий индекс «социально–

ролевой адекватности» в семьях военнослужащих, в сравнении с гражданскими семьями. Это означает, что члены таких семей испытывают трудности с принятием своих ожиданий и выполнении функциональных ролей в семейной жизни. Низкий показатель эмоциональной удовлетворенности в семьях военных может привести к повышенной напряженности и отчужденности внутри семьи. Пониженный уровень адаптивности, который наблюдается в семьях военнослужащих, напротив, характеризуется значительным несоответствием и расхождением между функционированием социальных систем, а также результатами внутрисемейных отношений.

Проведенное эмпирическое исследование также выявило, что профессиональное выгорание значительно чаще встречается среди семей военнослужащих по сравнению с семьями гражданских лиц, проявляясь во всех трех фазах: истощении, резистентности и напряжении. Такие результаты объяснимы тем, что в современных условиях военнослужащие находятся в повышенном состоянии напряжения из-за складывающихся ситуаций неопределенности.

Опираясь на анализ подходов и данные исследования, нами были выделены психопрофилактических мероприятий, направленных на гармонизацию психологического здоровья семьи и укрепления взаимоотношений между членами семьи военнослужащих. Для гармонизации социально–психологического состояния в семьях военнослужащих нами был подобран метод социально–психологического тренинга в концепции европейского подхода Н.Ю. Хрящева и С.И. Макшанова, который демонстрирует нам тренинг как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека и группы. Целью встреч семей военнослужащих в группах тренинга «*Круг понимания - семья*» становится повышение общей компетентности в общении, что для членов семьи будет основой понимания и выстраивания конструктивных коммуникаций и возможности рефлексии существующих барьеров во взаимопонимании [12,13]. Программа определяет создание условий для гармонизации внутрисемейных отношений. Задачи программы тренинга включают в себя: актуализация ценности и традиций в семье; оптимизация семейного взаимодействия путем работы с эмоциональным состоянием каждого члена семьи. Ключевым в программе будет *профилактический модуль*, состоящий из серии занятий с тренинговыми упражнениями целью которых является гармонизация и профилактика психологического здоровья семьи. Модуль направлен на оптимизацию семейных отношений, выделение семейных ценностей, развитие навыков распо-

знавания собственных эмоций и распределение адекватных функциональных ролей внутри членов семьи.

Комплексная психопрофилактическая работа состоит из *ключевого этапа* – проведение первичной диагностики для определения уровня психологического здоровья в семьях, затем участие в профилактических мероприятиях, направленных на гармонизацию психологического здоровья семьи. Каждое занятие состоит из трех основных этапов: *вводный этап* предполагает выстроить мотивацию на изменения, готовность к построению конструктивных взаимоотношений в семьях военнослужащих, *основной этап* способствует посредством участия в тренинговых упражнениях активизировать коммуникации между участниками/членов семей, создать позитивный настрой, определить иерархию ценностей каждой семьи, что способствует оптимизации психологической поддержки между членами семьями военнослужащих (метод арт-терапии и ролевые игры определили основу упражнений в программе). *Заключительный этап* тренинга, предполагает подведение итогов, рефлексия полученного опыта участия в ролевых играх, а также снятие эмоционального общего напряжения и установление позитивного настроя на коммуникацию в семьях.

Анализ мероприятий по гармонизации психологического здоровья в семьях военнослужащих подчеркивают важность поддержки семей военнослужащих и необходимости проведения профилактических программ, направленных на укрепление семейных отношений и психологического здоровья семьи. Такие программы могут играть ключевую роль в снижении риска профессионального выгорания и улучшении общего психологического благополучия военнослужащих и членов их семей.

Список литературы

1. Глебов В.Л. Влияние социально-психологических последствий участия в боевых действиях на внутрисемейные отношения офицеров: автореф. дисс. ... канд. псих. наук. М.: ВУ, 2004. 21 с.,
2. Дьяченко М.Н. Рекомендации по военнослужащего // Ориентир. М., №8. 1996. С. 480.,
3. Земляная А.С. Социально-психологическая адаптация семей военнослужащих к условиям гарнизонной жизни: автореф. дис. ... канд. псих. наук. М., 2010. 22 с.
4. Караяни А.Г., Корчемный П.А. Психологическая подготовка боевых действий: Учебное пособие. М.: ВУ. 2016, С. 180-182.,

5. Кулумбегова Л.А. Основные формы социально-педагогической и психологической поддержки семей военнослужащих // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 373-375.

6. Луговая О.М. Региональные особенности социально-психологической работы с военнослужащими и их семьями // Вестник Ставропольского государственного университета. 2010. № 6. С. 188-195.

7. Панюкова И.А., Федина Г.А. Психологическое консультирование при сексуальных и супружеских дисгармониях // Общественное психическое здоровье: настоящее и будущее. Сборник материалов VI Национального конгресса по социальной психиатрии и наркологии. 2016. С. 246.

8. Петров В.Е., Филипенкова Н.Ю. Психологическая помощь и самопомощь сотрудникам полиции в экстремальных ситуациях: учебно-методическое пособие. Домодедово: ВИПК МВД России, 2013. 118 с.

9. Петров В.Е., Сметанина Н.В. Особенности протекания супружеских конфликтов в семьях военнослужащих Министерства обороны Российской Федерации // Научные исследования и образование. М.: НОУ ВПО МИГУП, 2017. № 3 (27). С. 65-69.

10. Сысенко В.А. Служба семьи: проблемы, поиски, решения // Семья сегодня. М.: Статистика, 1979. С. 93-105.

11. Торохтий В. С., Прохорова О. Г. Психологическое здоровье семьи: учебно-методическое пособие. Санкт-Петербург 2008. С. 56-72.

12. Шамардина М.В. Методы и приемы психологической помощи участникам боевых действий: монография / Марина Валерьевна Шамардина, Ирина Александровна Ральникова, Ольга Александровна Орлова; Алтайский государственный университет, Центр помощи семье «СВЕТОЧ». – Барнаул: АлтГУ, 2023. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.asu.ru/handle/asu/13983>

13. Ясафова М.Д., Шамардина М.В. Психологическое здоровье семьи сотрудников ОВД. // Актуальные проблемы психологической практики в силовых структурах: ментальное здоровье и условия его сохранения: Сборник докладов VI Международной межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 18 ноября 2021 г. – Н. Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2022. С. 288-293.

РЕЗОЛЮЦИЯ

21-22 ноября 2024 года в г. Махачкале состоялась Всероссийская научно-практическая конференция «Актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО» (далее – Конференция). Конференция была проведена в очном и онлайн-формате и имела целью обсуждение актуальных проблем психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО. Конференция проходила на базе ФГБОУ ВО «ДГПУ им. Р. Гамзатова» и при активном взаимодействии с ФКЦ при МГППУ и с Минобрнауки Республики Дагестан. Организация конференции входила в план выполнения Государственного задания Министерства просвещения Российской Федерации №1023033100154-3-5.1.1 на 2024 год в рамках проекта тематики научных исследований «Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, как условие развития жизнестойкости и субъективного благополучия личности» (AGWQ-2024-0011)»

Организатором Конференции является кафедра психологии ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р.Гамзатова».

Партнеры Конференции:

1. ФГБОУ ВО «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова», факультет психологии (г. Москва);
2. ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», Федеральный координационный центр по обеспечению психологической службы в системе образования РФ (г. Москва);
3. Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (г. Москва);
4. Российское психологическое общество (Дагестанское региональное отделение) (г. Москва – Махачкала);
5. Федерация психологов образования России (г. Москва);
6. ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет», Дагестанский научный центр РАО (г. Махачкала);
7. ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный медицинский университет», кафедра психиатрии, медицинской психологии и наркологии (г. Махачкала);
8. ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова», факультет психологии (г. Ярославль);

9. ФГБОУ ВО «Северо-кавказский федеральный университет», кафедра общей психологии и психологии личности (г. Ставрополь);
10. ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет им. И. П. Павлова», факультет клинической психологии (г. Рязань);
11. ФГБОУ ВО «Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского», Научно-исследовательский центр судебной экспертизы и криминалистики (г. Калуга);
12. ФГБОУ ВО «Башкирский государственный педагогический университет им. Акмулы», факультет педагогики и психологии (г.Уфа);
13. ГБУ ДПО РД «Дагестанский институт развития образования» Минобрнауки РД, Центр воспитания, психологии и педагогики (г. Махачкала);
14. ГБУ РД «Республиканский психоневрологический диспансер», Социально-психологическая служба (г. Махачкала);
15. Государственный Фонд «Защитники Отечества». Филиал в Республике Дагестан (г. Махачкала).
16. Дагестанская региональная общественная организация фонда «Память гор» при Главе РД (г. Махачкала).
17. Институт практической психологии «Иматон» (г. Санкт-Петербург).

В работе Конференции приняли участие более 400 человек из субъектов Российской Федерации; представители Министерства просвещения РФ и Министерства образования и науки РД, осуществляющие координацию деятельности психологических служб; педагоги-психологи, социальные педагоги образовательных организаций РФ и РД; медицинские психологи учреждений Министерства здравоохранения РФ и РД, научно-педагогические работники вузов РФ; студенты, магистранты и аспиранты вузов РФ, обучающиеся по направлению «Психологические науки», «Психолого-педагогическое образование» и «Педагогическое образование»; специалисты ППМСП-центров, Фонда «Защитники Отечества».

21 ноября 2024г. на Конференции обсуждались актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, а также методы, технологии оказания психологической помощи детям из семей военнослужащих.

Конференция проходила в форме пленарных и секционных заседаний, а также мастер-классов, семинаров и тренингов. В рамках форума рассматривались такие ключевые вопросы как: психологическое

сопровождение семей участников специальной военной операции (Ульянина О.А.); психологическое сопровождение членов семей участников СВО в образовательных организациях РД: проблемы, риски и ресурсы (Далгатов М.М., Муталимова А.М.); мотивационная индукция событий будущего в коррекции проявлений ПТСР участников боевых действий (Никишина В.Б., Петраш Е.А.); семья как ресурс субъективного благополучия военнослужащих – участников СВО (Белашева И.В.); психологическое сопровождение и реабилитация членов семей СВО в условиях инклюзивного образования (Маллаев Д.М.); подготовка клинических психологов к работе с участниками СВО (Яковлева Н.В.); психологический портрет учащихся – детей участников СВО: по результатам мониторинга психологического сопровождения в образовательных организациях РД (Муталимова А.М., Далгатов М.М., Ахмедпашаева К.А.); система психологической помощи семьям военнослужащих, мобилизованных на СВО, и ментальная духовно-ориентированная интрапсиходрама (Фролова С.В.).

Дальнейшая работа конференции проходила в секционном заседании «Психолого-педагогическое и медико-психологическое сопровождение членов семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, по формированию жизнестойкости и субъективного благополучия личности» (Ульянина О.А., Магомедханова У.Ш.), где с докладами выступили: Юрчук О.Л., Ермолаева А.В., Никифорова Е.А., Есаян М.Л., Макеева Н.Ю., Малюченко Г.Н., Иванова И.В., Гаджимурадова З.М., Койчуева И.Н., Закилова Х.Д., Курбанова Г.Г., Яковлев В.В., Платонова Я.С., Зиновьева Е.В., Польшакова И.Н., Суворова Н.В., Фаустова А.Г., Тажутдинова Г.Ш., Фролова С.В., Плясова К.Д., Ямщикова К.И.

22 ноября 2024г. Конференция продолжила свою работу в форме Межрегионального круглого стола «Психолого-педагогическое сопровождение детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике и Республике Ирак» (Юрчук О.Л., Ермолаева А.В.), на котором в очном и интерактивном режиме были продемонстрированы и обсуждены психолого-педагогические практики сопровождения детей, реализуемые в социальных центрах и образовательных организациях субъектов Российской Федерации.

Далее под руководством модераторов Юрчук О.Л., Ермолаевой А.В., Муталимовой А.М., Тажутдиновой Г.Ш. проводилась экспертная консультация по вопросам эффективности принимаемых мер по психолого-педагогическому сопровождению и социальной адаптации детей, возвращенных из зон боевых действий в Сирийской Арабской Республике и Республике Ирак, в семье и образовательной среде.

Во второй день Конференции (22 ноября 2024г.) на площадке факультета социальной педагогики и психологии ДГПУ им. Р.Гамзатова проходила работа секции «Профессиональная подготовка педагогов-психологов к практике психолого-педагогического сопровождения членов семей СВО: проблемы и вектор развития» (Байсонгуров И.Б., Магомедова З.Ш., Магомедов П.Ш.). Мусаева М. Т., педагог-психолог МКОУ «Александровская СОШ» Кизлярского района Республики Дагестан с участниками конференции проводила тренинг «Эффективные способы снятия стресса».

На секционном заседании обсуждались вопросы: изменение подхода к плановому повышению квалификации педагогических работников с учетом требований профессионального стандарта педагога-психолога; профессиональный дефицит психологов в образовании; эффективные формы развития профессиональной компетентности в рамках дополнительного профессионального образования педагогов-психологов; работа педагогов-психологов с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО.

По итогам работы секции были выдвинуты следующие предложения: проинформировать педагогическую общественность об изменении подхода к плановому повышению квалификации по работе с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО; проводить с руководителями образовательных организаций педагогических работников разных уровней общего образования, педагогами-психологами заседания круглых столов по актуальным вопросам; разработать программу повышения квалификации для педагогов-психологов образовательных учреждений в работе с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО.

В результате обсуждений и научных дискуссий участники Конференции приняли следующие рекомендации и предложения:

1. Кафедре психологии ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р. Гамзатова» совместно с педагогами-психологами и социальными педагогами образовательных организаций муниципалитетов РД продолжить работу по психолого-педагогическому сопровождению семей военнослужащих, мобилизованных на СВО.

2. При проведении психолого-педагогического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, придерживаться алгоритма сопровождения детей участников (ветеранов) специальной военной операции обучающихся в образовательных организациях, разработанного в помощь специалистам Минпросвещения России со-

вместно с Минобрнауки России, Минздравом России (при участии Минобороны России, МЧС России), который включает в себя рекомендации по реализации основных направлений психолого-педагогического сопровождения; по оказанию экстренной психологической помощи, коррекции и поддержки обучающихся соответствующей категории; по организации сетевого и межведомственного взаимодействия; а также контакты горячих линий кризисной психологической помощи разных организаций и ведомств.

3. Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, предполагает проведение психологами и социальными педагогами психодиагностической, консультативной, тренинговой и психокоррекционной работы на регулярной основе при сотрудничестве с педагогами, воспитателями, классными руководителями образовательных учреждений городов и районов РД и других субъектов РФ.

4. Координационному совету по развитию психологической службы в системе образования Министерства образования и науки Республики Дагестан совместно с Уполномоченным при Главе РД по защите материнства, семьи и детей, а также Центром воспитания, педагогики и психологии ДИРО координировать работу в муниципалитетах республики по психолого-педагогическому сопровождению семей военнослужащих, мобилизованных на СВО.

5. Анализ общения сотрудников кафедры психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова и педагогов-психологов, социальных педагогов образовательных организаций муниципальных образований РД семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, позволяет заключить, что необходимо межведомственное взаимодействие специалистов (МВД, Минобрнауки, Минздрава, Минмолодежи, Минтрудсоцразвития) при осуществлении психолого-педагогического сопровождения и реализовать междисциплинарный (психологи, педагоги, медики, юристы, работники МВД и духовенства) подход в своей практической деятельности.

6. В ходе дискуссии и обсуждения результатов психолого-педагогического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, участники Конференции высказывали предложения о необходимости реализовать социокультурный подход при проведении психодиагностической, консультативной, тренинговой и психокоррекционной работы с ними. Социокультурный подход в психолого-педагогическом сопровождении предполагает учет региональных, культурных и этноконфессиональных особенностей семей военнору-

жащих, мобилизованных на СВО, при разработке методических разработок и внедрении их в своей профессиональной деятельности.

7. В целях реализации социокультурной парадигмы в психолого-педагогическом сопровождении семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, научно-педагогическим работникам кафедры психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова, а также сотрудникам Центра воспитания, педагогики и психологии ДИРО Минобрнауки РД необходимо стандартизировать психодиагностические и психокоррекционные методы и технологии, либо разрабатывать новые психологические инструментари, исходя из культурных и региональных особенностей участников (ветеранов СВО).

8. Кафедре психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова совместно с Центром воспитания, педагогики и психологии ДИРО Минобрнауки РД при непосредственном взаимодействии с ФКЦ МГППУ разработать и реализовать программу подготовки, повышения квалификации педагогов-психологов и социальных педагогов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, в муниципальных образованиях РД и других субъектов РФ. Подготовка специалистов для работы с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО, необходима в связи с интенсивностью проявлений специфических эмоциональных, когнитивных и поведенческих реакций, регистрируемых у детей и членов их семей.

9. Федеральному координационному центру (ФКЦ) по обеспечению психологической службы в системе образования РФ при МГППУ рассмотреть возможность оказания научно-методической помощи специалистам кафедры психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова в разработке методического материала по психолого-педагогическому сопровождению семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, с учетом региональных и социокультурных особенностей.

10. В целях осуществления межведомственного взаимодействия специалистов и реализации междисциплинарного подхода в психолого-педагогическом сопровождении семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, предусмотреть маршрутизацию их другим специалистам, в частности, медицинским психологам, психотерапевтам и психиатрам в учреждениях здравоохранения Республики Дагестан и Российской Федерации.

11. Факультету психологии МГУ им. М.В. Ломоносова рассмотреть возможность оказания научно-методической помощи кафедре психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова в разработке и внедрении программы повышения квалификации психологов образовательных

организаций и учреждений здравоохранения РД, которые осуществляют психолого-педагогическое и медико-психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, с симптомами посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и переживания горя.

12. Федеральному координационному центру по обеспечению психологической службы в системе образования РФ при МГППУ рассмотреть возможность проведения на постоянной основе в интерактивном режиме семинаров для демонстрации лучших практик психолого-педагогического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, педагогам-психологам и социальным педагогам образовательных организаций субъектов РФ, в том числе на базе кафедры психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова.

13. Кафедре психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова, осуществляющей реализацию Государственного задания Министерства Просвещения РФ в 2024 году «Психологическое сопровождение семей военнослужащих, мобилизованных на СВО, как условие развития жизнестойкости и субъективного благополучия личности», совместно с партнерами Конференции разработать научно-обоснованные и практико-ориентированные рекомендации для проведения педагогами-психологами и социальными педагогами образовательных организаций психолого-педагогического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО. Необходимо издать материалы Конференции «Актуальные проблемы психологического сопровождения семей военнослужащих, мобилизованных на СВО» в виде сборника и разослать их в ведущие центры психологической науки, практики и образования Российской Федерации.

14. Руководству Министерства образования и науки РД при взаимодействии с ФКЦ МГППУ разработать «дорожную карту» по созданию на республиканском уровне и в крупных муниципалитетах Дагестана самостоятельных структурных подразделений в сфере образования ППМСП-центров для оказания научно-методической помощи педагогам-психологам, социальным педагогам и медикам образовательных организаций Республики Дагестан, в том числе психологической помощи в кризисной ситуации.

15. Кафедре психологии ДГПУ им. Р. Гамзатова совместно с Центром воспитания, педагогики и психологии ДИРО Минобрнауки РД при непосредственном взаимодействии ФКЦ МГППУ организовать супервизии педагогов-психологов и социальных педагогов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение семей воен-

нослужащих, мобилизованных на СВО. Организация супервизий на регулярной основе необходима в целях психологического просвещения специалистов и обмена опытом работы с семьями военнослужащих, мобилизованных на СВО, так как сам обмен опытом является эффективной практикой осмысления и трансформации получаемых знаний профессиональным сообществом в целом.

16. Центрам психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи во взаимодействии с Государственным фондом «Защитники Отечества» и Дагестанской региональной общественной организации фонда «Память гор» при Главе РД проводить работу по оказанию психолого-педагогической помощи семьям участников (ветеранов) специальной военной операции с целью формирования защитных фильтров, которые будут способствовать нейтрализации воздействия на ребенка различных негативных факторов, развития жизнестойкости и благополучия детей.

Научное издание

**«Актуальные проблемы психологического
сопровождения семей военнослужащих,
мобилизованных на СВО»**

Сборник материалов Всероссийской научно-практической
конференции (21 – 22 ноября 2024 года)

Подготовка оригинал-макета *Сулейманова М.А.*
Дизайн обложки *Эскаева Г.А.*

Подписано в печать 26.12.2024 г. Формат 60×84¹/₁₆
Гарнитура «Таймс». Бумага офсетная. Печать ризографная.
Усл. п. л. 10. Уч.-изд. л. 10. Тираж 200 экз. Заказ №25-0?-0?.



Отпечатано в типографии АЛЕФ
367002, РД, г. Махачкала, ул. М. Гаджиева 64
Тел.: +7 (8722) 935-690, 599-690, +7 (988) 2000-164
www.alefgraf.ru, e-mail: alefgraf@mail.ru