

## ДО ПИТАННЯ ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В СТРУКТУРІ ПРАВОСЛАВНИХ МОНАСТИРСЬКИХ КОМПЛЕКСІВ

*Обґрунтовано доцільність проведення психологічної реабілітації населення, зокрема військовослужбовців, у структурі православних комплексів.*

*Ключові слова: адаптація, психологічна реабілітація, психотерапія, православний комплекс, ландшафтотерапія.*

**Вступ.** Трагічні події, що розгортаються на Сході нашої держави останнім часом, породжують фактори, які здатні вивести людину зі стану рівноваги. Ці негативні фактори призводять до виникнення значних психологічних відхилень у стані її організму. Значна кількість військовослужбовців, що приймали участь у антитерористичній операції, повертаючись додому потребують допомоги для покращення їх психологічного стану та адаптації до життя у суспільстві. На загальнодержавному рівні розпочато роботу над створенням умов для надання цих послуг. На даний час психологічна допомога надається виключно волонтерськими службами, створеними на базі приватних практик психологічної допомоги, але цього недостатньо для повного задоволення цих потреб. Паралельно ведеться пошук альтернативних засобів та методик надання подібних послуг, зокрема проведення психологічної реабілітації та ресоціалізації у середовищі православних споруд. Дуже актуальним є надання такої допомоги та розміщення подібних закладів на ізольованих територіях в структурі позаміських рекреаційних та духовних центрів, та зокрема монастирських православних комплексів.

### **Основна частина.**

Сутність психологічної реабілітації полягає в здійсненні різних впливів через психіку на військовослужбовця з урахуванням терапії, профілактики, гігієни і педагогіки. За допомогою психологічних впливів стає можливим знизити рівень нервово-психічної напруженості, швидше відновити витрачену нервову енергію і, тим самим, зробити істотний вплив на прискорення процесів відновлення в інших органах і системах організму.

До числа методів, що застосовуються для реабілітації військових відносяться:

1. Раціональна психотерапія.

2. Сугестивна психотерапія: навіювання (аутогенне тренування), самонавіяння (саморегуляція).

3. Наркопсихотерапія.

4. Трудотерапія.

5. Естетотерапія.

6. Натуротерапія.

Надалі розглянемо методи, найбільш доцільні для реабілітації у середовищі православних культових закладів.

**Раціональна психотерапія**, як основний метод психотерапії, включає в себе проведення в доступній формі спеціальних бесід з військовослужбовцями, які отримали психічну травму. В ході них логічно доводиться можливість успішного лікування. На відповідних прикладах підтримується бадьорість духу, зміцнюється воля до відновлення нормального стану. Суть проведених бесід - апеляція до розуму, свідомості, волі людини. В якості впливаючих чинників використовуються переконання, роз'яснення ситуації, відволікання людини від її проблем і т.п. Вона спрямовується на створення активної позиції травмованого військовослужбовця в подоланні хворобливих проявів, а також на корекцію неадекватних емоційних реакцій і порушеної системи відносин. Слово, яке лежить в основі раціональної (роз'яснює) терапії, грає воістину магічну роль, є цілком адекватним подразником для емоцій. Таким чином, раціональна психотерапія - це логічне, аргументоване роз'яснення шляхом пояснення військовослужбовцю того, що він не знає і не розуміє, що може похитнути його неправильні уявлення та переконання. Здійснюється, як правило, у формі діалогу (сповідь).

**Сугестивна психотерапія** являє собою здійснення емоційного впливу на психіку військовослужбовця, тобто навіювання йому певних думок. Навіювання є ні що інше, як цілеспрямований психічний вплив, що пасивно сприймається людиною без критичної оцінки. Найбільшого поширення набули такі форми навіювання, як самонавіяння (саморегуляція) і аутогенне тренування (молитва).

**Трудотерапія** також належить до методів психологічної реабілітації, оскільки залучення воїнів з травмованою психікою до виконання нескладних робіт і завдань, окрім розвитку фізичної активності, веде до формування стійкого позитивного фону настрою, позитивної установки до праці та службової діяльності, сприяє прискоренню адаптації військовослужбовця у військовому колективі. Залучення воїнів до службової суспільно значущої діяльності відволікає їх від хворобливих переживань, покращує контакт з оточуючими, сприяє відновленню порушених функцій, викликає у травмованих

почуття впевненості в своїх силах, тим самим прискорюючи процес їх реабілітації.

**Естетотерапія** - лікування прекрасним, красивим. Включає в себе знаходження у середовищі храму, бібліотерапію, музикотерапію, натуртерапію і т.п.

Середовище, що оточує людину (колір; звуки; запахи; температурні, погодні, географічні фактори), надають потужний вплив на людину, змінюючи його психічний стан, настрій, самопочуття і життєвий тонус. Засобами загального впливу на психіку військовослужбовців є знаходження на релігійних службах, функціональна музика, кольороестетичний вплив, перегляд кіно та відеофільмів, читання літератури. Основна мета цього впливу полягає у відволіканні військовослужбовця від гостро пережитих ситуацій для досягнення заспокійливого ефекту, зняття нервово-емоційного напруження, нормалізації діяльності нервової і серцево-судинної системи.

**Бібліотерапія** надає лікувальний вплив на психіку людини за допомогою читання книг. Використання спеціально відібраного для читання матеріалу як терапевтичного засобу в психіатрії з метою вирішення особистих проблем за допомогою спрямованого читання. Оскільки бібліотерапія використовує зазвичай художні твори, вона відноситься до методів естетотерапії.

**Музикотерапія** - це психотерапевтичний метод безпосереднього впливу на почуття, емоції, настрої; безсловесного навіювання певного настрою, що піднімає людину над своїми переживаннями, допомагає долати хворобливі розлади з використанням в лікувальних цілях музики. Звук чинить на психіку безпосереднє емоційний вплив. Музика може викликати глибокі зрушення в настрої, світосприйнятті, стосунках людей, змінюючи їх життєвий тонус, викликаючи радість і наснагу, сентиментальність і смуток, заспокоєння і умиротворення.

Заспокійлива музика сприяє переключенню нервової системи, в результаті чого сповільнюється частота пульсу, знижується артеріальний тиск, розширюються кровоносні судини, внаслідок чого знижується нервово-емоційне напруження. Більш вираженим впливом на людину володіє духовна та класична музика, особливо, якщо стоїть завдання досягнення заспокійливого ефекту.

**Натурпсихотерапія (ландшафтотерапія)** - використання лікувального впливу природи; застосовується як фон для психотерапії, яка неможлива без інформації, переданої промовою. Естетичний вплив природи на людину підносить, гармонізує його особистість, сприяє відновленню порушених відносин і установок особистості, що лежать в основі багатьох психічних розладів.

**Висновки.** Усі наведені вище методи активно використовуються як у практиці психологічної реабілітації спеціалістами-психологами, так і в середовищі православних закладів служителями культу. Це доводить необхідність проведення подібних заходів у структурі православних культових комплексів, зокрема монастирських комплексів. Потрібно визначити методичні основи формування зон психологічної реабілітації у планувальній структурі таких комплексів без втручання в їх життєдіяльність, без порушення ізольованого життя мешканців монастиря та розробити рекомендації до їх застосування.

### Література:

1. Лєсков В.О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів: автореф. дис.на здобуття наук. ступеня канд. психологічних наук: спец. 19.00.09 “Психологія діяльності в особливих умовах”. - Хмельницький. 2008.
2. Бассин Ф.В. Психическая травма (к современному пониманию ее природы и общих принципов ее психотерапии): Руководство по психотерапии/ Ф.В. Бассин, В.Е. Рожнов, М.А. Рожнова -Ташкент, Медицина, 1979. – 192 с.
3. Інтернет ресурс - [http://ua.racurs.ua/767-psyhologichniy-reabilitaciyi-viyskovyuh?\\_ga=1.48204526.894014238.1381354214](http://ua.racurs.ua/767-psyhologichniy-reabilitaciyi-viyskovyuh?_ga=1.48204526.894014238.1381354214)
4. Інтернет ресурс - <http://medbib.in.ua/psihologicheskaya-reabilitatsiya-voennoslujasch37959.html>

### Аннотация

В статье обоснована целесообразность проведения психологической реабилитации населения, в частности военнослужащих, в структуре православных комплексов.

Ключевые слова: адаптация, психологическая реабилитация, психотерапия, православный комплекс, ландшафтотерапия.

### Annotation

The article justifies the expediency of leading of psychological rehabilitation of the population, including the military, the structure of the Orthodox complexes.