



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФОРУМ-ВЫСТАВКА
СОЦИАЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ | **СОЦИО** |

Психологическая ориентированность семей мобилизованных: помощь в переживании кризиса и в восприятии информационного шума

Докладчик: Набойченко Евгения Сергеевна

**Декан факультета психолого-социальной работы и высшего сестринского
образования УГМУ**

**Доктор психологических наук, профессор, Главный внештатный медицинский
психолог Министерства здравоохранения Свердловской области, Зав. кафедрой
клинической психологии и педагогики ФГБОУ ВО УГМУ Минздрава России.**

Екатеринбург
13–14 апреля 2023 года

С какими категориями необходимо осуществлять работу



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ

ПЕРВАЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ



Военнослу-
жащие

Граждане
новых
территорий

Семьи
военнослу-
жащих

Взрослые и
дети,
временно
перемещен-
ные из зоны
СВО

О психологическом состоянии у семей мобилизованных



Иван Айвазовский. Девятый вал. 1850 г.



Принципы сотрудничества

- персонально-ориентированное внимание каждой семье мобилизованных
- специалист решает задачи в рамках собственных компетенции
- при необходимости специалист рекомендует семьям мобилизованных дополнительно обратиться к смежным специалистам
- вне зависимости от формы реакций семей мобилизованных при их обращении в службы социальной поддержки помощь оказывается в полном и достаточном объеме

Принцип влияния информации на человека

- Знание не перерождает человека: оно только изменяет его, но изменяет не в одну всеобщую, казенную форму, а согласно натуре этого человека

Ф.М. Достоевский

Адресная социально-психологическая поддержка

Адресная социально-психологическая поддержка оказывается:

1. Семьям мобилизованных в зоне конфликта;
2. Семьям погибших военнослужащих в зоне конфликта;
3. Семьям, пострадавшим от боевых действий;
4. Вынужденным переселенцам;
5. Детям-сиротам и детям, потерявшим близких родственников в зоне боевых действий.



УКАЗ

ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О создании Государственного фонда поддержки участников специальной военной операции "Защитники Отечества"

В целях создания условий, обеспечивающих достойную жизнь и активную деятельность участников специальной военной операции, иных лиц и членов их семей, **п о с т а н о в л я ю:**

1. Считать целесообразным создание Государственного фонда поддержки участников специальной военной операции "Защитники Отечества" (далее - Фонд).

2. Установить, что:

а) учредителем Фонда от имени Российской Федерации является Правительство Российской Федерации;

б) деятельность Фонда и формирование его имущества осуществляются за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, добровольных имущественных взносов и пожертвований, а также иных источников в соответствии с законодательством Российской Федерации;

в) деятельность Фонда направлена на организацию и оказание поддержки и помощи:

ветеранам боевых действий, принимавшим участие в специальной военной операции "Защитники Отечества", а также членам их семей, о распространении мер поддержки и помощи, оказываемых Фондом, на лиц, не названных в подпункте "в" пункта 2 настоящего Указа.

13. Настоящий Указ вступает в силу со дня его подписания.

межведомственной

до 1 апреля 2024 г.
енной в 2023 году,
и предложения по
ию направлений его

вета Фонда при
сийской Федерации



Президент
Российской Федерации В.Путин

Москва, Кремль
3 апреля 2023 года
№ 232

03.04.2023 г.
Президентом РФ был
подписан Указ о
создании
Государственного
фонда поддержки
участников
специальной военной
операции «Защитники
Отечества».

- 01** **Исключение экстремальных реакций**
предупреждение выраженных аффективных реакций
 - 02** **Оценка общего психоэмоционального статуса**
выявление предрасположенности к мало адаптивным формам реагирования
 - 03** **Оценка общей познавательной активности**
уточнение ценностно-мотивационной сферы
 - 04** **Профилактические мероприятия**
обучение техникам самопомощи
- Основные шаги при работе с семьями мобилизованных**

Шаг 1. Исключение экстремальных реакций

Преимущественно ожидаемые / имеющие наибольшую вероятность возникновения состояния у семей мобилизованных, представлены в Международной классификации болезней 11-го пересмотра:

- Пост-травматическое стрессовое расстройство (6B40 МКБ-11)
- Длительное расстройство горя (6B42 МКБ-11)
- Расстройство адаптации (6B43 МКБ-11)

Шаг 2. Оценка общего психоэмоционального статуса

- Признаки истощения:
 1. Долгосрочное снижение результативности трудовой деятельности.
 2. Снижение иммунитета, частые простудные заболевания.
 3. Снижение творческой активности.
 4. Ухудшения в работе сердечно – сосудистой системы.
 5. В состоянии переутомления человек испытывает усталость, головные боли.
 6. Раздражительность или, наоборот, резкий упадок сил, замедление реакций.

Симптомы	Степень переутомления			
	I начинающееся	II легкое	III выраженное	IV тяжелое
Снижение дееспособности	малое	заметное	выраженное	резкое
Появление ранее отсутствующей усталости при умственной нагрузке	при усиленной нагрузке	при обычной нагрузке	при облегченной нагрузке	без видимой нагрузки
Компенсация понижения дееспособности волевым усилием	не требуется	полностью	не полностью	незначительно
Эмоциональные сдвиги	временное снижение интереса к работе	временная неустойчивость настроения	раздражительность	угнетение, резкая раздражительность
Расстройство сна	трудно засыпать или просыпаться	многим труднее засыпать, просыпаться	сонливость днем	бессонница
Снижение умственной работоспособности	нет	трудно сосредоточиться	временами забывчивость	заметное ослабление внимания и памяти
Профилактические мероприятия	упорядочение отдыха, физкультура, культурные развлечения	очередной отпуск или отдых	необходимо ускорение очередного отпуска и организованного отдыха	лечение

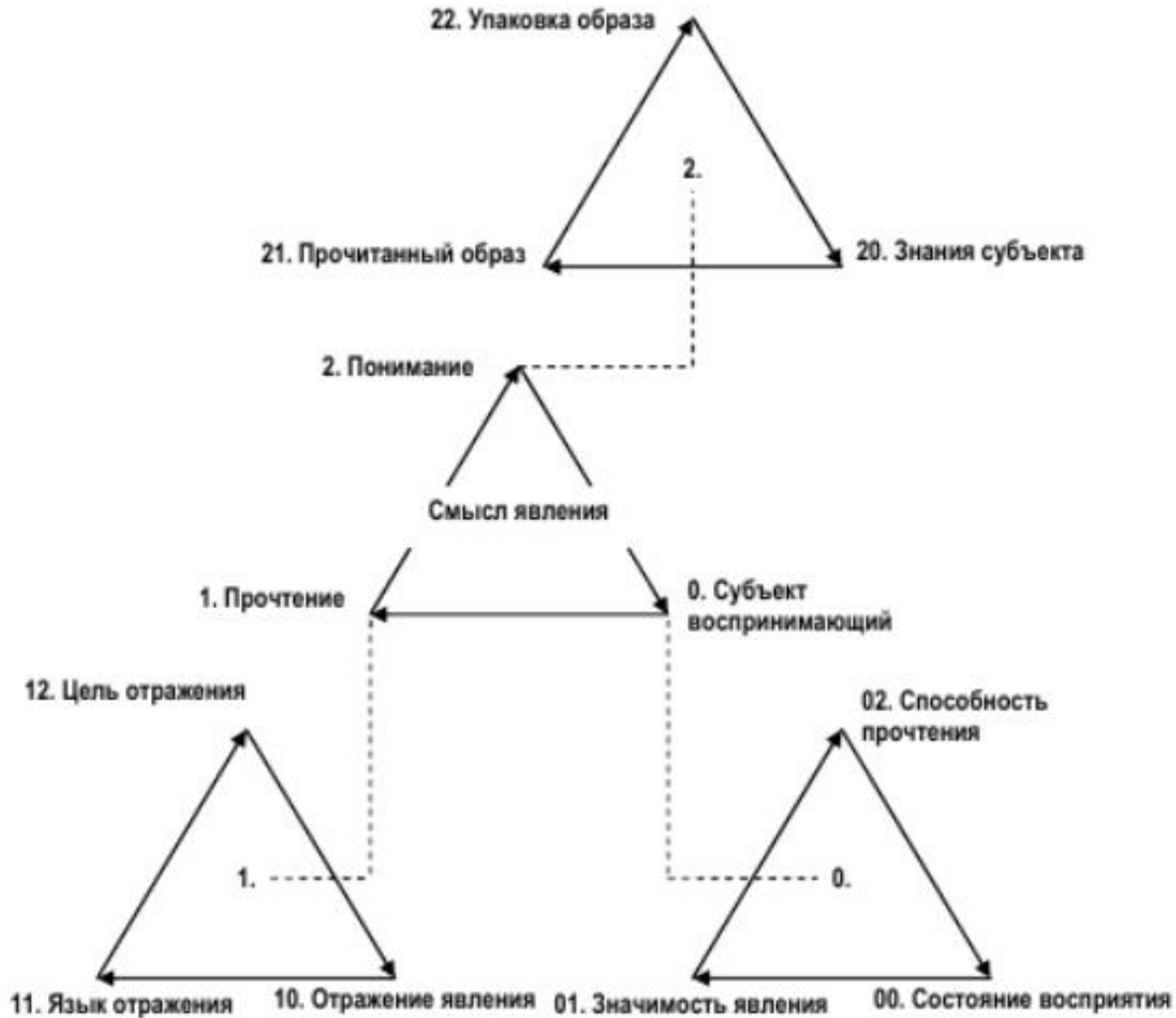
Шаг 3. Оценка общей познавательной активности

(смыслообразование, ценностно-ориентационная сфера)

Л. И. Рыженко представляет структуру смысла через 3 переходящих друг в друга элемента (в порядке убывания влияния): 0. Воспринимающий субъект, 1. Прочтение, 2. Понимание (см. табл. на сл. слайде)

Эти три категории автором раскрыты следующим образом:

- Воспринимающий субъект: 00. Состояние восприятия, 01. Значимость восприятия, 02. Способность прочтения
- Прочтение: 10. Отражение явления, 11. Язык отражения, 12. Цель отражения
- Понимание: 20. Знание субъекта, 21. Прочитанные образ, 22. Упаковка образа



Шаг 3. Оценка общей познавательной активности

(смыслообразование, ценностно-ориентационная сфера)

Представленная модель смысла по Л. И. Рыженко удобна для практической деятельности для специалистов, занимающихся вопросами практической психологии.

Необходимо отметить, что указанная модель в общем согласуется с отечественными представлениями о мышлении и вообще «работе с информацией» субъекта; однако она не исключает необходимость в получении фундаментальных теоретических сведений, без которых применение данной модели затруднительно.

Шаг 4. Профилактические мероприятия

Техника “Изменение образа жизни” (И. Г. Малкина-Пых)

Ответьте на приведенные ниже вопросы

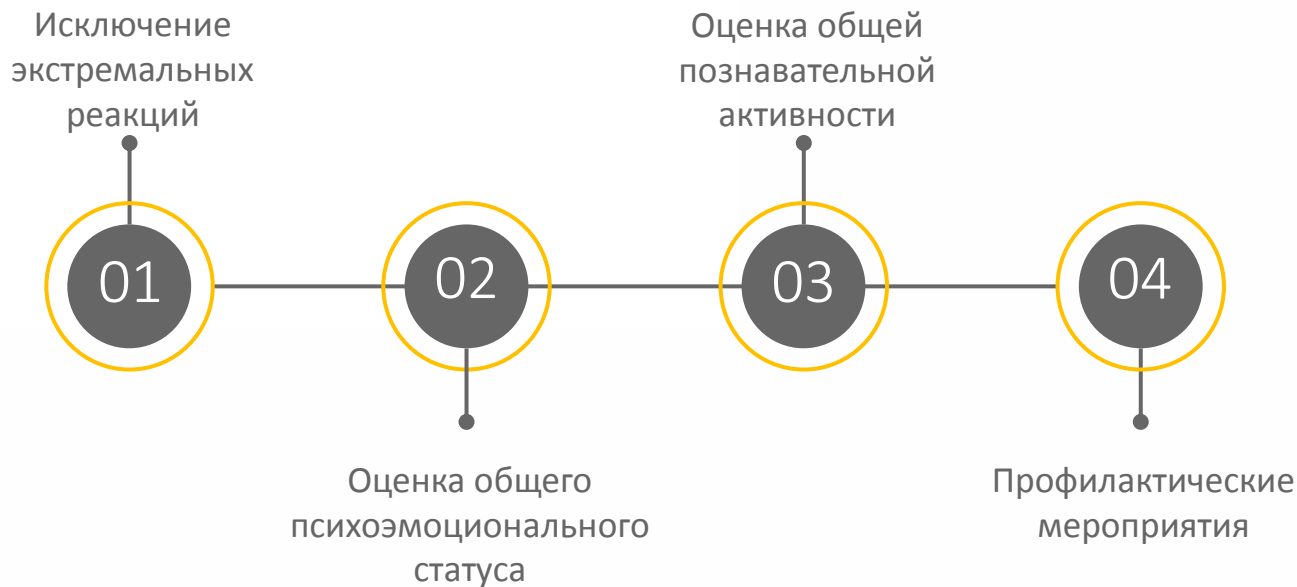
1. Что значит для меня моя жизнь сейчас?
2. Что она могла бы значить?
3. Что моя жизнь значит для других сейчас?
4. Что она могла бы значить для других?
5. Что является для меня действительно важным? (Укажите пять вещей, явлений и г. д., которые вы цените больше всего в жизни.)
6. Каковы приоритеты моих ценностей? (Проранжируйте их в порядке важности или значимости.)
7. Насколько мой нынешний образ жизни отображает те ценности, которые для меня важны?
8. Какие три действия я могу совершить, чтобы изменить свою жизнь к лучшему?
9. Что ещё я для этого сделаю?

Шаг 4. Профилактические мероприятия

Техника “Изменение образа жизни” (И. Г. Малкина-Пых)

10. Какие обязательства придают моей жизни смысл?
11. Какие переживания придают моей жизни смысл?
12. Какие достижения придают моей жизни смысл?
13. Что заставляет мое сердце петь?
14. Что служит для меня неизменным источником радости?
15. Что позволяет мне ощутить себя по-настоящему счастливым?
16. Что просто доставляет мне регулярное удовольствие?
17. Насколько сейчас мой образ жизни вмещает и включает:
 - то, что придает моей жизни смысл?
 - то, что заставляет мое сердце петь?
 - то, что служит для меня источником радости?
 - то, что позволяет мне ощутить себя по-настоящему счастливым?
 - то, что регулярно доставляет мне удовольствие?
18. Какие три действия я могу совершить, чтобы в моей жизни стало больше:
 - того, что придает моей жизни смысл?
 - того, что заставляет мое сердце петь?
 - того, что делает меня по-настоящему счастливым?
 - того, что служит для меня неизменным источником радости?
 - того, что регулярно доставляет мне удовольствие?

Резюме: Основные шаги при работе с семьями мобилизованных



Участники обращения за психологической поддержкой



ДЕТИ

поддержание
адекватного возрасту
психофизиологического
развития



СУПРУГИ

сохранение и
укрепление
адаптационного
психоэмоционального
состояния



РОДИТЕЛИ

сохранение
положительных
представлений в памяти;
смыслы (этика как
отрасль философии)



СИБЛИНГИ

психологическое
сопровождение утраты,
сохранение
положительных
воспоминаний

Особенности работы с детьми из семей мобилизованных

- психофизиологическое развитие ребенка – согласно его возрасту – является приоритетной целью для работ поддерживающих социальных служб
- работа с ребенком осуществляется совместно с ближайшими родственниками и/или через них опосредованно
- считать аксиомой, что психоэмоциональное состояние ребенка напрямую зависит от той эмоциональной атмосферы, которую сохраняет и поддерживает сама семья
- информирование ребенка в отношении спорной информации не допустимо
- наделение ребенка ролью отсутствующего члена семьи не допустимо

Особенности работы с супругами из семей мобилизованных



- ориентация на получение фактической информации из первоисточников (в т.ч. через органы исполнительной власти), при необходимости ввести строгую фильтрацию на информационный шум или полное его исключение (за исключением проверки почтового ящика по месту пребывания/жительства)
- ориентация на укрепление близких социальных связей
- поддержка в вопросах реорганизации бытовых взаимодействий
- просвещение в отношении методов отвлечения внимания и эмоциональной разрядки
- духовная поддержка посредством культурно-исторических памятников (из литературы, живописи и др.)

Особенности работы с родителями из семей мобилизованных

- сохранение положительной памяти посредством семейных или общественных творческих начал
- обращение к духовному наследству в процессе психологической поддержки
- сопровождение предварительного кризисного переживания или непосредственно его начала
- контроль цикла сна-и-бодрствования, (при необходимости) совершенствование навыков самоконтроля в отношении планирования деятельности
- использование мануальной прикладной деятельности в качестве предупреждения эмоционального истощения

Техника рефлексии (самоанализа) по Ю. В. Щербиной



Анализ ПРОШЛОГО	I. ЧТО произошло?	
	1) припоминание обстоятельств ситуации	
	2) восстановление хода событий	
	3) классификация и оценка собственных действий	
	Позитивные, успешные, удовлетворяющие поставленным задачам	Не соответствующие поставленным задачам, требующие устранения или корректировки
Осмысление НАСТОЯЩЕГО	II. КАКИМ образом? (самоанализ факторов успеха)	II. ПОЧЕМУ? (самоанализ причин неуспеха)
	1) в какие моменты осуществления деятельности?	1) внешние (объективные) причины
	2) какими способами и средствами?	2) внутренние (субъективные) причины
Проекция БУДУЩЕГО	III. КАК усовершенствовать? (самоанализ возможностей закрепления и приумножения успеха)	III. КАК изменить? (самоанализ коррекционных возможностей)

Особенности работы с сублингами из семей мобилизованных

- информирование об известных событиях в той степени, которая достаточна, согласно психофизиологическим и психо-возрастным особенностям сублинга
- предупреждение реактивных реакций по типу обвинения себя или сублинга в происходящих событиях
- сохранение положительного образа деятельности сублинга
- готовность со стороны ближайшего окружения (в частности, родителей) корректно сообщать о собственных переживаниях
- сохранение включенности в семейную жизнь

Ресурсы и риски

- При работе с семьями военнослужащих, участвующих в СВО, мы должны учитывать ресурсы и риски.
- Ресурсы:
 1. психические
 2. физические
 3. ценностно-смысловые



Факторы благополучия семей мобилизованных

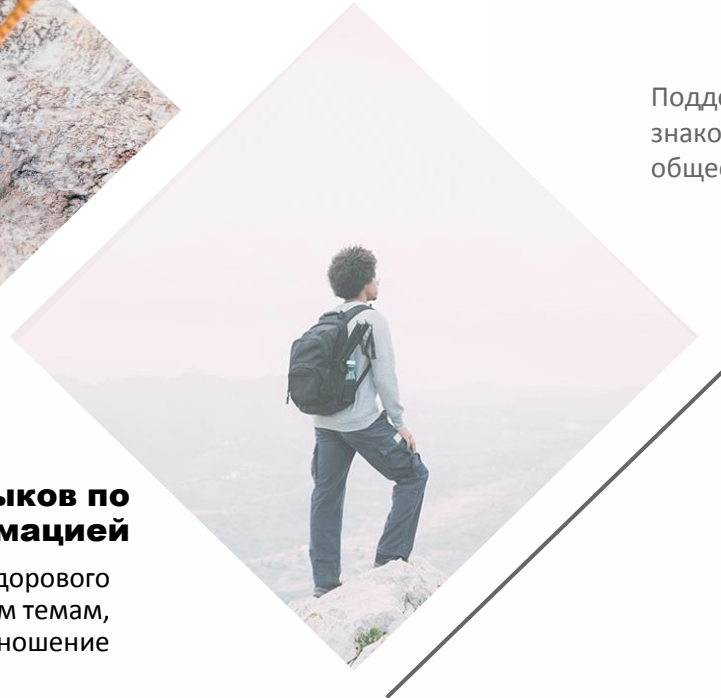


Личный пример

Сохранение самообладания и поддержка близких

Совершенствование навыков по работе с информацией

Формирование здорового отношения к острым темам, критическое отношение



Поддержка отношений со знакомыми, участие в значимых общественных мероприятиях

Единая (общая) стратегия развития

Понимание членами семьи деятельности друг друга, организация общего ритма деятельности и рассуждений

Критерии психологической свободы по исследованиям Н. А. Степановой



гармония в эмоциональной сфере

формирование стратегий реагирования на значимые ситуации



высокий уровень нравственности

поддержка духовного развития



общее ощущение собственной пользы

включенность в общественную деятельность, социальные взаимодействия

Заключительные положения

Правда, что там, где есть золото, есть и много песка; но это никак не может быть поводом к тому, чтобы говорить много глупостей для того, чтобы сказать что-нибудь умное.

Л. Н. Толстой, «Что такое искусство?»

Психологическая поддержка есть работа с семьями мобилизованных – это работа **вместе**, а не **вместо** них.