

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»**

Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра теорії та методики практичної психології

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ,
ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОК 13. РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ**

для здобувачів вищої освіти: другий (магістерський) рівень вищої освіти
спеціальності 053 Психологія

ОПП «Практична психологія. Екстремальна та кризова психологія»

Одеса – 2025 рік

УДК: 616.89:159.9

*Рекомендовано до друку Вченою радою Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
протокол № від 2025 року*

Рецензенти:

Професор кафедри теорії та методики
практичної психології Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К.Д. Ушинського»,
д. психол. н., професор

Анатолій Массанов

Доцент кафедри психології і соціальної роботи
Національного університету «Одеська політехніка»,
Кандидат психологічних наук, доцент

Віра ГУЗЕНКО

Розіна І. В., Методичні рекомендації до проведення практичних занять, організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Реабілітаційна психологія», для здобувачів вищої освіти: другий (магістерський) рівень вищої освіти спеціальності 053 Психологія. ОПП «Практична психологія. Екстремальна та кризова психологія»: метод. реком. Одеса, Університет Ушинського, 2025. 48 с.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять, організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Реабілітаційна психологія» містять: передмову, загальну інформацію про навчальну дисципліну, теми лекційного курсу, теми практичних занять, технологічна карта дисципліни, вимоги до виконання самостійної роботи: вказівки щодо виконання індивідуального навчально-дослідного завдання, система оцінювання щодо форм поточного та підсумкового контролю знань з поясненнями, рекомендовані джерела інформації.

© Розіна І.В. 2025 р.

ЗМІСТ

Вступ.....	
РОЗДІЛ 1. ОПИС ТА СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	
1.1. Зміст навчальної дисципліни.....	
1.2.Критерії оцінювання за різними видами роботи.....	
РОЗДІЛ 2. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ	
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ	
3.1. Теми практичних занять.....	
3.2. Технологічна карта дисципліни.....	
РОЗДІЛ 4. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ	
РОЗДІЛ 5. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНОГО ЗАВДАННЯ.....	
РОЗДІЛ 6. МАТЕРІАЛ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ	

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Реабілітаційна психологія» обов'язкова дисципліна у підготовці здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія, яка вмістить матеріали теоретичного та практичного характеру. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, реабілітація – це комплексне та скоординоване використання медичних, соціальних, освітніх і професійних заходів для підготовки або перепідготовки неспроможної особи до найвищого рівня реалізації функціональних можливостей. Значне місце в ньому займають психологічні аспекти, позаяк в центрі уваги будь-якої реабілітації є особистість людини з її здібностями, темпераментом, характером, почуттями, світоглядом, вірою, прагненнями.

Важливо знати базові чинники в психологічній реабілітації, напрями психологічної реабілітації.

Реабілітаційна психологія – це прикладна галузь психології, а якщо точніше, – то психології здоров'я, що вивчає методи, завдання та практичний інструментарій психологічної реабілітації як специфічного виду психологічної допомоги населенню.

Психологічна реабілітація є найважливішим елементом відновлення психічної рівноваги. За допомогою психологічних впливів можна знизити рівень нервово-психічного напруження, швидше відновити втрачену нервову енергію і, як наслідок, вплинути на прискорення процесів. Завдання психолога-реабітолога – реалізація тієї частини реабілітаційної програми, яка стосується надання психологічної допомоги пацієнтам, а також педагогічне втручання, спрямоване на мотивацію клієнтів (пацієнтів) до активної діяльності, проведення психоосвітньої роботи з родичами пацієнтів. Таким чином, учасниками психологічної реабілітації можуть бути як безпосередньо самі клієнти (пацієнти), так і їхні рідні та родичі.

На практичних заняттях студенти навчаються: формулювати завдання реабілітаційного процесу; визначати потребу у використанні методів психологічної реабілітації; складати реабілітаційну програму за результатами проведення аналізу; розробляти індивідуальні програми реабілітації осіб, які звертаються за психологічною допомогою; надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості для активізації ресурсів її життєдіяльності.

Отримані в ході дослідження дані можуть використовуватись для аналізу можливостей особистості пацієнта з точки зору її збережених сторін і перспектив компенсації втрачених властивостей – з метою вибору психотерапевтичних заходів і проведення психічної реабілітації.

Переваги вивчення дисципліни полягають у набутті практичних навиків роботи з клієнтами з метою відновлення, компенсації, реадaptaції чи адаптації до нових умов людини, що реабілітується, оволодіння психологічним інструментарієм психодіагностики на етапі реабілітації, надання відповідних реабілітаційних заходів, враховуючи психотерапевтичні практики; набуття досвіду виконання функцій та специфіки роботи психолога з клієнтами та пацієнтами, які потребують реабілітації.

Мета навчальної дисципліни «Реабілітаційна психологія» ознайомити здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти з науково теоретичним підґрунтям для оволодіння професійними знаннями з вивчення технології реабілітаційної роботи. Усвідомлення розуміння місця та ролі реабілітаційної психології в системі наукового знання та в системі надання психологічної допомоги. Формування цілісного уявлення про процес психологічної реабілітації, його етапи, напрями та форми. Поглиблення знань та розуміння психологічних складових перебігу відновлення, компенсації, реадaptaції чи адаптації до нових умов людини, що реабілітується. Сформулювати мотивацію щодо психологічної реабілітації осіб з психосоматичними та психічними захворюваннями, осіб

з девіантними формами поведінки, особливо залежних від наркотичних, хімічних, медикаментозних засобів та алкоголю, осіб в екстремальних ситуаціях та кризових станах.

Створити умови для формування певного власного досвіду професійної діяльності у відповідності з віковими та індивідуальними особливостями.

Передумови для вивчення дисципліни : здобувачі мають опановувати знання з навчальних дисциплін: «Вікова психологія», «Клінічна психологія», «Патопсихологія та психіатрія», «Нейропсихологія», «Основи психосоматики».

Очікувані програмні результати навчання.

ПРН 01. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПРН05. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПРН12. Організовувати та надавати психологічну профілактику та психологічну допомогу особам різних вікових та соціальних груп, які звертаються за психологічною допомогою.

ПРН19. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєдіяльності (в тому числі в умовах війни).

Очікувані результати вивчення дисципліни: У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен

знати:

- предмет реабілітаційної психології;
- базові чинники в психологічній реабілітації;
- напрями психологічної реабілітації;
- стадії відновлення та їх комплексну характеристику;
- методи психологічної реабілітації;
- особливості складання реабілітаційних програм; особливості психологічної реабілітації осіб з різними видами травматизації;

вміти:

- формулювати завдання реабілітаційного процесу;
- визначати потребу у використанні методів психологічної реабілітації;
- складати реабілітаційну програму за результатами проведення аналізу;
- розробляти індивідуальні програми реабілітації осіб, які звертаються за психологічною допомогою;
- надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєдіяльності.

Інтегральна компетентність.

Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог, здатність до критичного аналізу і протидії впливам інформаційного середовища.

Загальні компетентності:

ЗК 01. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 04. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 07. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

Спеціальні компетентності:

СК4.Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну, психотерапевтичну, та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК20. Здатність застосовувати у професійній діяльності вітчизняну законодавчу базу з питань надання соціальних, психологічних, реабілітаційних послуг, визначати цільову

аудиторію та її потреби для здійснення психологічної профілактики серед осіб, які звертаються за психологічною допомогою.

СК21. Здатність виявляти психологічні проблеми осіб різних вікових та соціальних груп, представників вразливих верств населення та осіб, які опинились у складних життєвих обставинах (осіб, що мають різні види залежності; хворих, самотніх, осіб літнього віку; сиріт; осіб та дітей, що мають проблеми зі здоров'ям та/або інвалідністю; батьків, що виховують дітей та молодь з проблемами здоров'я та/або інвалідністю; особам з ПТСР: осіб під слідством та у пенітенціарних закладах та ін.).

СК22. Здатність виявляти потреби осіб, які звертаються за психологічною допомогою, розробляти індивідуальну програму реабілітації осіб/дітей з інвалідністю (програму психологічного супроводу особи), та осіб, які звергаються за психологічною допомогою, створювати та залучати до роботи мультидисциплінарну команду для реалізації індивідуальної програми реабілітації осіб з інвалідністю (програми психологічного супроводу особи).

Міждисциплінарні зв'язки: «Психологія впливу в екстремальних та кризових ситуаціях», «Кризова психологія», «Екстремальна психологія», «Нейропсихологія»

ОПАНОВУЮЧИ ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ЗДОБУВАЧ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ:

- сумлінно, вчасно й самостійно (крім випадків, які передбачають групову роботу) виконувати навчальні завдання, завдання проміжного та підсумкового контролю;
- ефективно використовувати час на навчальних заняттях для досягнення навчальних цілей, не марнуючи його на зайві речі;
- сумлінно виконувати завдання з самостійної роботи, користуватися інформацією з надійно перевірених джерел, опрацьовувати запропоновані та додаткові літературні джерела та Інтернет-ресурси.

РОЗДІЛ 1.

ОПИС ТА СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1.1 Зміст навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, ОПП, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Статус дисципліни: Обов'язкова	
	ОПП	Мова навчання: українська	
		Рік підготовки:	

Змістових модулів – 2	Практична психологія. Екстремальна та кризова психологія Спеціальність 053 Психологія	1-й	1-й
Індивідуальне навчально-дослідне завдання: доповідь		Семестр	
Загальна кількість годин – 120		1-й	1-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	14год.	4 год.
		Практичні, семінарські	
		26год.	8год.
		Самостійна робота	
		70 год.	98 год.
		Індивідуальні завдання:	
		10 год.	
		Вид контролю: екзамен	

1.2 Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні завдання	0 балів	Здобувач відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичне завдання за умови сторонньої допомоги.
	1бал	Здобувач частково відтворює навчальний матеріал, водночас не висловлює власних міркувань, не може без сторонньої допомоги запропонувати приклади застосування здобутих знань при вирішенні практичного завдання. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичне завдання, але припускається окремих помилок і неточностей.
	2 бали	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичне завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичне

		завдання. Виконане завдання у цілому відповідає вимогам, хоча має незначні огріхи.
	3 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичного завдання. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичне завдання. Не припускається помилок при його виконанні. Здобувач виступає експертом практичного завдання, що виконали однокурсники.
Самостійна робота	0 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; виконує елементарні прийоми практичного завдання.
	1 бал	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичного завдання; знає послідовність виконання завдання; практичне завдання містить багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при виконанні потребує систематичної допомоги викладача.
	2 бали	Здобувач самостійно і логічно відтворює фактичний і теоретичний матеріал та наводить приклади; володіє навчальним матеріалом і використовує набуті знання, уміння у стандартних ситуаціях; самостійно виконує практичне завдання відповідно до методичних рекомендацій; практичне завдання має окремі помилки; користується необхідними навчально-методичними матеріалами.
	3 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставленого завдання; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без похибок виконує та аналізує практичне завдання.
Письмова робота	0 балів	Здобувач не надав правильну відповідь.
	1-2 бали	Здобувач частково надав правильну відповідь.
	3 бали	Здобувач надав правильну відповідь.
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (доповідь)	0 балів	Завдання не виконано; доповідь має компелятивний характер; висловлювання не відповідає (за змістом і формою) вимогам. Презентація відсутня

	1-2 Бали	Зміст доповіді відповідає заявленій темі, проте тема розкрита частково. Наведені дані і факти обґрунтовують чи ілюструють сформульовані тези частково (не більше 3 зауважень). Достовірність інформації у доповіді має зауваження щодо двох вимог з трьох (точності, обґрунтованості, наявності посилань на джерела первинної інформації). Робота характеризується змістовою цілісністю, зв'язністю і послідовністю викладу, допущено не більше 1 логічної помилки. Композиційна структура промови витримана. Здобувач почуває себе скуто, невпевнено і напружено. Ефективність промови невисока через відсутність контакту з аудиторією, недоцільне використання прийомів зацікавлення і утримання уваги слухачів. Мультимедійна презентація значною мірою не відповідає вимогам: відсутній титульний слайд, список використаних джерел, відсутнє логічне завершення презентації у вигляді висновків, змістовного узагальнення. Створено так званий «реферат з малюнками», тобто використано слайди з текстовою інформацією, переписаною з підручників, посібників, інтернету, замість формулювання тез чи ключових, опорних слів та фраз.
	3-5 Балів	Зміст доповіді відповідає заявленій темі, проте тема розкрита не повно, наявні фрагменти, які не відповідають темі. Наведені дані і факти обґрунтовують чи ілюструють частково (не більше 2 зауважень). Достовірність інформації у доповіді має зауваження щодо однієї з вимог (точності, обґрунтованості, наявності посилань на джерела первинної інформації). Здобувач демонструє сформованість умінь і навичок правильного (не більше 2 помилок). Під час виступу здобувач почувається достатньо впевнено. Не дотримано всіх вимог до створення мультимедійної презентації: спостерігається незначна інформаційна надмірність тексту презентації. Ілюстрації органічно доповнюють текст, проте є незначні недоліки дизайну презентації.
	6-8 Балів	Зміст доповіді відповідає заявленій темі дослідження, демонструє достатній аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень та публікацій, містить аналітику і узагальнення, представлені результати власного дослідження з обраної теми. Здобувач демонструє вміння будувати розгорнутий матеріал проблематики, логічно, правильно, але не точно, при цьому відсутнє прагнення виробити індивідуальний стиль.

	9-10 Балів	Зміст доповіді відповідає заявленій темі. Здобувач глибоко, повно й обґрунтовано розглядає предмет дослідження, посилається на джерела первинної інформації, подає узагальнення альтернативних теоретичних підходів в межах досліджуваної проблеми. Наведені дані й факти адекватно обґрунтовують чи ілюструють тези доповіді. Текст характеризується цілісністю та композиційною грамотністю. Здобувач демонструє уміння будувати розгорнутий матеріал проблематики, логічно, правильно, точно, є прагнення виробити індивідуальний стиль. Доповідь викликала велике зацікавлення й жваве обговорення у студентському середовищі, наявні позитивні коментарі. Навчальна презентація виконана з дотриманням усіх вимог: наявні усі структурні елементи; інформацію ретельно структуровано, представлено лаконічно, максимально інформативно, дотримано принципів науковості, послідовності у відборі текстового матеріалу; ілюстрації відповідають змісту презентації. Презентація вповні ілюструє й унаочнює доповідь.
--	---------------	---

Для навчальної дисципліни «Реабілітаційна психологія», з навчальним планом передбачає підсумковий контроль у формі усного екзамену, відводиться 20 балів. Здобувач вищої освіти може скласти екзамен, якщо кількість отриманих впродовж вивчення дисципліни балів не менше як 40. Здобувач вищої освіти отримує під час роботи на практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи та індивідуального завдання. Накопичені здобувачем бали під час вивчення навчальної дисципліни не анулюються, а сумуються. Оцінка за екзамен не може бути меншою за кількість накопичених ним балів.

Критерії оцінювання за різними видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90-100 А)	Здобувач вищої освіти вільно володіє навчальним матеріалом, знає теоретико-методологічні основи реабілітаційної психології; здатен застосовувати знання у практичних ситуаціях і генерувати нові ідеї (креативність); цінувати та поважати різноманітності та мультикультурності; діяти на основі етичних міркувань (мотивів); організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології; дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями; розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях; робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій; вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності. При виконанні практичних завдань демонструє самостійність при вирішенні завдань подальшої професійної діяльності; вирішувати проблеми діагностики та корекції поставлених завдань: вміє використовувати дані психологічного обстеження; застосовувати спеціальні знання з практичної психології при вирішенні проблем клієнта. Оцінка нижче 100 балів обґрунтовується недостатнім розкриттям теоретичних питань навчальної дисципліни, або тим, що здобувач проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи складних практичних завдань.

Добре (82-89 В)	Здобувач вищої освіти має достатні знання з основ реабілітаційної психології. Усні відповіді відрізняються логікою та аргументованістю, хоча вони не завжди повні. Здатний доволі вміло застосовувати знання у практичних ситуаціях і генерувати нові ідеї; цінувати та поважати різноманітності та мультикультурності; вельми вдало мотивувати людей та рухатися до спільної мети; здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації); загалом дотримуватися у фаховій діяльності норм психологічної етики та загально людських цінностей; розробляти новітні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях. Усні відповіді повні, логічні, натомість не завжди обґрунтовані. У цілому вміє застосовувати психологічні знання при вирішенні завдань подальшої професійної діяльності однак є деякі труднощі при вирішуванні проблем діагностики та корекції. Достатньо усвідомлено застосовує спеціальні знання з практичної психології при вирішенні проблем клієнта однак не досить чітко застосовує психологічну допомогу. Вміє застосовувати методи психологічної допомоги населенню за актуальними потребами але потребує незначної допомоги з боку викладача.
Добре (74-81 С)	Здобувач вищої освіти володіє певним обсягом знань з теоретико-методологічних основ реабілітаційної психології, але не володіє достатнім багажем знань та вмінь для формулювання висновків і застосування у практичних ситуаціях, допускає несуттєві неточності в діагностичному аспекті. Усні відповіді відрізняються невпевненістю, є загалом правильними, але не повними; володіє вміннями застосовувати психологічні знання при вирішенні завдань професійної діяльності; спроможний здійснювати практичну діяльність з використанням психологічних методів та технік; здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту; взаємодіяти з колегами і довіллям; в цілому дотримуватися у професійній діяльності норм психологічної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. Здатність застосовувати спеціальні знання з практичної психології при вирішенні проблем клієнта натомість при наданні психологічної консультації потребує допомоги. Вміє застосовувати методи психологічної допомоги населенню, однак не вміє чітко диференціювати її за актуальними потребами. Не завжди вміє самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію, потребує незначної допомоги з боку викладача.

Задовільно (64-73 D)	Здобувач володіє певним обсягом навчального матеріалу, знає теоретико-методологічні основ реабілітаційної психології; закономірності та особливості розвитку й функціонування фахової діяльності психолога у відповідності з професійною етикою, але не вміє формулювати висновки, допускає суттєві неточності. Усні відповіді відрізняються невпевненістю, є загалом неправильними та неповними. Під час репрезентації навчального матеріалу виявляє значні неточності. Практично не здатен застосовувати знання у практичних ситуаціях з використанням психологічних методів та технік; мотивувати довколишніх заради спільної мети; генерувати нові ідеї. Не завжди вміє вирішувати проблеми діагностики та корекції у психічному здоров'ї. Під час використання даних психосоматичного обстеження потребує значної допомоги з боку викладача. Не завжди викликає вміння застосовувати спеціальні знання з практичної психології при вирішенні проблем клієнта. Не виявляє творчого підходу при виконанні самостійних робіт.
Задовільно (60-63 E)	Здобувач вищої освіти має знання про теоретико-методологічні основ реабілітаційна психологія; виявляє неточності, допускає суттєві помилки; має значні прогалини у знаннях про цілі психологічної допомоги. Усні відповіді неповні, неточні, неаргументовані, припускається значних помилок у визначеннях. Пасивний під час ідентифікації психологічних проблем та визначення шляхів їх розв'язання; здебільшого не має власної позиції. Не вміє скласти та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту. Не може самостійно застосовувати психологічні знання при вирішенні завдань подальшої професійної діяльності; у вирішуванні проблем діагностики та корекції у психічному здоров'ї викликає значні труднощі. У вирішенні проблем надання психологічного консультування припускається суттєвих помилок. Практично не виявляє розуміння як застосовувати спеціальні знання з практичної психології при вирішенні проблем клієнта. Не цілком розуміє інші види психологічної допомоги. Не завжди доцільно вміє самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. Не вміє застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності.
Незадовільно (35-59 FX)	Здобувач вищої освіти має фрагментарні знання опанувавши менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни реабілітаційна психологія. Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує переважно з помилками, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань. Здобувач допускається до повторного складання екзамену.

Розподіл балів, які отримують здобувачі за результатами поточного і підсумкового контролю(екзамен)

Поточний контроль (практичні заняття, самостійна робота, ІНДЗ)			ІНДЗ	Екзамен	Сума
Теми	Бали	Разом			

Тема 1	0–9	0–70	0–10	0–20	0–100
Тема 2	0–9				
Тема 3	0–9				
Тема 4	0–9				
Тема 5	0–9				
Тема 6	0–9				
Тема 7	0–8				
Тема 8	0–8				

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	Відмінно
82–89	B	Добре
74–81	C	
64–73	D	Задовільно
60–63	E	
35–59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

РОЗДІЛ 2.

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль І. Історія розвитку реабілітаційної психології

Тема 1. Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання.

Сьогоднішні економічні негаразди, соціальна нестабільність, екологічні та техногенні катастрофи, стихійні лиха й озброєні конфлікти призводять до зростання загального напруження, невротизації, а отже – до збільшення чисельності осіб, які потребують специфічної допомоги в сфері психологічного та психічного здоров'я. Важливо знати базові чинники в психологічній реабілітації; напрями психологічної реабілітації. *Реабілітаційна психологія* – це прикладна галузь психології, а якщо точніше, – то психології здоров'я, що вивчає методи, завдання та практичний інструментарій психологічної реабілітації як специфічного виду психологічної допомоги населенню.

Тема 2. Напрями психологічної реабілітації.

Кожна людина може потрапити в ситуацію загрози своєму життю, втрати близької людини, обмеження фізичного функціонування. Вплив таких ситуацій на особистість є складним, полігенним; це результат взаємодії багатьох, ще не досліджених чинників. Серед стратегічних напрямів особистісного життєконструювання визначають напрям, що передбачає розв'язання кризових ситуацій та визначення нових цінностей, способів саморегуляції, технік опанування; еволюційний напрям до/позакризового вибору, що видозмінює траєкторії життєконструювання; стратегічний напрям домагального моделювання майбутнього через накладання на нього випереджальних очікувань,

прагнень, сподівань; тактичний напрям фазного життєконструювання завдяки постановці актуальних життєвих завдань; прагматичний напрям життєконструювання як практикування в діапазоні між фоною, стабілізаційною активністю і активністю перетворювальною, екстремальною. Напрями: екзистенційної терапії, позитивної психотерапії.

Тема 3. Психотравми і кризові ситуації.

Типи психотравмивних ситуацій. Кризи життєвих втрат. Травми пережитого насильства. Травмивна подія. Психотравма, типи, особливості. Типи життєвих ситуацій. Криза життєвих втрат. Типові симптоми переживання втрати. Психологічна допомога постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій. Організація допомоги біженцям. Організація психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їхніх сімей. Профілактика стресових розладів у військового персоналу міжнародних миротворчих місій (із досвіду інших країн). Криза втрати людини. Криза здоров'я внаслідок поранення. Фантомний біль, причини. Криза втрати здоров'я. Криза втрати волі та свободи пересування. Криза втрати матеріальних і соціальних благ. Стратегії виживання в екстремальних умовах. Травми пережитого насильства. Стадії відновлення. Психологічна підготовка військового персоналу. Діагностування та лікування ПТСР.

Тема 4. Особливості побудови реабілітаційної програми.

Процес реабілітації починається з оцінки та лікування хвороби, травми або патологічного стану. Окрім цього, має відбуватися оцінка будь-якого дефіциту, що залишається після лікування та його впливу на соціальні, психічні та професійні навички людини. Лікування стану в гострому періоді орієнтоване на травму або захворювання, що може призвести до інвалідності. Реабілітація, навпаки, орієнтується на ті навички, які є збереженими, і на ті, які можуть бути сформованими на основі резервних можливостей людини. Реабілітація містить в собі визначення та корекцію факторів, які пов'язані як з особистістю, так і з оточенням людини, і які заважають повноцінній участі людини в житті суспільства. Форми допомоги у випадку бойової психічної травми. Допомога військовослужбовцям у разі розладів супутніх ПТСР. Психологічна допомога родинам військовослужбовців і ветеранів. Розробка індивідуальної програми реабілітації осіб, які звертаються за психологічною допомогою.

Змістовний модуль 2. Практичне розуміння реабілітації осіб з різними видами травматизації.

Тема 5. Методи реабілітації.

Крім спеціальних медико-біологічних засобів реабілітації осіб, відновленню їх психічної рівноваги сприяє комплекс психологічних заходів. Серед таких заходів застосовують як основні, так і додаткові методи психологічної реабілітації. До основних методів належать: психологічне консультування, психологічна корекція та психотерапія. Додатковими методами психологічної реабілітації є: арттерапія, когнітивно-поведінкова терапія, когнітивне відновлення, умовне керування, сімейні інтервенції, психоосвіта, тренінг соціальних навичок.

Характеристика та особливості методів реабілітації. Використання методів психологічної допомоги при реабілітації. Психологічний інструментарій, який використовується при психологічній реабілітації. Оцінка ефективності реабілітаційної роботи. Методи психологічної саморегуляції. Особливості психотерапії як методу психологічної реабілітації. Особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації. Особливості психологічної корекції як методу психологічної реабілітації. Проблема довіри у реабілітації. Складання психологічних висновків за результатами оцінки виконання індивідуальної програми реабілітації осіб (програми психологічного супроводу особи).

Тема 6. Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації.

Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців з посттравматичними стресовими розладами (ПТСР). Програма реабілітації передбачає лікувальні та психологічні заходи, спрямовані на попередження розвитку патологічних процесів після ПТСР, що призводять до порушення соціальних зв'язків, професійної та особистісної дезінтеграції, алкоголізму, наркоманії, суїцидів.

Дуже важливою є ідеологічна та моральна підтримка бійців, а також етична оцінка їх бойового досвіду в суспільстві. Психологічна допомога учасникам бойових дій реалізується через групові заняття та індивідуальну терапію. Мета групових занять, тренінгів – усунення неврозів з порушенням труднощів у міжособистісному спілкуванні та при соціальній адаптації. Особливості складання реабілітаційної програми за результатами проведення аналізу з метою визначення характеру міжособистісних стосунків в родині та за запитом.

Тема 7. Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами.

Особливості соціально-психологічної реабілітації дітей із особливими потребами. Реабілітація осіб із розладами аутистичного спектру. Специфіка реабілітації дітей з нейропсихологічними порушеннями, викликаними вогнищевими ураженнями ЦНС. Реабілітація дітей із особливими освітніми потребами. Реабілітація осіб із вадами розвитку зору, слуху, опорно-рухового апарату. Реабілітація осіб після перенесених соматичних захворювань, особливості, специфіка. Особливості виконання індивідуальної програми реабілітації осіб з особливими потребами (програми психологічного супроводу особи).

Тема 8. Реабілітація осіб із психічними розладами.

Реабілітація осіб із органічними, включаючи симптоматичні, психічними розладами. Реабілітація осіб із шизофренією, шизотиповими та маячними розладами. Реабілітація осіб із афективними розладами настрою. Реабілітація осіб із поведінковими синдромами, які пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами. Реабілітація осіб із розладами зрілої особистості та поведінки у дорослих.

РОЗДІЛ 3.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

3.1. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми Форма заняття	Кількість Годин	
		Денна	Заочна
1	Семінар «Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання».	2	2
2	Семінар «Напрями психологічної реабілітації».	4	
3	Практичне заняття «Психотравми і кризові ситуації».	4	1
4	Майстер клас «Особливості побудови реабілітаційної програми».	2	1
5	Круглий стіл «Методи реабілітації».	2	2
6	Тренінг «Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації»	4	
7	Дискусія «Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами».	4	1

8	Вирішення практичних завдань «Реабілітація осіб із психічними розладами».	4	1
	Усього	26	8

3.2 Технологічна карта дисципліни

Тема	Форма організації на занятті	Обов'язкове практичне завдання	Термін Виконання
<i>Семінар</i> «Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання».	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i> 1.Предмет, задачі та методи дисципліни “Реабілітаційна психологія”. 2.Історія виникнення реабілітаційної психології. 3.Основні поняття. 4.Загальні принципи реабілітаційної психології. 5.Методи психологічного дослідження реабілітаційній психології.	Робота в малих групах. 1.Дати пояснення що таке психологічна допомога? 2.Які види психологічної допомоги Ви знаєте? 3.Поясніть поняття «обмеження життєдіяльності». 4. Поясніть поняття «усунення обмежень». 5.Поясніть поняття «психологічна підтримка». 6.Пояснити поняття «психологічна адаптація». 7. Розкрити мету, основні завдання та функції реабілітації. 8. Пояснити різницю між абілітацією та реабілітацією. 9. Розкрийте історичні аспекти становлення реабілітації. Результати доповісти на практичному занятті.	На практ. Занятті
<i>Семінар</i> «Напрями психологічної реабілітації».	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i> 1. Розкрити ситуації загрози які впливають на людське життя. 2.Розкрити революційний напрям, що передбачає розв'язання кризових ситуацій 3. Еволюційний напрям до/позакризового вибору. 4.Стратегічний напрям.	Робота в малих групах. 1. Назвіть види реабілітації та охарактеризуйте їх. 2. Скласти таблицю щодо видів реабілітаційної роботи. 3. Пояснити напрями, які допомагають визначенню нових цінностей, способів саморегуляції, технік опанування. 4. Пояснити стратегічний напрям моделювання майбутнього через накладання на нього випереджальних очікувань, прагнень, сподівань. 5. Пояснити тактичний напрям фазного життєконструювання завдяки постановці актуальних життєвих завдань.	До наступ. практ. заняття

	5. Тактичний напрям фазного життєконструювання. 6. Прагматичний напрям життєконструювання	6. Пояснити прагматичний напрям життєконструювання як практикування в діапазоні між фоною, стабілізаційною активністю і активністю перетворювальною, екстремальною. 7. Розкрити напрями: екзистенційної терапії, позитивної психотерапії, когнітивної терапії та ін. Результати доповісти на практичному занятті.	
<i>Практичне заняття</i> «Психотравми і кризові ситуації».	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i> 1. Типи психотравмівних ситуацій. 2. Психологічна допомога постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій 3. Організація допомоги біженцям. 4. Організація психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їхніх сімей. 5. Травми пережитого насильства. 7. Криза втрати здоров'я. 8. Криза втрати волі та свободи пересування. 9. Криза втрати матеріальних і соціальних благ. 10. Психологічна підготовка військового персоналу. 12. Діагностування та лікування ПТСР.	Питання для дискусії робота в малих групах: 1. Навести приклади психотравмівних ситуацій. 2. Навести приклади та розібрати кризи життєвих втрат. 3. Робота з травмами пережитого насильства. 4. Запобігання та контроль бойового стресу. 5. Розробити критерії психодіагностики стресових розладів у військового персоналу 6. Стадії відновлення. 7. Розробити напрями та програму реабілітаційних заходів осіб із ПТСР. 8. Розробити алгоритм психологічної допомоги у випадку бойової психічної травми. 9. Диференціація типів екстремальних ситуацій і форми поведінки людей в цих ситуаціях. Розробка індивідуальної програми реабілітації осіб, які звертаються за психологічною допомогою. Розробка програми психологічного супроводу і реабілітації осіб у екстремальних та кризових ситуаціях. Обговорення результатів на практичному занятті.	На прак. занятті

Майстер клас «Особливості побудови реабілітаційної програми».	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком: 1. Процес реабілітації. (оцінки та лікування хвороби, травми або патологічного стану). 2. Оцінка будь-якого дефіциту, що залишається після лікування та його впливу на соціальні, психічні та професійні навички людини. 3. Форми допомоги у випадку бойової психічної травми. 4. Допомога військовослужбовцям у разі розладів супутніх ПТРС. 5. Психологічна допомога родинам військовослужбовців і ветеранів	Проведення реабілітаційної програми. Реабілітація містить в собі визначення та корекцію факторів, які пов'язані як з особистістю, так і з оточенням людини. Особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації. Застосування імагінально-катотивного методу. «Мотив місто сили»	На практ. занятті
Круглий стіл «Методи реабілітації».	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком: 1. Використання методів психологічної допомоги при реабілітації. 2. Особливості самопомоги при реабілітації. 3. Назвіть методи психологічної реабілітації. 4. Особливості психотерапії як методу психологічної реабілітації. 5. Особливості психологічної корекції як методу психологічної реабілітації.	Робота в малих групах. 1. Скласти таблицю структурних компонентів методів дослідження в реабілітаційній діяльності. 2. Порівняти основні наукові підходи щодо вивчення особливостей психотерапії як методу психологічної реабілітації. 3. Скласти таблицю складових психологічної корекції. 4. Застосування методів арттерапії, казкотерапії у реабілітації.	До наступ. практ. заняття

	6. Характеристика методів психічної саморегуляції. 7. Проблема довіри у реабілітації.		
<i>Тренінг</i> «Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації»	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i> 1. Типи психотравматичних ситуацій. 2. Кризи життєвих втрат. 3. Психотравма, типи, особливості. 4. Можливі патологічні вияви. 5. Криза здоров'я внаслідок поранення. 6. Фантомний біль, причини. 7. Криза втрати волі та свободи пересування. 8. Криза втрати матеріальних і соціальних благ. 9. Стратегії виживання в екстремальних умовах. 10. Травми пережитого насильства.	Питання для дискусії робота в малих групах: 1. Розробити структурно-логічну схему розвитку симптомів переживання втрати. 2. Розробити порівняльну таблицю психологічної характеристики прояву різних форм кризових ситуацій. Складання реабілітаційної програми за результатами проведення аналізу з метою визначення характеру міжособистісних стосунків в родині та за запитом. Тренінг «Ресурси» за допомогою метода Позитивної психотерапії.	На прак. Занятті
<i>Дискусія</i> «Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами»	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i> 1. Особливості соціально-психологічної реабілітації дітей із особливими потребами. 2. Реабілітація осіб із розладами аутистичного спектру.	Питання для дискусії (робота в малих групах): 1. Розробити порівняльну таблицю соціально-психологічної реабілітації осіб із різними проявами особливих потреб. 2. Розробити критерії психодіагностики осіб із особливими потребами (скласти порівняльну таблицю). Виконання індивідуальної програми реабілітації осіб з особливими потребами	До наступ. практ. заняття

	3. Специфіка реабілітації дітей з нейропсихологічними порушеннями, викликаними вогнищевими ураженнями ЦНС. 4. Реабілітація дітей із особливими освітніми потребами. 5. Реабілітація осіб із вадами розвитку зору, слуху, опорно-рухового апарату. 6. Реабілітація осіб після перенесених соматичних захворювань, особливості, специфіка.	(програми психологічного супроводу особи).	
<i>Вирішення практичних завдань «Реабілітація осіб із психічними розладами»</i>	<i>Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:</i>	Питання для дискусії (робота в малих групах): 1. Розробити порівняльну таблицю різних напрямків психологічної реабілітації в залежності від порушення психічних процесів при психічних захворюваннях. 2. Розробити критерії психодіагностики органічних, шизотипових та маячних розладів (скласти порівняльну таблицю).	До наступ. практ. заняття

	1.Реабілітація осіб із органічними, включаючи симптоматичні, психічними розладами. 2.Реабілітація осіб із шизофренією, шизотиповими та маячними розладами. 3.Реабілітація осіб із афективними розладами настрою. 4.Реабілітація осіб із поведінковими синдромами, які пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами. 5.Реабілітація осіб із розладами зрілої особистості та поведінки у дорослих.		
--	---	--	--

РОЗДІЛ 4.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ

Самостійна робота має на меті поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які здобувачі отримують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці (творчі роботи, підготовка конспектів, міні-доповідей, рефератів, есе тощо).

Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин денна	Кількість годин заочна	Форми контролю
1	Розкрити мету, основні завдання та функції реабілітації. Розкрийте історичні аспекти становлення реабілітації. Особливості реабілітаційних програм	10	15	Індивідуальна, групова співбесіда усне опитування, перевірка практичних завдань, екзамен
2	Розкрити напрями: екзистенційної терапії, позитивної психотерапії, когнитивної терапії та ін. Тактичний напрям фазного життєконструювання. Прагматичний напрям життєконструювання	10	17	
3	Класифікація кризових ситуацій	10	14	

	Розробка індивідуальної програми реабілітації осіб, які звертаються за психологічною допомогою. Розробка програми психологічного супроводу і реабілітації осіб у екстремальних та кризових ситуаціях.			
4	Діагностичний інструментарій у реабілітаційному процесі Особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації Оцінка будь-якого дефіциту, що залишається після лікування та його впливу на соціальні, психічні та професійні навички людини.	10	12	
5	Психологічна допомога постраждалим внаслідок бойових дій Особливості самопомоги при реабілітації.	10	12	
6	Розробити алгоритм психологічної допомоги у випадку бойової психічної травми. Перша психологічна допомоги у випадку бойової психічної травми	10	12	
7	Соціально-психологічна реабілітація осіб із розладами аутистичного спектру Розробити критерії психодіагностики осіб із особливими потребами Реабілітація осіб із вадами розвитку зору, слуху, опорно-рухового апарату	6	9	
8	Реабілітація осіб із шизотиповими розладами Реабілітація осіб із розладами зрілої особистості та поведінки у дорослих. Розробити критерії психодіагностики органічних, шизотипових та маячних розладів (скласти порівняльну таблицю).	4	7	
Разом		70	98	

РОЗДІЛ 5.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНОГО ЗАВДАННЯ (за вибором: тези/доповідь). ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ

№ з/п	Тематика	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1	Загальні поняття реабілітаційної психології та особливості реабілітаційних програм		
2	Методи та особливості реабілітації різних категорій осіб		
3	Психотравмівні і кризові ситуації		

4	Діагностичний інструментарій у реабілітаційному процесі		
5	Психологічна допомога постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій		
6	Форми допомоги у випадку бойової психічної травми		
7	Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами		
8	Реабілітація осіб із психічними розладами		
9	Скласти таблицю складових психологічної корекції		
10	Розробити критерії психодіагностики органічних, шизотипових та маячних розладів		
	Разом	10	10

РОЗДІЛ 6. МАТЕРІАЛ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль I. Історія розвитку реабілітаційної психології.

Тема 1. Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання

У курсі важливо усвідомити, теоретико- методологічні основи психологічної реабілітації, напрями психологічної реабілітації. Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання.

Історія виникнення та розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання. Функції реабілітації.

Сьогоднішні економічні негаразди, соціальна нестабільність, екологічні та техногенні катастрофи, стихійні лиха й озброєні конфлікти призводять до зростання загального напруження, невротизації, а отже – до збільшення чисельності осіб, які потребують специфічної допомоги в сфері психологічного та психічного здоров'я. Важливо знати базові чинники в психологічній реабілітації.

Реабілітаційна психологія – це прикладна галузь психології, а якщо точніше, – то психології здоров'я, що вивчає методи, завдання та практичний інструментарій психологічної реабілітації як специфічного виду психологічної допомоги населенню.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, реабілітація – це комплексне та скоординоване використання медичних, соціальних, освітніх і професійних заходів для підготовки або перепідготовки неспроможної особи до найвищого рівня реалізації функціональних можливостей. Значне місце в ньому займають психологічні аспекти, позаяк в центрі уваги будь-якої реабілітації є особистість людини з її здібностями, темпераментом, характером, почуттями, світоглядом, вірою, прагненнями.

Реабілітаційна психологія є між дисциплінарною наукою про процес відновлення функцій людини. Реабілітацію можна визначити як процес та систему відновлення здатностей людини з обмеженою життєдіяльністю до побутової, суспільної та професійної діяльності. Реабілітація спрямована на створення якіснішого, з соціального погляду, рівня життя особи, яка її і потребує. Важливим у реабілітації є порушені можливості особи, взаємозв'язки, які тимчасово руйнуються між нею і суспільством та потребують відновлення. Процес відновлення концентрується не лише на потенційних можливостях людини, але й на тому, що може запропонувати суспільство, на діях з боку суспільства й на формах взаємодії людини та суспільства.

Психологічна реабілітація є найважливішим елементом відновлення психічної рівноваги. За допомогою психологічних впливів можна знизити рівень нервово-психічного напруження, швидше відновити втрачену нервову енергію і, як наслідок, вплинути на прискорення процесів.

Функції реабілітації:

- діагностична;
- розвивальна (корекційна);
- профілактична;
- лікувальна;
- власне реабілітаційна (відновлення).

Психологічна діагностика – психологічне обстеження особистості, моніторинг змісту й умов індивідуального розвитку та можливості її інтеграції в суспільство. Психологічна корекція – це корекція окремих властивостей пізнавальних процесів особистості й характеру (мотивів, інтересів, установок, ціннісних орієнтацій, поведінкових реакцій) з метою засвоєння оптимальних способів різних видів діяльності (ігрової, комунікативної, навчальної, професійної і т.п.) для можливості успішної й ефективної самореалізації і соціальної інтеграції. Психологічна терапія – комплекс проведення індивідуальних і групових занять, мета яких – усунення психологічних, нервових і психологічних розладів. У результаті «пом'якшується» чи ліквідовується наявна симптоматика (клінічно орієнтована психотерапія) і змінюється ставлення до соціального оточення і власної особистості (особистісно орієнтована психотерапія)

Психологія як наука в контексті медичних та соціальних потреб

Ідеї, що стали основою реабілітаційної психології, з'явилися ще на початку XX століття, коли психологи почали приділяти увагу не лише теоретичним питанням розвитку особистості, а й практичним аспектам, що стосуються корекції різних порушень психічного та фізичного здоров'я. Однак поняття «реабілітація» не використовувалося в тому сенсі, в якому ми його розуміємо сьогодні.

У цей період основні зусилля в галузі психології були зосереджені на клінічній психології, де психологи почали активно працювати з людьми, що мали психічні захворювання, травми чи інвалідність. Наприклад, в 1900-х роках відомі психологи, такі як Джон Б. Уотсон та Вільям Мак Дугалл, обговорювали важливість психічної адаптації людей до нових умов після травм або хвороб.

Психологічна діагностика – психологічне обстеження особистості, моніторинг змісту й умов індивідуального розвитку та можливості її інтеграції в суспільство. Психологічна корекція – це корекція окремих властивостей пізнавальних процесів особистості й характеру (мотивів, інтересів, установок, ціннісних орієнтацій, поведінкових реакцій) з метою засвоєння оптимальних способів різних видів діяльності (ігрової, комунікативної, навчальної, професійної і т.п.) для можливості успішної й ефективної самореалізації і соціальної інтеграції. Психологічна терапія – комплекс проведення індивідуальних і групових занять, мета яких – усунення психологічних, нервових і психологічних розладів. У результаті «пом'якшується» чи ліквідовується наявна симптоматика (клінічно орієнтована психотерапія) і змінюється ставлення до соціального оточення і власної особистості (особистісно орієнтована психотерапія)

Основні теоретичні підходи

У середині XX століття почали активно розвиватися різні теоретичні підходи в реабілітаційній психології. Один із таких підходів — це біхевіоризм, який на основі принципів навчання та умовних рефлексів пропонував методи психологічної реабілітації, зокрема для людей з порушеннями рухової активності.

Іншим важливим напрямком був гуманістичний підхід, що акцентував увагу на розвитку особистості, її самореалізації та емоційній підтримці пацієнтів. У рамках гуманістичної психології розроблялися методи, які допомагали людям, що пережили травми, відновлювати свою самооцінку, знайти сенс життя та відновлювати емоційну рівновагу.

Сучасні тенденції в реабілітаційній психології.

У кінці XX — на початку XXI століття реабілітаційна психологія значно розширила свої горизонти завдяки інтеграції різних психотерапевтичних методів. Мова йде про застосування когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), технік психодрами, арт-терапії, а також технік, заснованих на медитації та усвідомленості.

Одним із важливих аспектів стало застосування КПТ для лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР), з яким стикаються не тільки ветерани, а й особи, які пережили катастрофи або інші травматичні події.

Сьогодні реабілітаційна психологія інтегрує різноманітні наукові знання та методи, охоплюючи широкий спектр психологічних та соціальних проблем. Її розвиток продовжується, особливо в умовах новітніх технологій і змін соціальних вимог.

Психологічна реабілітація є важливою складовою підтримки осіб, що пережили різноманітні травми та порушення, і, без сумніву, залишатиметься ключовою дисципліною в системі сучасного наукового знання.

Варіанти першоджерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Дуб Віра Реабілітаційна психологія : *методичні матеріали до семінарських занять [для студентів ВНЗ]* Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2018. 92 с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник*. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстере, Тетяна Палієнко]. Том1. Київ, 2018. 208 с.
3. Савенкова І.І. Реабілітаційна психологія: *навчальний посібник*. Миколаїв: Іліон, 2021. 220с.
4. Навчальний посібник. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстере, Тетяна Палієнко]. Том 1. Київ, 2018. 208 с

Тема 2. Напрями психологічної реабілітації.

Кожна людина може потрапити в ситуацію загрози своєму життю, втрати близької людини, обмеження фізичного функціонування. Вплив таких ситуацій на особистість є складним, полігенним; це результат взаємодії багатьох, ще не досліджених чинників. Серед стратегічних напрямів особистісного життєконструювання визначають напрям, що передбачає розв'язання кризових ситуацій та визначення нових цінностей, способів саморегуляції, технік опанування; еволюційний напрям до/позакризового вибору, що видозмінює траєкторії життєконструювання; стратегічний напрям домагального моделювання майбутнього через накладання на нього випереджальних очікувань, прагнень, сподівань; тактичний напрям фазного життєконструювання завдяки постановці актуальних життєвих завдань; прагматичний напрям життєконструювання як практикування в діапазоні між фоною, стабілізаційною активністю і активністю перетворювальною, екстремальною, Напрями: екзистенційної терапії, позитивної психотерапії.

Психологічна допомога після психічної травми

Один з основних напрямів психологічної реабілітації полягає в роботі з особами, які пережили психічні травми, зокрема, після серйозних подій, таких як катастрофи, насильство, війна, стихійні лиха, аварії. Психологічна допомога в цьому випадку має на меті допомогти людині пережити травму, зменшити рівень стресу і тривоги, а також відновити нормальне функціонування.

Психологи використовують різні методи для роботи з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), серед яких:

Психотерапія (когнітивно-поведінкова терапія, психоаналіз, гештальт-терапія).

Групова терапія — групи підтримки, де люди з подібним досвідом можуть обмінюватися переживаннями та отримувати підтримку.

Техніки релаксації та усвідомленості (наприклад, медитація, йога).

Мистецька терапія — використання творчих процесів для вираження емоцій.

Психологічна допомога в умовах тривалого стресу

Часто особи, що пережили серйозні стресові події, потребують тривалого психологічного супроводу, щоб адаптуватися до змін у своєму житті. Це включає в себе роботу з їхніми емоціями, розумінням наслідків травми та допомогу в зміні негативних переконань, що виникають внаслідок травмуючих подій.

Психологічна підтримка після фізичних травм

Фізичні травми, зокрема ампутації, серйозні ушкодження хребта або інші обмеження рухливості, можуть суттєво впливати на психічний стан людини. Психологічна реабілітація для таких пацієнтів має на меті допомогти адаптуватися до нових фізичних обмежень і відновити емоційне благополуччя.

Основні методи психологічної реабілітації включають:

Психотерапевтичні бесіди, які допомагають людині усвідомити та прийняти зміни в своєму житті.

Когнітивно-поведінкова терапія, спрямована на корекцію негативних переконань і стереотипів щодо власної інвалідності.

Тренінги самооцінки та впевненості для розвитку позитивного ставлення до себе, попри фізичні обмеження.

Соціальна реабілітація осіб з інвалідністю

Психологічна реабілітація також включає підтримку в соціальній інтеграції людей з інвалідністю. Це робота, спрямована на відновлення соціальних навичок, сприяння адаптації до нових умов життя в суспільстві, яке не завжди є готовим прийняти людей з обмеженими можливостями.

Соціальна адаптація та розвиток навичок комунікації.

Підтримка в пошуку роботи і професійної діяльності.

Групи підтримки для обміну досвідом між людьми з подібними проблемами.

Психологічна реабілітація при психічних розладах

Психологічна реабілітація при депресії та тривожних розладах

Одним з найбільш розповсюджених напрямів психологічної реабілітації є робота з людьми, які страждають від депресії, тривожних розладів, панічних атак та інших психічних захворювань. Зазвичай у таких випадках використовується поєднання різних психологічних технік, зокрема:

Когнітивно-поведінкова терапія для зміни негативних переконань і моделей поведінки, що сприяють розвитку тривожності або депресії.

Техніки релаксації для зменшення рівня стресу та тривоги.

Психоосвітні програми для навчання пацієнтів розпізнавати і контролювати симптоми своїх розладів.

Реабілітація після психозів та інших важких психічних розладів

Люди, які пережили важкі психічні розлади, зокрема шизофренію, біполярний розлад або інші психози, також потребують тривалого психологічного супроводу. Реабілітація в цьому випадку спрямована на відновлення соціальної та особистісної функціональності, а також на допомогу у подоланні стигматизації та інтеграції в суспільство.

Психотерапевтичні сесії для подолання соціальної ізоляції та розвитку навичок адаптації.

Психологічна реабілітація у випадку залежностей

Лікування від алкоголізму та наркоманії

Залежності є ще одним важливим напрямом психологічної реабілітації. Психологічна допомога людям, які страждають від залежностей (алкогольна, наркотична, ігрова тощо), передбачає не лише лікування симптомів, але й корекцію глибинних причин залежної поведінки.

Когнітивно-поведінкова терапія для подолання переконань, які підтримують залежну поведінку.

Психотерапія для подолання травмуючого досвіду та вивчення здорових способів емоційного самовираження.

Групи підтримки, що допомагають пацієнтам обмінюватися досвідом і підтримувати один одного.

Психологічна реабілітація в контексті сімейних проблем та травм

Коли людина переживає особисту травму або переживає складнощі у стосунках, дуже важливою є підтримка з боку родини. Сімейна психотерапія сприяє відновленню гармонійних стосунків, допомагає подолати сімейні конфлікти, а також коригує патерни поведінки, які можуть погіршувати психологічний стан.

Психотерапевтичні сесії для сімей з фокусом на відновлення емоційної підтримки та комунікації.

Техніки вирішення конфліктів та побудови здорових стосунків.

Кожен з цих напрямів має свої унікальні підходи та методи, але всі вони спрямовані на одне — допомогти людині відновити психологічне та емоційне благополуччя, адаптуватися до нових умов життя та повернутися до активного і повноцінного функціонування в суспільстві.

Завдяки розвитку психологічної реабілітації, люди, що пережили важкі життєві випробування, отримують шанс на нове життя, на нову якість взаємодії з навколишнім світом.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник*. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстере, Тетяна Палієнко]. Том1. Київ, 2018. 208 с.
3. Романишин А.М. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах: навчальний посібник. Львів, 2020. 121 с.

4. Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders/ Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznostwo Issue (II), 2020 Pg. 19-35 URL:<https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02>

5. Розіна І. Боровіченко І. Особливості корекційної програми на зниження рівня акцентуованих рис характеру у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С.76-81

Тема 3. Психотравми і кризові ситуації.

Тема психотравм і кризових ситуацій є важливою частиною сучасної психології, оскільки обидва ці явища впливають на психічне здоров'я індивіда, його емоційну стійкість та здатність адаптуватися до змін у житті. Психологічна травма — це реакція людини на пережиту подію, що порушує її здатність адекватно реагувати на стрес та адаптуватися до нових умов. Кризова ситуація ж, в свою чергу, є періодом важких змін, що вимагають від людини швидкої адаптації та перегляду існуючих життєвих стратегій.

У цій лекції ми розглянемо, що таке психотравми та кризові ситуації, які чинники сприяють їх виникненню, а також які методи психотерапії та психологічної підтримки можуть бути ефективними для подолання їхніх наслідків.

Психологічна травма — це глибокий емоційний або психічний вплив, що виникає внаслідок переживання сильної стресової ситуації або події, яка перевищує можливості людини справлятися з її наслідками. Травматичний досвід може бути одноразовим або повторюваним, але його наслідки часто призводять до значних змін у психічному стані людини.

Психотравма може бути спричинена різними подіями, такими як: насильство (фізичне, психологічне, сексуальне); стихійні лиха (землетруси, повені, пожежі); воєнні конфлікти та теракти; серйозні медичні діагнози або травми; смерть близьких людей.

Переживання травми може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожних розладів або інших психічних захворювань.

Основні типи психотравм

Психологічні травми можуть бути класифіковані за різними ознаками:

Емоційні травми: спричинені сильними емоційними переживаннями, такими як відмова в любові, зрада або соціальна ізоляція.

Фізичні травми: пов'язані з серйозними фізичними ушкодженнями, що можуть спричинити психологічні наслідки, як-от відчуття безпорадності чи втрати ідентичності.

Соціальні травми: виникають унаслідок серйозних змін у соціальному статусі людини, таких як втрата роботи, бездомність чи розлучення.

Травми, пов'язані з насильством: ці травми можуть бути психологічними або фізичними і зазвичай мають довготривалі наслідки для психічного здоров'я людини.

Вплив психотравми на психіку

Травматичний досвід може мати різноманітні наслідки для психічного здоров'я, серед яких:

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): характеризується тривожністю, флешбеками, нічними жахами та надмірною настороженістю.

Депресія: відчуття безнадії, апатії, втрати інтересу до життя.

Тривожні розлади: панічні атаки, соціальна тривожність, надмірний страх.

Дисоціація: людина може відчувати себе «відокремленою» від власного тіла або світу, що відбувається навколо.

Низька самооцінка та проблеми з самосприйняттям.

Психотравма може змінити світогляд людини, порушити її соціальні та особистісні зв'язки, а також зробити її менш адаптованою до стресових ситуацій у майбутньому.

Типові симптоми переживання втрати

Втрати — це важкий стрес, що вимагає адаптації. Основні симптоми переживання втрати включають:

Глибока сум та смуток: людина може переживати тривалий період глибокого смутку, що супроводжується постійними думками про втрату.

Відчуття безнадії: особливо в ситуаціях, коли людина відчуває, що не може контролювати події у своєму житті.

Порушення сну та апетиту: багато хто стикається з безсонням або втратою апетиту, що є фізичними ознаками стресу.

Згубна поведінка: в деяких випадках людина може звертатися до алкоголю або наркотиків для того, щоб уникнути переживань.

Основні ознаки кризової ситуації

Несподіванка і шок: людина не очікує зміни і не має підготовлених механізмів для того, щоб адекватно впоратися з ситуацією.

Раптовість та інтенсивність змін: кризові ситуації, як правило, виникають швидко і змінюють існуючі умови життя.

Необхідність змінювати життєві стратегії: кризові ситуації зазвичай ставлять людину перед необхідністю змінювати спосіб життя, відмовлятися від старих стратегій і підходів до вирішення проблем.

Високий рівень стресу: в умовах кризи людина переживає значний стрес, тривогу і розгубленість.

Види кризових ситуацій

Особистісні кризи: криза ідентичності, сімейні кризи, кар'єрні кризи.

Соціальні та економічні кризи: криза у суспільстві, колективні кризи.

У кризовій ситуації людина, як правило, переживає кілька етапів емоційної реакції:

Шок: перший етап, на якому людина може не усвідомлювати масштабу ситуації і не розуміти, як з нею впоратися.

Пошук рішень: людина починає шукати способи вирішення проблеми, намагається адаптуватися до нових умов.

Депресія і безсилля: на цьому етапі людина може відчути себе безпорадною, сумною, втратити інтерес до життя.

Прийняття і адаптація: врешті-решт людина знаходить новий спосіб справлятися з кризою і приймає нові умови життя.

Психологічна допомога при психотравмах та кризових ситуаціях

Психотерапевтичні методи для подолання психотравм

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) — один з основних методів для роботи з посттравматичним стресовим розладом і тривожними розладами. Вона спрямована на зміну негативних переконань та поведінкових патернів.

Терапія травми (EMDR) — метод, який сприяє обробці травматичних спогадів і зменшенню їх негативного впливу.

Психоаналітичний підхід — допомагає людині розкрити глибинні причини її переживань і знайти шляхи до внутрішнього зцілення.

Психологічна підтримка в кризовий період

Кризова інтервенція — допомога, що надається людям, які пережили гостру кризу. Вона спрямована на стабілізацію емоційного стану та надання конкретної допомоги в першочергових потребах.

Групи підтримки — соціальна підтримка серед однодумців або тих, хто переживає подібні труднощі, може допомогти людині не почуватися ізольованою.

Навчання технік стрес-менеджменту — сприяє розробці стратегій, які допомагають знижувати рівень стресу і краще адаптуватися до важких ситуацій.

Організація допомоги біженцям

Біженці, що втекли від війни чи переслідувань, часто стикаються не тільки з фізичними труднощами, а й з важкими психологічними проблемами. Психологічна допомога біженцям включає:

Психосоціальну підтримку для адаптації в новому середовищі.

Допомогу в інтеграції у нову культуру, соціальну систему.

Роботу з травматичним досвідом, що пов'язаний з війною, насильством, втратами.

Травмівна подія

Травмівною подією вважається будь-яка ситуація, яка має потенціал для завдання значного психічного шоку та порушення нормального функціонування людини. Це може бути природна катастрофа (землетрус, повінь, пожежа), техногенна катастрофа, насильницькі дії (війна, терористичний акт), а також дуже особисті ситуації, наприклад, смерть близької людини.

Травмівна подія може викликати довготривалі негативні наслідки на психічне та емоційне здоров'я, такі як флешбеки, сильний стрес, панічні атаки, депресивні стани. Ключовими аспектами, що визначають тяжкість травми, є її інтенсивність і тривалість.

Організація психологічної допомоги військовослужбовцям та їхнім сім'ям

Військовослужбовці та члени їхніх сімей часто стикаються з особливими стресами через бойові дії, тривале перебування на війні, а також через психологічне навантаження від розлуки. Ось кілька ключових напрямів організації допомоги:

Терапія ПТСР для військових.

Психологічна допомога сім'ям — включаючи допомогу подружжям і дітям військовослужбовців у разі втрат.

Групи підтримки для тих, хто пережив бойові дії або втрату близьких.

Профілактика стресових розладів у військових

Тренінги стрес-менеджменту для військовослужбовців, щоб вони могли зберігати психологічну стійкість під час місій.

Психологічна підтримка перед і після участі у миротворчих місіях: спеціальні програми адаптації, що допомагають уникнути розвитку ПТСР.

Досвід інших країн: наприклад, в арміях США та Великої Британії широко використовуються програми підтримки для військових, такі як безкоштовні психологічні консультації та групи реабілітації.

Криза втрати здоров'я: фантомний біль, причини

Криза втрати здоров'я є наслідком серйозних фізичних травм, хвороб або поранень. Однією з важливих проблем є фантомний біль, коли людина відчуває болі в частинах тіла, яких вже немає. Це явище зумовлене змінами в нервовій системі, і хоча фізичний орган вже відсутній, мозок продовжує отримувати сигнали, які він інтерпретує як біль.

Травмуючі події і кризи життєвих втрат — це серйозний виклик для психіки, який вимагає комплексної допомоги. Психологічна підтримка, адаптація, правильне розпізнавання симптомів стресових розладів є ключовими для відновлення людини після пережитого досвіду. Особливо важливо звертати увагу на осіб, які пережили екстремальні ситуації, такі як біженці, військовослужбовці та члени їхніх родин.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник*. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстєре, Тетяна Палієнко]. Том1. Київ, 2018. 208 с.
3. Романишин А.М. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах: навчальний посібник. Львів, 2020. 121 с.
4. Розіна І. Боровіченко І. Особливості корекційної програми на зниження рівня акцентуованих рис характеру у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С.76-81

Тема 4. Особливості побудови реабілітаційної програми.

На занятті розглядаються особливості побудови реабілітаційної програми, оцінки та лікування хвороби, травми. Орієнтація на навик, які є збереженими, і на ті, які можуть бути сформованими на основі резервних можливостей людини.

Особливості побудови реабілітаційної програми

Процес реабілітації починається з оцінки будь-якого дефіциту, що залишається після лікування та його впливу на соціальні, психічні та професійні навик людини. Реабілітація — це комплекс заходів, спрямованих на відновлення функцій організму, психічного здоров'я та соціальних зв'язків людини після травм, хвороб або стресових ситуацій. Реабілітація містить в собі визначення та корекцію факторів, які пов'язані як з особистістю, так і з оточенням людини, і які заважають повноцінній участі людини в житті суспільства. Форми допомоги у випадку бойової психічної травми. Допомога військовослужбовцям у разі розладів супутніх ПТСР. Психологічна допомога родинам військовослужбовців і ветеранів.

Завдання реабілітації:

Відновлення функціональних можливостей: повернення людини до нормального фізичного і психоемоційного функціонування.

Покращення якості життя: підвищення здатності особи до соціальної адаптації та реалізації себе у суспільстві.

Превенція рецидивів: запобігання розвитку нових травм або захворювань.

Психологічна підтримка: зниження стресу та допомога у подоланні психологічних наслідків травмуючих ситуацій.

Постановка реабілітаційних цілей

Індивідуалізованими: враховувати потреби та можливості конкретної особи.

Конкретними і вимірними: встановлення чітких, досяжних та вимірюваних цілей, що дозволяють відслідковувати прогрес.

Тимчасовими: визначити строки досягнення кожної цілі.

Фізичні цілі: покращення рухливості, зниження болю, відновлення фізичної витривалості.

Психологічні цілі: зменшення тривожності, подолання депресивних симптомів, зниження стресу, розвиток здорової самооцінки.

Соціальні цілі: відновлення здатності до праці, поліпшення комунікації з близькими, адаптація до нових соціальних умов.

Процес реабілітації починається з оцінки та лікування хвороби, травми або патологічного стану. Окрім цього, має відбуватися оцінка будь-якого дефіциту, що залишається після лікування та його впливу на соціальні, психічні та професійні навик людини. Лікування стану в гострому періоді орієнтоване на травму або захворювання, що може призвести до інвалідності. Реабілітація містить в собі визначення та корекцію факторів, які пов'язані як

з особистістю, так і з оточенням людини, і які заважають повноцінній участі людини в житті суспільства

Фази реабілітаційного процесу:

1. Гостра фаза з акцентом на заходах медичної реабілітації.

Завдання: психодіагностика, психологічна та психотерапевтична бесіди (наприклад, для послаблення депресивних реакцій або для мотивації клієнта до активного пошуку можливих рішень).

2. Фаза підготовки до реабілітації та пошуку форм реабілітації (інтерв'ю, планування реабілітаційних заходів, прийняття рішення щодо психотерапевтичних заходів).

Завдання: опанування соціально-психологічних навичок пристосування хворих до умов зовнішнього оточення.

3. Фаза власне реабілітації.

Завдання: полегшення процесів навчання та психічна підтримка за допомогою консультування та терапії.

4. Фаза соціальної та професійної інтеграції.

Завдання: допомога психолога знайти людині своє місце в житті.

Основні принципи психологічної реабілітації такі:

1. Поєднання психологічного впливу на тлі біологічного втручання.

2. Різноманітність психологічного втручання – врахування усіх аспектів життєдіяльності хворого (психологічної, сімейної, трудової, соціальної складових).

3. Партнерство – активна участь пацієнта у відновленні функцій організму та побудові соціальних зв'язків.

4. Поступовість – розв'язання соціально-психологічних проблем від менш складних до більш соціально дезадаптувальних

Етапи визначення реабілітаційної програми:

Проведення реабілітаційно-експертної діагностики. Обстеження хворого чи інваліда, встановлення його реабілітаційного діагнозу, на основі якого будується наступна реабілітаційна програма.

Передбачення реабілітаційного прогнозу.

Визначення заходів, технічних засобів реабілітації та послуг, які допоможуть пацієнту відновити порушені або компенсувати втрачені здібності. Вік має велике значення при плануванні реабілітаційного процесу.

Увесь контингент можна поділити на чотири групи:

1. Дитяча, у котрій необхідні в основному педагогічні й трудові заходи, які проводять в спеціалізованих дитячих дошкільних установах, школах і професійних училищах.

2. Підліткова. Трудових і професійних навичок набувають у професійних школах, училищах, технікумах, а при психічних розладах – у лікувально-трудових майстернях.

3. Молода і середнього віку (при наявності виробничої або спеціальної підготовки). Здебільшого підготовка здійснюється за індивідуальною програмою на робочому місці у виробничих умовах, як правило, із збереженням колишньої кваліфікації.

4. Передпенсійна і пенсійна. Полегшені умови праці зі зниженням кваліфікації.

У кожному віці професії або заняття, що рекомендуються для реабілітації, мають строго відповідати трудовим можливостям і властивостям особистості. При підготовці

плану реабілітації враховується також статева приналежність реабілітанта, хоча вона і менш суттєва, ніж вікова різниця.

Побудова реабілітаційної програми є складним і багатогранним процесом, що вимагає уважного підходу до кожного етапу. Вона має враховувати як фізичні, так і психологічні аспекти життя пацієнта, а також потребує постійного моніторингу і корекції в залежності від результатів. Індивідуальний підхід, комплексність та поетапність є основними принципами, на яких базується успішна реабілітація.

На занятті проходить робота в групах. Кожна група представляє свою модель корекції: страхів, тиків, енурезу, агресії, сором'язливості, невпевненості, та інш., за алгоритмом: актуалізація ресурсів; види безперервності життя та рекомендації щодо їхнього відновлення.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
2. Романишин А.М. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах: навчальний посібник. Львів, 2020. 121 с.
3. Bazyma, N., Mamicheva, O., Korhun, L., Krykunenko, Y., Rozina, I., & Dehtiarenko, T. (2022). Creating the Correctional Environment for Personality Development of Children with Autistic Disorders. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(1), 259-275
4. Розіна І. Поворознюк Л. Корекційна програма з розвитку комунікативних якостей у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С. 68-71
5. Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders/ *Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznostwo Issue (II)*, 2020 Pg. 19-35 [URL:https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02](https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02)

Змістовний модуль 2. Практичне розуміння реабілітації осіб з різними видами травматизації.

Другий змістовний модуль присвячено розгляданню практичному розумінню реабілітації осіб з різними видами травматизації. Принципів роботи психолога з використанням методів психологічної допомоги при реабілітації. Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації.

На занятті здобувачі приймають участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком питань побудови сторінки корекційної роботи, та вирішення певних проблем.

Тема 5. Методи реабілітації

У цій лекції розглянемо основні методи психологічної реабілітації, психологічний інструментарій, а також специфіку кожного методу, що застосовується в процесі відновлення психічного здоров'я осіб.

До основних методів належать: психологічне консультування, психологічна корекція та психотерапія. Додатковими методами психологічної реабілітації є: арттерапія, когнітивно-поведінкова терапія, когнітивне відновлення, умовне керування, сімейні інтервенції, психоосвіта, тренінг соціальних навичок.

Реабілітація є багатогранним процесом відновлення, що включає фізичне, психологічне та соціальне відновлення людини після травм, захворювань, психічних розладів, кризових ситуацій або будь-яких інших тяжких життєвих випробувань. Психологічна реабілітація зокрема спрямована на відновлення психоемоційного стану особи, покращення її здатності

справлятися з труднощами і стресами, а також на відновлення психологічної стійкості, адаптації до соціуму та змінюваних життєвих умов.

Характеристика та особливості методів реабілітації

Методи реабілітації можна умовно поділити на медичні, психологічні та соціальні. Кожен з цих методів має свої особливості і спрямований на різні аспекти відновлення людини.

Медичні методи реабілітації спрямовані на відновлення фізичних функцій організму. Це включає фізіотерапевтичні процедури, медикаментозне лікування, хірургічні втручання, фізичні вправи та інші методи, спрямовані на полегшення фізичних страждань та відновлення здоров'я.

Психологічні методи реабілітації працюють з психічними та емоційними аспектами відновлення людини. Це може бути як індивідуальна, так і групова психологічна допомога. Психологічні методи сприяють зменшенню стресу, тривожності, депресії, а також допомагають особі адаптуватися до змін у житті та навчитися справлятися з емоційними проблемами.

Соціальні методи реабілітації полягають у допомозі в соціальній адаптації, відновленні соціальних контактів і ролей. Вони можуть включати тренінги соціальних навичок, медіацію, підтримку родини та друзів, а також допомогу в знаходженні роботи чи розвитку кар'єри.

Використання методів психологічної допомоги при реабілітації

Психологічна допомога має центральне місце в реабілітаційному процесі. Вона орієнтована на відновлення психоемоційного здоров'я людини, допомогу у переживанні важких ситуацій і стресу, а також на розвиток навичок, які сприятимуть адаптації та самопочуттю людини.

Основні методи психологічної допомоги включають:

Психотерапевтичні методи — це систематичне втручання, яке включає певні техніки та стратегії для подолання психічних розладів або порушень. Психотерапевт використовує різні підходи в залежності від потреб пацієнта (когнітивно-поведінкова терапія, психоаналітична терапія, гештальт-терапія).

Психологічне консультування — цей метод більш спрямований на вирішення конкретних проблем, таких як стрес, тривожність, проблеми у стосунках, труднощі адаптації після травм чи хвороб. Воно є менш інтенсивним і менш тривалим, ніж психотерапія, але може бути ефективним у разі необхідності підтримки в конкретних ситуаціях.

Психологічна корекція — цей метод орієнтований на зміну дезадаптивних моделей поведінки, емоційних реакцій і переконань людини. Він включає різні техніки (когнітивно-поведінкова терапія, методи саморегуляції, арт-терапія), що допомагають особі змінити способи взаємодії зі світом і свої внутрішні переживання.

Психологічний супровід — це комплексна форма допомоги, яка передбачає постійну підтримку пацієнта протягом реабілітаційного процесу. Вона включає не тільки терапевтичні втручання, а й соціальну підтримку, взаємодію з родиною та іншими соціальними інститутами.

Психологічний інструментарій, який використовується при психологічній реабілітації

Психологічний інструментарій для реабілітації включає різноманітні методи, які дозволяють ефективно працювати з психічним здоров'ям пацієнтів:

Психодіагностичні інструменти: це різні методи оцінки психологічного стану пацієнта, такі як тести на депресію, тривожність, стрес, особистісні опитувальники (наприклад, ММРІ, шкала депресії Бека).

Психотерапевтичні техніки: когнітивно-поведінкова терапія, гештальт-терапія, гіпноз, арт-терапія (малювання, ліпка, музикотерапія), терапія через рухи тіла (психосоматичні методи).

Методи саморегуляції: це техніки, які дозволяють людині управляти своїм емоційним і психічним станом. Це може бути метод прогресивної м'язової релаксації, глибинне дихання, медитація, йога та інші методи управління стресом.

Техніки підтримки та мотивації: використання мотиваційних бесід, заохочення до позитивних змін у поведінці, створення підтримуючого середовища для пацієнта.

Оцінка ефективності реабілітаційної роботи

Оцінка ефективності реабілітаційної роботи є важливим етапом, що дозволяє визначити, наскільки обрані методи дають бажаний результат. Оцінка ефективності включає:

Моніторинг змін у психологічному стані: використання психологічних тестів для вимірювання рівня стресу, тривожності, депресії, емоційного стану.

Психологічні інтерв'ю та опитування: отримання зворотного зв'язку від пацієнтів про їхній прогрес і самопочуття.

Аналіз поведінкових змін: відстеження змін у поведінці пацієнта (покращення соціальної взаємодії, здатність справлятися з труднощами, поліпшення емоційного стану).

Методи психологічної саморегуляції

Методи психологічної саморегуляції спрямовані на розвиток здатності особи самостійно управляти своїм психічним і емоційним станом, знижувати рівень стресу та тривожності.

Основні методи саморегуляції:

Прогресивна м'язова релаксація: техніка, яка дозволяє зняти фізичну та психологічну напругу шляхом послідовного напруження та розслаблення різних груп м'язів.

Дихальні техніки: глибоке, спокійне дихання для зниження рівня стресу і активізації парасимпатичної нервової системи.

Візуалізація та медитація: створення за допомогою уяви позитивних образів, які допомагають розслабитись і зняти стрес.

Когнітивна саморегуляція: зміна негативних переконань та деструктивних патернів мислення.

Особливості психотерапії як методу психологічної реабілітації

Психотерапія в реабілітації є важливою частиною лікування психологічних розладів. Вона може бути: індивідуальною, груповою.

Особливості психотерапії в реабілітації включають застосування таких методів, як когнітивно-поведінкова терапія, екзистенційна терапія, психоаналіз, позитивна психотерапія, а також арт-терапія для вираження емоцій через творчість.

Особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації

Психологічне консультування є менш інтенсивним, ніж психотерапія, і більше спрямоване на конкретні проблеми людини, наприклад, допомога в адаптації до змін у житті чи роботі, вирішення проблем у стосунках. Основні аспекти:

Проблемно-орієнтований підхід: консультування зосереджене на вирішенні конкретних питань або ситуацій, з якими стикається пацієнт.

Підтримка та допомога в адаптації: підтримка клієнта у періоді адаптації до нових життєвих умов або після травматичних подій.

Особливості психологічної корекції як методу психологічної реабілітації

Психологічна корекція орієнтована на зміну негативних або дисфункціональних моделей поведінки. Вона включає: зміна дезадаптивних переконань та установок; розвиток нових адаптивних стратегій подолання стресу; поліпшення міжособистісної взаємодії.

Складання психологічних висновків за результатами оцінки виконання індивідуальної програми реабілітації

Психологічний висновок є документом, що містить аналіз результатів реабілітації, визначає її ефективність та дає рекомендації для подальших кроків. Висновок включає: оцінку змін у психологічному стані пацієнта; рекомендації щодо подальших дій або корекційних заходів; прогноз на подальший розвиток або адаптацію пацієнта.

Студенти самостійно складають психологічний висновок за результатами оцінки виконання індивідуальної програми реабілітації осіб (програми психологічного супроводу особи).

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Розіна І.В. Особливості використання позитивної психотерапії в роботі з невротичними розладами у підлітковому віці». X Міжнародній науково – практичній конференції з позитивної транскультуральної психотерапії Н. Пезешкіана. 14 червня.2020р.
2. Розіна І.В.; Спарінопті М.А Психологічні дослідження психосоматичних проявів у підлітковому віці. *Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства* : матеріали V Міжнар. наук.-практ. конференції 24- 25 вересня 2020. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2020
3. Дуб Віра Реабілітаційна психологія : *методичні матеріали до семінарських занять [для студентів ВНЗ]* Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2018. 92 с.
4. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник*. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридкевець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстєре, Тетяна Палієнко]. Том1. Київ, 2018. 208 с.

Тема 6. Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації.

Психологічна реабілітація осіб, які пережили травматичні події, є надзвичайно важливою складовою відновлення психічного здоров'я та інтеграції людини в суспільство після пережитих кризових ситуацій. Одним із найбільш актуальних аспектів психологічної реабілітації є допомога військовослужбовцям, які постраждали від посттравматичного стресового розладу (ПТСР) внаслідок участі у бойових діях, катастрофах або інших екстремальних ситуаціях. ПТСР є серйозним психічним розладом, який має глибокі наслідки як для особистісного, так і для соціального функціонування осіб. Програма медико-психологічної реабілітації для таких осіб повинна бути комплексною і включати не тільки лікувальні, але й психологічні заходи, спрямовані на попередження розвитку патологічних процесів, таких як соціальна дезінтеграція, алкоголізм, наркоманія, суїцидальні схильності.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): характеристика та симптоматика

ПТСР є розладом психіки, який виникає після пережитої травмуючої події або серії подій, таких як війна, катастрофи, насильство або важкі аварії. Для військовослужбовців основними причинами виникнення ПТСР є участь у бойових діях, що супроводжуються фізичними і психологічними травмами.

Основні симптоми ПТСР включають:

Повторне переживання травматичної події: флешбеки, нічні кошмари, нав'язливі спогади.

Зміни в когнітивному і емоційному стані: тривога, депресія, негативне ставлення до себе, почуття безнадійності.

Порушення сну: безсоння або кошмари.

Гіперознака стресу: підвищена агресивність, роздратованість, схильність до конфліктів, проблеми з концентрацією.

Симптоми можуть варіюватися за інтенсивністю і тривалістю, але часто вони стають хронічними і можуть серйозно впливати на якість життя пацієнта.

Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців з ПТСР: основні принципи та завдання

Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців з ПТСР має на меті не тільки зменшення симптомів, але й відновлення функціонування особи в соціальному та професійному житті. Вона повинна бути комплексною і включати: лікувальні заходи, психологічні заходи, соціальна реабілітація.

Основні завдання реабілітації військовослужбовців з ПТСР:

Зниження інтенсивності симптомів ПТСР: боротьба з флешбеками, депресією, агресивними та саморазрушеними тенденціями.

Покращення емоційного стану: відновлення емоційної стабільності, зниження рівня тривожності та депресії.

Підвищення соціальної адаптації: допомога у відновленні соціальних зв'язків, роботі, нормальних стосунках з родиною та близькими.

Превенція розвитку патологічних процесів: попередження алкоголізму, наркоманії, суїцидальних настроїв, соціальної ізоляції.

Психологічні заходи

Техніки релаксації та саморегуляції: медитація, глибоке дихання, прогресивна м'язова релаксація, йога — ці методи сприяють зниженню рівня стресу та тривожності.

Арт-терапія: використання творчих методів, таких як малювання, музика, ліплення, для вираження емоцій та подолання психічних бар'єрів.

Психологічне консультування: підтримка, допомога у відновленні впевненості, мотивації для змін, навчання адаптаційним навичкам.

Соціальна реабілітація

Відновлення соціальних зв'язків: робота з родиною, розвиток навичок спілкування, подолання соціальної ізоляції.

Професійна реабілітація: допомога у поверненні до роботи, перекваліфікація, підтримка у працевлаштуванні.

Групи підтримки: залучення військовослужбовців до груп самопомогі, де вони можуть поділитися своїми переживаннями і отримати підтримку від однодумців.

Попередження розвитку патологічних процесів

Одним з важливих аспектів медико-психологічної реабілітації є профілактика розвитку вторинних психічних та поведінкових розладів, таких як алкоголізм, наркоманія, суїцидальні тенденції.

Алкоголізм і наркоманія

Військовослужбовці, що пережили бойові дії або інші травмуючі події, можуть використовувати алкоголь або наркотики як спосіб самотерапії, щоб заглушити емоційну біль або знизити рівень тривоги. Профілактика цих проблем передбачає:

Психологічне консультування для допомоги в управлінні стресом і емоціями без використання психоактивних речовин.

Навчання здоровим стратегіям подолання стресу, таким як фізична активність, медитація, соціальна підтримка.

Суїцидальні схильності

Наявність суїцидальних думок або спроб — серйозний симптом ПТСР, який потребує негайного втручання. Для попередження таких випадків важливе:

Моніторинг психічного стану: регулярне обстеження, оцінка ризику суїциду.

Терапевтичні заходи, спрямовані на покращення емоційного стану, підвищення соціальної підтримки та адаптації.

Проблеми довіри і соціальної адаптації

Однією з основних проблем у реабілітації військовослужбовців є відновлення довіри до оточення. Внаслідок травматичного досвіду може з'явитися відчуття ізоляції, недовіри до інших, навіть до близьких людей. Для того, щоб відновити соціальні зв'язки, важливо:

Створення довірчої атмосфери: психотерапевт чи консультант повинен створити простір, де пацієнт може відкрито говорити про свої переживання без страху осуду.

Навчання соціальним навичкам: допомога у відновленні комунікаційних та міжособистісних навичок.

Підтримка родини: важливо працювати не тільки з військовослужбовцем, але й з його родиною, адже підтримка близьких є критично важливою для відновлення психічного здоров'я.

На занятті проходить робота в групах. Кожна група розглядає кейс з порушень.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.

2. Романишин А.М. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах: навчальний посібник. Львів, 2020. 121 с.

3. Розіна І. В. Використання позитивної психотерапії в роботі з акцентуйованими рисами характеру людей зрілого віку. Herald of Kiev Institute of Business and Technology № 2 (44) 2020

URL: <file:///Users/artur/Downloads/96-Article%20Text-160-1-10-20201012.pdf>

4. Розіна І.В., Детільє Л. М. Реакція на важкий стрес і порушення адаптації у дітей старшого підліткового віку в період війни «Актуальні проблеми практичної психології» (17 травня 2024) Одеса

5. Розіна І. В., Пастушок Л. В. Особливості дослідження прояву ПТСР у підлітків в умовах воєнного стану. “Інтеграція наукових знань та інновацій для сталого розвитку суспільства в умовах глобальних викликів” Збірник тез, частина 2, 2024, С. 20-23

Тема 7. Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами.

Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами є комплексним процесом, спрямованим на відновлення і підтримку соціальної адаптації та психологічного благополуччя осіб, що мають різні фізичні чи психічні порушення. Метою реабілітації є інтеграція таких осіб у суспільство, підвищення їх життєвої функціональності та забезпечення максимально можливого рівня самостійності і якості життя. Особливості соціально-психологічної реабілітації залежать від конкретного типу порушення, тому для кожної категорії осіб, наприклад, для дітей з аутизмом або для людей з порушеннями слуху чи зору, розробляються індивідуальні програми реабілітації.

Важливими аспектами реабілітації є комплексний підхід, включення в процес сім'ї, підтримка соціальних зв'язків, а також забезпечення психологічного супроводу на всіх етапах реабілітаційного процесу.

Особливості соціально-психологічної реабілітації дітей із особливими потребами

Діти з особливими потребами, незалежно від характеру порушень, потребують індивідуального підходу в реабілітації, оскільки їх фізичний і психологічний розвиток можуть значно відрізнятися від розвитку здорових дітей. Реабілітація повинна включати психолого-педагогічні, соціальні та медичні заходи, спрямовані на:

Розвиток комунікативних навичок: допомога в освоєнні основ вербальної та невербальної комунікації.

Корекцію поведінки: зменшення деструктивних проявів і формування адаптивних способів реагування на стреси та труднощі.

Інтеграцію в суспільство: сприяння адаптації до соціуму через участь у соціальних групах, школах, надання підтримки у взаємодії з однолітками.

Покращення самообслуговування: навчання базовим навичкам для забезпечення самостійності.

Особливу увагу слід приділяти розвитку емоційної сфери дитини, її соціальної та психологічної адаптації, що допомагає дітям із особливими потребами створити основу для успішного функціонування в суспільстві.

Реабілітація осіб із розладами аутистичного спектру

Аутизм або розлади аутистичного спектру (РАС) є складною групою психічних розладів, що характеризуються труднощами в соціальній взаємодії, комунікації та обмеженістю інтересів. Реабілітація дітей з аутизмом потребує мультидисциплінарного підходу, включаючи:

Корекція соціальної взаємодії: методи, спрямовані на навчання дітей базовим соціальним навичкам через ігри, моделювання соціальних ситуацій та тренінги.

Психотерапія: психоедукація батьків, індивідуальні консультації, використання методів когнітивно-поведінкової терапії для зменшення стресу і поліпшення адаптивних навичок.

Розвиток комунікативних навичок: застосування методів альтернативної та допоміжної комунікації (наприклад, жестова мова, картки з малюнками, електронні пристрої).

Повсякденні навички: допомога в розвитку навичок самообслуговування, включаючи гігієну, приготування їжі, організацію часу.

Важливим є також соціальне включення дітей з аутизмом у навчальні та розважальні групи, що сприяє формуванню необхідних соціальних зв'язків.

Реабілітація дітей із особливими освітніми потребами

Діти з особливими освітніми потребами (СОП) мають труднощі в навчанні через різні психофізіологічні проблеми, включаючи порушення слуху, зору, інтелекту, мови чи емоційного розвитку. Специфіка реабілітації таких дітей включає:

Індивідуальні навчальні програми: адаптація шкільних програм для дітей із СОП, застосування спеціальних методів навчання.

Корекційно-розвивальні заняття: робота з психологами, логопедами, дефектологами для розвитку необхідних когнітивних, мовленнєвих і соціальних навичок.

Соціальна інтеграція: допомога в адаптації до шкільного середовища через заняття в групах, взаємодія з однолітками, участь у позакласних заходах.

Робота з родиною: консультування батьків, підтримка в організації домашнього навчання та забезпечення належної допомоги вдома.

Реабілітація дітей із СОП потребує інтенсивної роботи педагогів, психологів та лікарів для забезпечення максимально можливого розвитку дитини в умовах її обмежень.

Реабілітація осіб із вадами розвитку зору, слуху, опорно-рухового апарату

Вади зору та слуху є одними з найбільш поширених порушень, що вимагають спеціальних реабілітаційних заходів:

Для осіб із вадами зору: розвиток орієнтації в просторі, використання шрифту Брайля, методи корекції зорової уваги, а також спеціальні технології для навчання та працевлаштування.

Для осіб із вадами слуху: навчання жестовій мові, використання слухових апаратів, мовленнєва терапія, психологічна підтримка для подолання емоційних бар'єрів.

Вади опорно-рухового апарату потребують реабілітації, спрямованої на відновлення рухових функцій, полегшення болю, підвищення мобільності:

Фізіотерапія: відновлення рухливості суглобів, тренування м'язів.

Використання допоміжних засобів: протези, ортези, інші технічні пристрої для полегшення повсякденного життя.

Особлива увага надається не лише фізичній реабілітації, а й соціальній адаптації таких осіб у суспільстві.

Реабілітація осіб після перенесених соматичних захворювань.

Особам, які перенесли важкі соматичні захворювання (інсульт, онкологічні хвороби, операції), потрібна реабілітація, яка включає фізичне, психологічне та соціальне відновлення:

Фізична реабілітація: фізіотерапія, відновлення рухових функцій.

Психологічний супровід: допомога в подоланні стресу та депресії, адаптація до нових обмежень.

Соціальна підтримка: допомога в поверненні до роботи, навчання новим навичкам для самостійного життя.

Індивідуальна програма реабілітації осіб з особливими потребами

Індивідуальна програма реабілітації (ІПР) є основою для соціально-психологічної реабілітації осіб з особливими потребами. Вона включає:

Оцінку стану пацієнта: визначення потреб і проблем особи.

Розробку комплексних заходів: поєднання психологічних, медичних та соціальних методів.

Моніторинг процесу реабілітації: корекція програми залежно від досягнутих результатів. Програма має бути гнучкою і адаптованою до індивідуальних особливостей кожної людини, щоб максимально ефективно допомогти їй адаптуватися до нових умов життя.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

1. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
2. Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders/ Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznostwo Issue (II), 2020 Pg. 19-35 URL:<https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02>
3. Bazyma, N., Mamicheva, O., Korhun, L., Krykunenko, Y., Rozina, I., & Dehtiarenko, T. (2022). Creating the Correctional Environment for Personality Development of Children with Autistic Disorders. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 13(1), 259-275
4. Розіна І. Поворознюк Л. Корекційна програма з розвитку комунікативних якостей у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С. 68-71
5. Розіна І. В., Цугульська А. В. До проблеми дослідження невротичних проявів в юнацькому віці. "Sustainable development of society in the era of digitalization: science, education and innovation": conference proceedings" SECTION 11. PSYCHOLOGICAL SCIENCES Part 2. 2024 С.14-17.
6. Розіна І.В. Особливості використання пісочної терапії в роботі з проявом агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий журнал «Габитус»*, випуск 16, 2020 р. С. 180- 185, випуск 16, 2020 р. С. 180- 185
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.16.29>

Тема 8. Реабілітація осіб із психічними розладами.

Реабілітація осіб із психічними розладами – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення психічного здоров'я, соціальної адаптації, професійної та побутової самостійності пацієнтів. Її мета – сприяти максимальному відновленню функціонування пацієнта, зменшити наслідки захворювання та запобігти рецидивам.

Реабілітація має міждисциплінарний характер і включає медичні, психологічні, соціальні та освітні підходи.

Реабілітація осіб із органічними, включаючи симптоматичні, психічними розладами

Органічні психічні розлади зумовлені структурними або функціональними ураженнями мозку внаслідок інфекцій, травм, судинних захворювань, інтоксикацій тощо. Вони проявляються когнітивними, емоційними та поведінковими змінами.

Цілі реабілітації: Відновлення когнітивних функцій (пам'яті, уваги, мислення). Зменшення проявів емоційної нестабільності. Адаптація до повсякденного життя. Соціальна інтеграція.

Методи реабілітації:

Когнітивна терапія: вправи для тренування пам'яті, концентрації уваги, розвитку навичок вирішення проблем.

Фізична реабілітація: регулярна фізична активність, спрямована на покращення загального стану організму.

Соціальна підтримка: навчання навичок самообслуговування, комунікації та інтеграції у соціальні групи.

Реабілітація осіб із шизофренією, шизотиповими та маячними розладами

Шизофренія та споріднені розлади часто супроводжуються порушеннями мислення, емоційної сфери та сприйняття реальності. Важливим аспектом є часті рецидиви.

Цілі реабілітації: Контроль над симптомами. Відновлення соціальних навичок. Покращення якості життя пацієнтів.

Методи реабілітації:

Психофармакотерапія: використання антипсихотиків для стабілізації стану.

Психотерапія: позитивна психотерапія, сімейна терапія та інші.

Соціальна реабілітація: залучення до професійної діяльності, навчання комунікативним навичкам.

Реабілітація осіб із афективними розладами настрою

Афективні розлади включають депресію, біполярний розлад та інші порушення настрою. Вони впливають на емоційну сферу, мотивацію та соціальну активність.

Цілі реабілітації: Стабілізація емоційного стану. Зменшення ризику рецидивів. Соціальна активізація.

Методи реабілітації:

Медикаментозна терапія: антидепресанти, стабілізатори настрою.

Психотерапія: позитивна психотерапія, міжособистісна терапія.

Арт-терапія: використання творчості для вираження емоцій.

Соціальна адаптація: мотиваційні програми, навчання самообслуговуванню.

Реабілітація осіб із поведінковими синдромами, які пов'язані з фізіологічними порушеннями та фізичними факторами

Ця група включає розлади харчової поведінки (анорексія, булімія), залежності, порушення сну тощо.

Цілі реабілітації: Корекція поведінки. Відновлення фізичного здоров'я. Формування здорових звичок.

Методи реабілітації:

Медична підтримка: нормалізація фізіологічних функцій.

Поведінкова терапія: формування позитивних моделей поведінки.

Групова терапія: підтримка від інших пацієнтів із подібними проблемами.

Освітні програми: навчання здоровому способу життя.

Реабілітація осіб із розладами зрілої особистості та поведінки у дорослих

Розлади особистості характеризуються стійкими дисгармонійними моделями поведінки, які ускладнюють міжособистісні стосунки та адаптацію в суспільстві.

Цілі реабілітації: Поліпшення адаптації в суспільстві. Навчання ефективних моделей поведінки. Підвищення якості життя.

Методи реабілітації:

Психотерапія: гештальт-терапія, діалектико-поведінкова терапія.

Соціальна підтримка: створення безпечного оточення для адаптації.

Робота з емоційною сферою: навчання контролю над емоціями та конфліктами.

Реабілітація осіб із психічними розладами потребує індивідуального підходу, міждисциплінарної співпраці та довготривалої роботи. Вона спрямована не лише на відновлення здоров'я, але й на інтеграцію пацієнтів у соціум, покращення їхньої якості життя та профілактику рецидивів.

Варіанти джерел для виконання завдання (здобувач має можливість скористатися цими чи іншими роботами українських авторів по бажанню):

2. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.

3. Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders/ Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznostwo Issue (II), 2020 Pg. 19-35 URL:<https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02>

2. Bazyma, N., Mamicheva, O., Korhun, L., Krykunenko, Y., Rozina, I., & Dehtiarenko, T. (2022). Creating the Correctional Environment for Personality Development of Children with Autistic Disorders. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 13(1), 259-275

3. Розіна І. В., Цугульська А. В. До проблеми дослідження невротичних проявів в юнацькому віці. "Sustainable development of society in the era of digitalization: science, education and innovation": conference proceedings" SECTION 11. PSYCHOLOGICAL SCIENCES Part 2. 2024 С.14-17.

5. Розіна І.В. Особливості використання пісочної терапії в роботі з проявом агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий журнал «Габитус»*, випуск 16, 2020 р. С. 180- 185, випуск 16, 2020 р. С. 180- 185

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.16.29>

4. Розіна І. В. Використання позитивної психотерапії в роботі з акцентуйованими рисами характеру людей зрілого віку. Herald of Kiev Institute of Business and Technology № 2 (44) 2020

URL: <file:///Users/artur/Downloads/96-Article%20Text-160-1-10-20201012>.

На практичних заняттях здобувачі навчаються використовувати методи психологічної допомоги при реабілітації. Застосовувати психологічний інструментарій, який використовується при психологічній реабілітації. Впроваджувати методи психологічної саморегуляції; особливості психотерапії як методу психологічної реабілітації; особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації; особливості психологічної корекції як методу психологічної реабілітації. Складання психологічних висновків за результатами оцінки виконання.

Питання до екзамєну «Реабілітаційна психологія»

1. Розвиток реабілітаційної психології в системі наукового знання
2. Функції реабілітації.
3. Розвиток реабілітаційної психології у середині ХХ століття
4. Основні теоретичні підходи
5. Сучасні тенденції в реабілітаційній психології
6. Психологія в контексті медичної реабілітації: Взаємодія з іншими спеціальностями
7. Психологічна допомога після психічної травми
8. Психологічна допомога в умовах тривалого стресу
9. Психологічна підтримка після фізичних травм
10. Соціальна реабілітація осіб з інвалідністю
11. Психологічна реабілітація при психічних розладах
12. Психологічна реабілітація у випадку залежностей
13. Психологічна реабілітація в контексті сімейних проблем та травм
14. Психотравма: визначення та типи
15. Вплив психотравми на психіку

16. Основні типи психотравм
17. Кризові ситуації: визначення та ознаки
18. Психотерапевтичні методи для подолання психотравм
19. Психологічна реабілітація при депресії та тривожних розладах
20. Реабілітація після психозів та інших важких психічних розладів
21. Організація допомоги біженцям
22. Організація психологічної допомоги військовослужбовцям та їхнім сім'ям
23. Профілактика стресових розладів у військових
24. Психологічна підтримка перед і після участі у миротворчих місіях
25. Особливості побудови реабілітаційної програми
26. Основні принципи психологічної реабілітації
27. Етапи визначення реабілітаційної програми
28. Характеристика та особливості методів реабілітації
29. Методи реабілітації
30. Використання методів психологічної допомоги при реабілітації
31. Психологічний інструментарій, який використовується при психологічній реабілітації
32. Оцінка ефективності реабілітаційної роботи
33. Методи психологічної саморегуляції
34. Особливості психотерапії як методу психологічної реабілітації
35. Особливості психологічного консультування як методу психологічної реабілітації
36. Особливості психологічної корекції як методу психологічної реабілітації
37. Складання психологічних висновків за результатами оцінки виконання індивідуальної програми реабілітації
38. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): характеристика та симптоматика
39. Медико-психологічна реабілітація військовослужбовців з ПТСР
40. Основні завдання реабілітації військовослужбовців з ПТСР:
41. Проблеми довіри і соціальної адаптації у військовослужбовців
42. Соціально-психологічна реабілітація осіб із особливими потребами.
43. Особливості соціально-психологічної реабілітації дітей із особливими потребами
44. Реабілітація осіб із розладами аутистичного спектру
45. Реабілітація дітей із особливими освітніми потребами
46. Реабілітація осіб після перенесених соматичних захворювань.
47. Реабілітація осіб із органічними, включаючи симптоматичні, психічними розладами
48. Реабілітація осіб із шизофренією, шизотиповими та маячними розладами
49. Реабілітація осіб із афективними розладами настрою
50. Реабілітація осіб із розладами зрілої особистості та поведінки у дорослих

Методичне забезпечення

Робоча програма з дисципліни **«Реабілітаційна психологія».**

- Лекції-презентації.
- Силабус.
- Ілюстративні матеріали.
- розв'язування типових задач.

Розіна І.В. Особливості використання пісочної терапії в роботі з проявом агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку. Науковий журнал «Габитус», випуск 16, 2020 р. С. 180- 185 <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.16.29>

Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders. Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznstwo Issue (II), 2020 Pg. 19-35 <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02>

Розіна І. Боровіченко І. Особливості корекційної програми на зниження рівня акцентуованих рис характеру у підлітковому віці *Актуальні проблеми сучасної психології: збірн. наук. праць Всеукр. наук.-практич. інтернет конф. Одеса, 2012. С. 20-26.*

Rozina I. V. Peculiarities of the sand play the rapyapplication in dealing with aggression in teenage years. Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. 2020. №1(43). С. 13-19
DOI: 10.37203/kibit.2020.43.02

Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. Дуб Віра Реабілітаційна психологія : *методичні матеріали до семінарських занять [для студентів ВНЗ]* Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2018. 92 с.
2. Коробіцина М.Б. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація: *навчальний посібник*. Одеса: АстроПринт, 2017. 220с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. *Навчальний посібник*. [Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстєре, Тетяна Палієнко]. Том 1. Київ, 2018. 208
4. Романишин А.М. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах: навчальний посібник. Львів, 2020. 121 с.

Допоміжна

1. Rozina I.V. Special features of designing a correction program for adolescents who have signs of psychosomatic disorders/ Europejskie studia humanistyczne: Panstwo i Spolecznstwo Issue (II), 2020 Pg. 19-35 URL:<https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.02>
2. Bazyma, N., Mamicheva, O., Korhun, L., Krykunenko, Y., Rozina, I., & Dehtiarenko, T. (2022). Creating the Correctional Environment for Personality Development of Children with Autistic Disorders. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 13(1), 259-275
3. Розіна І. Боровіченко І. Особливості корекційної програми на зниження рівня акцентуованих рис характеру у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С.76-81
4. Розіна І. Поворознюк Л. Корекційна програма з розвитку комунікативних якостей у підлітковому віці // Актуальні проблеми сучасної психології // Одеса- 2022 С. 68-71
5. Розіна І. В., Цугульська А. В. До проблеми дослідження невротичних проявів в юнацькому віці. "Sustainable development of society in the era of digitalization: science, education and innovation": conference proceedings" SECTION 11. PSYCHOLOGICAL SCIENCES Part 2. 2024 С.14-17.
6. Савенкова І.І. Нейропсихологія: *навчально-методичний посібник*. Миколаїв: МНУ, 2021. 220с.

Інформаційні ресурси

1. Наукова періодика України, Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=F&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN
2. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL : <https://mon.gov.ua/ua>
3. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт. URL : <https://library.pdpu.edu.ua/>
4. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний сайт.URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Одеська національна наукова бібліотека : офіційний сайт. URL: <http://odnb.odessa.ua/>.
6. Освіта в Україні, освіта за кордоном. URL : <http://www.osvita.org.ua/> ;
7. Український центр оцінювання якості освіти.URL : <http://testportal.gov.ua/>

