**Тетяна Кириченко**

**(Переяслав Україна)**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СУЧАСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Поняття «реабілітація» було введено в науковий обіг у кінці 19 століття і стосувалося тільки медичної галузі, а трактувалося як медико-соціальне відновлення на основі будь-якої діяльності.

Зокрема деякі дослідники [4, 6] переконані, що термін «реабілітація» отримав міжнародне визнання після першої світової війни, коли з’явилося багато інвалідів війни, для яких відкривались спеціальні госпіталі, де широко використовувалися різні методи відновлювального лікування.

Поступово, у міру поглиблення знань про людину, поняття «реабілітація» стали активно використовувати і в інших сферах, зокрема, в психології, педагогіці, соціології тощо.

Так, у юридичному контексті поняття «реабілітація» передбачає повне відновлення правового становища особистості; у соціально-економічному розумінні – комплекс заходів, спрямованих на відновлення (або компенсацію) порушених функцій організму і працездатності хворих та інвалідів [1, 2, 4].

У психіатрії реабілітація є складним і багатоетапним процесом, що дає змогу створити у пацієнта активне ставлення до розладів здоров’я з поступовим відновленням позитивного ставлення до сім’ї і суспільства загалом. Система реадаптаційних і реабілітаційних заходів передбачає методи трудової терапії, психосоціального, психотерапевтичного і фармакотерапевтичного впливу, оздоровлення мікросоціального середовища (зняття в свідомості здорових людей приреченості і безнадійності при душевному захворюванні близької 53 людини), налагодження взаємин «хворого» з оточуючими, насамперед, з членами сім’ї [4, 6].

Термін «реабілітація» походить від пізнєлатинського «rehabiti» – здібність, «rehabilitatio» – відновлення здібностей. Реабілітація представляє собою комплекс координування заходів фізичного, медичного, психологічного, соціального та педагогічного характеру, які спрямовані на якомога повніше відновлення здоров’я, психологічного статусу і працездатності людей, які втратили ці здібності в результаті перенесеного захворювання. Це досягається шляхом виявлення резервних можливостей організму і стимуляції його фізичних, психологічних і професійних можливостей. Таким чином, однією з особливостей реабілітації є її «багатоплановість, необхідність залучення для її реалізації фахівців різних галузей знань» [1, 2, 4].

Дослідники [3, 5, 6] розглядають реабілітацію як сукупність різних впливів і заходів, спрямованих на максимально швидке і повноцінне відновлення відхилень, що виникли з різних причин, серед яких на одному з перших місць знаходиться фізична ущербність. Ядром цього процесу є підтримка і розвиток у людини самоповаги і віри в свої сили, формування навичок самостійного вирішення життєвих проблем.

Реабілітацію ряд дослідників розглядають як науку і мистецтво відновлення особистості до рівня її соціальної активності. Реабілітація передбачає перебудову системи відносин особистості й пристосування його до цих важливих сторін життєдіяльності. Це система різних заходів, спрямованих на запобігання розвитку патологічних процесів, що призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, а також на раннє і ефективне повернення людини в суспільство, до суспільно корисної праці» [2].

Слід зазначити, що «реабілітація» – поняття більш «містке», ніж «лікування» у традиційному розумінні. Воно містить на різних етапах елементи як «профілактики», так і «лікування», з метою повернути не тільки здоров’я, а й життєві цінності індивідуума, його становище в суспільстві в максимально можливій мірі [202]. У той же час, це поняття розглядається [2, 3] як «третинна профілактика», при цьому під первинною профілактикою розуміється попередження захворювань, а під вторинною – лікування хвороби.

Термін реабілітація (лат. Rehabilitatio – відновлення; re – означає «знову», habilitas – «здатність, спроможність») уперше почав використовуватися в юриспруденції, де він означає відновлення в громадських правах та скасування звинувачень. У контексті соціальної, медичної та психологічної допомоги його почали застосовувати пізніше. 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 психологчні аспекти, позаяк в центрі уваги будь-якої реабілітації є особистість людини з її здібностями, темпераментом, характером, почуттями, світоглядом, вірою, прагненнями [2, 6].

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 [1, 4].

Обмеження життєдіяльності розглядається як помірно виражена, виражена або значно виражена втрата особою внаслідок захворювання, психологічної чи фізичної травми (її наслідків) або вроджених вад здатності до самообслуговування, пересування, орієнтації, контролю своєї поведінки, спілкування, навчання, виконання трудової діяльності на рівні з іншими громадянами. Усунення обмежень життєдіяльності розглядається як система заходів, спрямованих на створення умов для досягнення або відновлення особою оптимального фізичного, інтелектуального, психічного та соціального рівня життєдіяльності та забезпечення її законодавчо визначених прав [1].

Психологічна підтримка розглядається як система соціально -психологічних, психолого-педагогічних способів і методів допомоги особі з метою оптимізації її психоемоційного стану в процесі формування здібностей і самосвідомості, сприяння соціально-професійному визначенню, підвищенню конкурентноздатності на ринку праці та спрямування зусиль особи на реалізацію власної професійної кар'єри.

Психологічна адаптація трактується як система заходів, спрямованих на формування в особи здатності пристосовуватися до вимог суспільства, зважати на його норми й цінності.

Психологічна реабілітація – це система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей людини, створення сприятливих умов для розвитку особистості. Процес організованого психологічного впливу, внаслідок якого усуваються негативні психологічні наслідки пережитого травматичного стресу, забезпечується такий стан психічного здоров'я, який дає змогу людині досить ефективно розв’язувати різноманітні завдання. Реабілітаційні заходи проводять для відновлення позитивного ставлення хворого до себе, до родини, суспільства, життя, з метою попередження формування психічного дефекту зі схильністю до самоізолювання [2, 4, 6].

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 – 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. Функції реабілітації: діагностична; розвивальна (корекційна); профілактична; лікувальна; власне реабілітаційна (відновлення).

Психологічна реабілітація – комплекс заходів, що здійснюються з метою збереження, відновлення або компенсації порушених психічних функцій, якостей, особистого та соціального статусу особи, сприяння психосоціальній адаптації до зміненої життєвої ситуації, осмислення досвіду, отриманого в екстремальній ситуації, та застосування його в житті.

Метою психологічної реабілітації є:

1) збереження або відновлення фізичного та психічного здоров’я;

2) досягнення соціально-психологічного благополуччя;

3) зниження частоти та тяжкості наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій;

4) запобігання інвалідності;

5) профілактика агресивної та саморуйнівної поведінки.

Основними завданнями проведення психологічної реабілітації є:

1) діагностика та нормалізація психологічного стану людини;

2) відновлення порушених (втрачених) психічних функцій до оптимального рівня їх вираженості;

3) підтримка особистості для забезпечення ефективного функціонування його в соціумі;

4) надання допомоги в установленні (відновленні) конструктивних відносин у сім’ї та суспільстві;

5) опанування методів саморегуляції та керування стресом (заспокоєння);

6) запобігання психологічному травмуванню та психічним розладам;

7) проведення психопрофілактичної та психокорекційної роботи із сім’єю;

8) формування позитивних реакцій, мотивацій, соціальних установок на життя та професійну діяльність.

Підставами надання послуг із психологічної реабілітації є:направлення лікаря, який надає первинну медичну допомогу, або направлення лікуючого лікаря;особисте звернення.

Психологічна реабілітація передбачає надання таких послуг:

1) психологічна діагностика - проведення оцінки актуального психологічного стану та індивідуально-психологічних особливостей отримувача послуг, здійснення контролю за його психічним станом, визначення потреби та оптимальних методів психологічної реабілітації;

2) психологічна просвіта та інформування (психоедукація) - інформування отримувача послуг для формування розуміння закономірностей функціонування людської психіки, поведінки людей в екстремальних умовах, формування навичок і способів управління можливостями власної психіки, надання самодопомоги та першої психологічної допомоги іншим особам, а також готовності та бажання отримувати професійну психологічну допомогу в разі потреби;

3) психологічне консультування - цілісне, свідоме та планомірне професійне використання методів психологічного впливу при психосоціальних, емоційних, поведінкових та інших складнощах, які не відповідають діагностичним критеріям психічних розладів, а також можуть бути супутніми при психічних розладах;

4) психотерапія - цілісне, свідоме та планомірне використання методів психотерапевтичного впливу для розв’язання особистісних та міжособистісних проблем із застосуванням стандартизованих процедур, спрямованих на відновлення порушеної діяльності організму отримувача послуг з метою відновлення або компенсації його психічних функцій, особистісних якостей, міжособистісних стосунків, а також поліпшення якості життя;

5) групова робота - проведення психологічних тренінгів, інтерв’ю, занять із психологічної просвіти та груп психологічної підтримки.

Організація та проведення роботи з психологічної реабілітації здійснюється на підставі нормативно-правових актів та організаційно-розпорядчих документів.

Реабілітація як система має у своєму складі комплекс окремих підсистем і їхній взаємозв’язок: клініко-біологічна (розв’язання проблем гомеостазу, адаптації, компенсації); соціально-психологічна (аналіз проблем спілкування, відносини, взаємини тощо); етична (аналіз взаємовідносин соціального працівника з клієнтом на основі принципу партнерства); соціально-економічна (аналіз вартості відповідних витрат, економічної рентабельності реабілітаційних заходів); юридична (розробка правових норм і т. д.)

Таким чином, предметом реаблітаційної психології виступають психологічні аспекти процесу відновлення та розвитку порушених функцій 13 внаслідок внутрішніх чи зовнішніх чинників на індивідуально-психологічному, особистісному та соціально-психологічному рівнях. У генезі реабілітології можна спостерігати зростаюче усвідомлення потреб і можливостей реабілітаційної допомоги людині. У класичному розумінні реабілітація пов'язана з забезпеченням гідного та соціально повноцінного рівня життя людей.

**Література:**

1. Бочелюк В.Й., Турубарова А.В. Психологія людини з обмеженими можливостями: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 264 с.

2. Організаційно-методичні засади здійснення комплексної реабілітації учнів (вихованців) у спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах. Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. 2009. ғ 30. С. 26–32.

3. Романишин А.М., Бойко О.В. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах. Львів, 2014. 121 с.

4. Тохтамиш О.М. Реабілітаційна психологія: навчально-методичний посібник. Вінниця: Віндрук, 2014. 100 с.

5. Шевцов А. Г. Методичні основи організації соціальної реабілітації дітей з вадами здоров’я: монографія. К. : НТІ «Інститут соціальної політики», 2004. 240 с.

6. Шевченко В.В., Руденко А.А. Психологічна реабілітація військовослужбовців, що перебували в миротворчому контингенті. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського.* Серія : Психологічні науки. 2014. Вип. 2.12. С. 239–243.