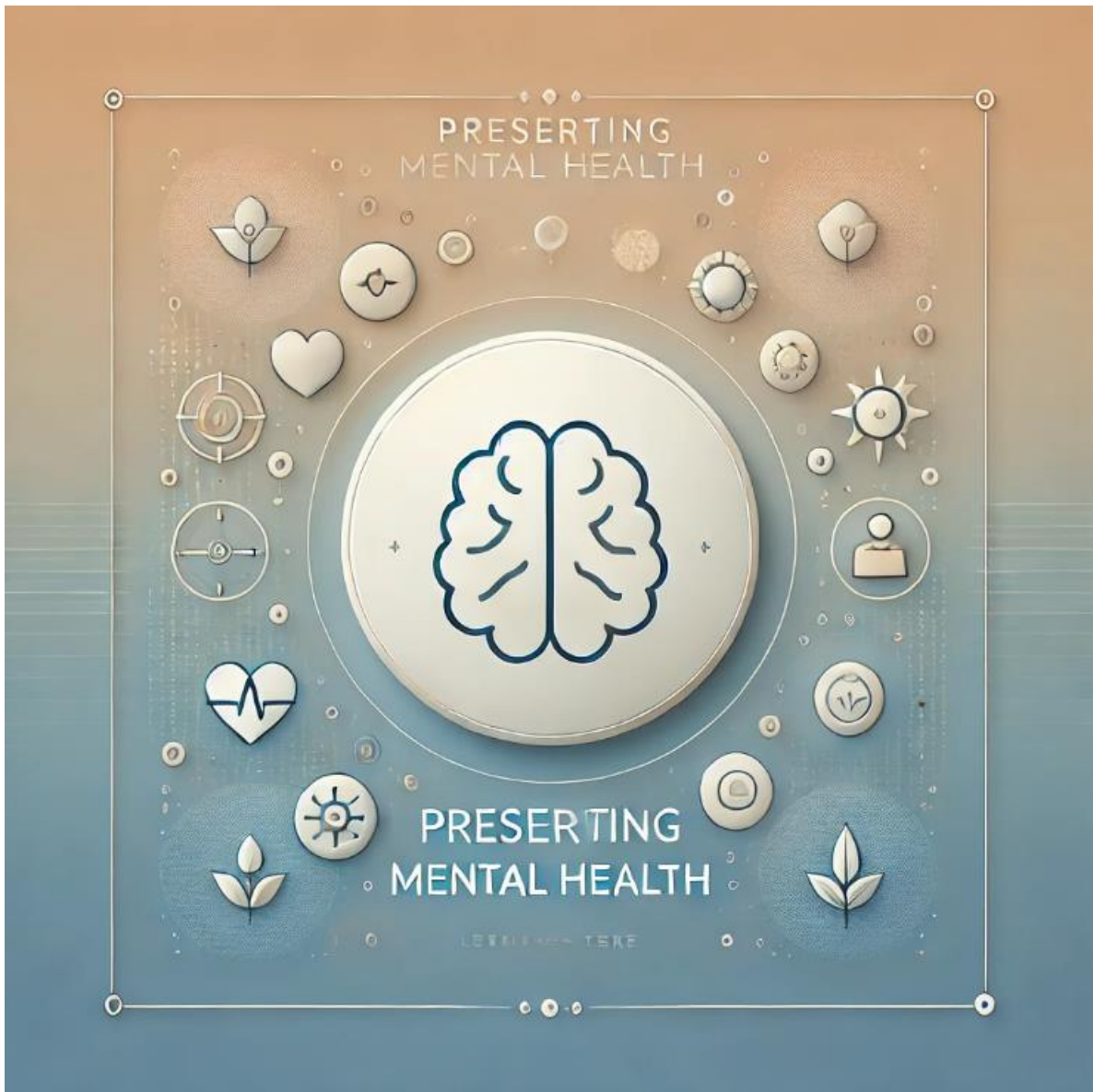


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ



**ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ОСОБИСТОСТІ: ТУРБУЄМОСЬ ПРО СЬОГОДЕННЯ
- ПЛЕКАЄМО МАЙБУТНЄ:
збірник наукових праць
учасників круглого столу**

КИЇВ-2024

УДК 159.9 (043.2)

ББК 88.4я43

З 41

Рецензенти:

Андрущенко Т.В. – доктор політичних наук, професор, завідувач кафедри психології, Факультет психології УДУ імені Михайла Драгоманова;

Мозгова Г.П. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психосоматики та психології здоров'я, Факультет психології УДУ імені Михайла Драгоманова.

Рекомендовано до друку Вченою радою факультету психології
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
(протокол № 5 від 30 жовтня 2024 р.).

Збереження психічного здоров'я особистості: турбуємось про сьогодні – плакаємо майбутнє: збірник наукових праць учасників міжвузівського круглого столу (21 жовтня 2024 року, м.Київ) [Електронне видання] / Ред. колегія: Вольнова Л.М. – Київ, 2024. – 400 с.

Збірник містить тези доповідей учасників круглого столу та охоплює проблемні питання, що стосуються: особливостей професійної діяльності психолога у різних сферах та з різними групами клієнтів щодо збереження психічного здоров'я, актуальних проблеми соціалізації особистості у воєнний час, особливостей психологічної реабілітації, адаптації та психокорекції особистості в умовах війни, емоційного вигорання спеціалістів допоміжних професій та шляхів його подолання, особливостей комунікації у професійній діяльності психолога, психологічних особливостей спілкування в інформаційному просторі, психологічних механізмів становлення цінностей особистості, психологічної допомоги особистості в конфліктних ситуаціях, професійного благополуччя як ресурсу психічного здоров'я особистості.

© Колектив авторів, 2024

© УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024

Висновок. Етичні та правові засади психологічної реабілітації є важливим аспектом у забезпеченні безпечної і якісної допомоги. Етичні норми допомагають фахівцям створити довірливі відносини з клієнтами, тоді як правові засади регулюють їхню діяльність та захищають права клієнтів. Важливо, щоб психологи-реабілітологи діяли відповідно до обох систем координат, щоб забезпечити максимальний результат у реабілітаційному процесі.

Список використаних джерел

1. Корнєєва А. Г. Емпатія в теорії Карла Роджерса [Електронний ресурс]. *Promising areas of theoretical and applied research. Conference proceedings. Series «SW-US Conference proceedings».* November, 2022. С.80-84.
<https://www.proconference.org/index.php/usc/article/view/usc14-01-001>
2. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / НАПН України, Ін-ут соціальної та політичної пс-гії. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
3. Cavanna D., Velotti P. Ethics in psychoanalysis: From the classical model to the implication of «moral pact». *Ethics in action. Dialogue Between Knowledge and Practice* / Ed. by S. Cipolletta and E. Gius. Collana "Colloquium", 2012. P.43-57.
<https://www.ledonline.it/ledonline/590-cipolletta-gius/590-ethics-Cavanna.pdf>

Турик Олена Михайлівна,
студентка 3 курсу бакалаврату,
освітня програма «Психологічне консультування»,
УДУ імені Михайла Драгоманова

Вольнова Леся Миколаївна,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психосоматики та психології здоров'я,
УДУ імені Михайла Драгоманова

РОЛЬ ВІДНОВЛЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ ТА ПРОФЕСІЙНИХ ЗВ'ЯЗКІВ ЛЮДИНИ В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Актуальність проблеми. У сучасному суспільстві концепція реабілітації виходить за межі традиційного лікування фізичних чи психологічних порушень. Вона включає комплексний підхід до відновлення соціальної та

професійної діяльності осіб, які зазнали травм, хвороб або соціальної ізоляції. Зокрема, відновлення соціальних та професійних зв'язків є важливим елементом цього процесу, що безпосередньо впливає на якість життя, емоційний стан та рівень самосвідомості пацієнтів. Проблема соціальної ізоляції та відсутності професійної діяльності торкається значної частини населення, зокрема людей з інвалідністю, осіб, які пережили важкі хвороби, а також тих, хто з різних причин втратили контакт з соціальним середовищем. Ці фактори можуть призводити до депресії, зниження самооцінки та, як наслідок, до зменшення мотивації до реабілітації. Соціальні зв'язки, які формуються в межах родинного, дружнього та колективного середовища, є критично важливими для процесу відновлення. Вони забезпечують емоційну підтримку, допомагають у поверненні до активного життя та сприяють формуванню позитивного образу самого себе. З іншого боку, професійні зв'язки відкривають нові можливості для трудової діяльності, самореалізації, що є важливим аспектом відновлення особистої ідентичності. Крім того, у глобалізованому світі роль соціальних зв'язків поступово трансформується: технології дозволяють підтримувати контакти навіть на відстані, забезпечують доступ до професійних спільнот та онлайн-ресурсів для навчання і роботи. Отже, відновлення соціальних та професійних зв'язків стає не лише завданням для реабілітаційних програм, але й важливою умовою для адаптації особи в сучасному світі. Тому вивчення та впровадження механізмів відновлення соціальних та професійних зв'язків є нагальною задачею для фахівців у галузі реабілітації, соціальної роботи, психології та психіатрії.

Ступінь розроблення проблеми. Відновлення соціальних і професійних зв'язків відіграє вирішальну роль у процесі психологічної реабілітації. Різні вчені та дослідники досліджували цю тему, пропонуючи різні погляди на її важливість і вплив. Соціальна підтримка визначається як ключовий чинник у відновленні психічного здоров'я. Згідно з дослідженням, що опублікованим у «PLOS One», міжнародному міждисциплінарному науковому журналі, соціальні зв'язки допомагають людям відновити свої права, ролі та обов'язки, втрачені через хворобу чи соціальні проблеми [4].

Не менш важливі для психологічного добробуту професійні зв'язки, які забезпечують відчуття мети та ідентичності. Дослідження Джені М. Х. Фріц та Беккі Л. Омдал показали, що підтримка або відновлення професійних стосунків може значно підвищити самооцінку та впевненість людини, які часто знижуються в періоди психологічного стресу [1]. Їхні емпіричні дослідження підтверджують ці теоретичні підходи, а їх вивчення глобальної співпраці в галузі охорони здоров'я показало, що ефективне керівництво, довіра та взаємна

повага є важливими для успішних професійних відносин і ці аспекти також критичні в контексті психологічної реабілітації, де вони можуть значно впливати на процес відновлення.

Інтеграція громади є ще одним важливим аспектом. Бенджамін Дж. Трокселл наголошує, що одужання — це не лише особисті зміни, а й повторна інтеграція в суспільство [3]. Це охоплює відновлення соціальних і професійних зв'язків, що забезпечують підтримку та можливості для взаємодії.

Виклад основного матеріалу. Різні теоретичні підходи дозволяють зрозуміти важливість соціальних і професійних зв'язків. Наприклад, біопсихосоціальна модель припускає, що відновлення передбачає комплексний підхід, який враховує біологічні, психологічні та соціальні фактори [2]. Ця модель підкреслює важливість соціальних і професійних зв'язків як частини стратегії відновлення. Також опитування осіб, які проходять реабілітацію, показує, що вони часто підкреслюють важливість соціальних і професійних зв'язків. Багато хто повідомляв, що відновлення зв'язків з друзями, родиною та колегами забезпечує їм емоційну підтримку та допомогу, які є неоціненними під час одужання.

Вважаємо, що відновлення соціальних та професійних зв'язків є невід'ємною частиною успішної реабілітації. Це пов'язано з кількома ключовими аспектами. По-перше, соціальні зв'язки надають людині відчуття приналежності та підтримки, що є важливим для психологічного відновлення. Коли людина відчуває підтримку з боку родини, друзів та спільноти, це сприяє зниженню її рівня стресу та тривожності. Соціальні зв'язки також можуть мотивувати людину до активної участі у реабілітаційному процесі, оскільки вона відчуває, що не самотня у своїй боротьбі.

Відновлення соціальних та професійних зв'язків є ключовим елементом успішної реабілітації. Соціальна підтримка відіграє важливу роль у зниженні рівня стресу та тривожності, що сприяє покращенню психологічного стану клієнтів. Загалом люди, які мають екологічні соціальні зв'язки, частіше демонструють кращі результати реабілітації та менший ризик рецидиву. Соціальні зв'язки надають відчуття приналежності та підтримки, що є важливим для емоційного відновлення.

Професійні зв'язки, у свою чергу, допомагають людині повернутися до активного життя, забезпечуючи фінансову стабільність та можливість самореалізації. Повернення до роботи або навчання підвищує самооцінку та впевненість у собі, сприяє відновленню почуття власної самостійності. Це особливо важливо для клієнтів, які прагнуть повернутися до нормального життя після травм або хвороб. Професійні ж зв'язки допомагають людині

повернутися до активного життя, забезпечуючи фінансову стабільність та можливість самореалізації. Повернення до роботи або навчання може значно підвищити самооцінку та впевненість у собі. Це також сприяє відновленню почуття власної гідності та самостійності, що є важливим для психологічного благополуччя майже кожної особистості.

Найчастіше треба застосовувати тут саме інтегративний підхід, який включає як соціальні, так і професійні аспекти, це є найбільш ефективним для досягнення повного відновлення. Також це може охоплювати підтримку з боку соціальних працівників, психологів, медичних працівників та роботодавців у важкі моменти життя. Це може бути вирішальним фактором у процесі відновлення. Також повернення до звичних професійних обов'язків допомагає відчувати себе корисним та потрібним і може дати відчуття повернення до рутини і звичного життя, що позитивно впливає на загальний стан людини.

Висновок. Отже, інтегративний підхід до реабілітації, який охоплює як соціальні, так і професійні аспекти, є найбільш ефективним для досягнення повного відновлення. Такий підхід враховує індивідуальні потреби кожного клієнта та забезпечує комплексну підтримку з боку соціальних працівників, психологів, медичних працівників та роботодавців. Це дозволяє створити умови для відновлення соціальних та професійних зв'язків, що сприяє загальному покращенню якості життя клієнтів.

Список використаних джерел

1. Fritz J. M. H., Omdahl B. L. Problematic relationships in the workplace. Peter Lang, New York, 2012.
2. Palmer S, Wegener ST. Rehabilitation psychology. Overview and key concepts. *Md Med.* 2003, Autumn; №4(4). P.20-22.
3. Troxell B. J. The Effects of Rehabilitation on the Ability to Reintegrate into Society. *Williams Honors College, Honors Research Projects.* 2018. 650 p. https://ideaexchange.uakron.edu/honors_research_projects/650
4. Wickramaratne P.J., Yangchen T., Lepow L. etc. Social connectedness as a determinant of mental health: A scoping review. *PLoS One.* 2022. Oct 13; 17(10) : e0275004.