

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА КОМБАТАНТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ МЕДІАПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ

Н.І. Череповська, кандидат психологічних наук, ст. наук. співробітник
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ

Анотація: Дана робота описує психосоціальну підтримку комбатантів, які знаходяться на реабілітації. Автор пропонує застосовувати медіапсихологічні ресурси для оптимізації їхнього внутрішнього стану. Методика має два напрями: профілактика деструктивних інформаційних впливів медіа і психоедукація посттравматичних стресів/розладів у комбатантів.

Ключові слова: психосоціальна підтримка комбатантів, медіапсихологічні ресурси, профілактика впливів медіа, психоедукація.

Аннотация: Данная работа описывает психосоциальную поддержку комбатантов, находящихся на реабилитации. Автор предлагает применять медиапсихологические ресурсы для оптимизации их внутреннего состояния. Методика имеет два направления: профилактика деструктивных информационных воздействий медиа и информирование о посттравматических стрессах / расстройствах у комбатантов.

Ключевые слова: психосоциальная поддержка комбатантов, медиапсихологические ресурсы, профилактика воздействий медиа, информирование о посттравматических стрессах / расстройствах.

Summary: This paper describes psychosocial support combatants who are in rehabilitation. The author proposes to apply media psychological resources to optimize their internal state. The method has two areas: prevention of destructive effects of media and information psychological education posttraumatic stress / disorders combatants.

Keywords: psychosocial support combatants, media psychological resources, prevention effects of media, psychological education.

Психосоціальна підтримка деяких груп суспільства і ветеранів війни зокрема, передбачає надання їм матеріальної, інформаційної, емоційної допомоги і є важливою складовою роботи психологів, соціальних працівників, волонтерів.

Одним з багатьох підходів забезпечення емоційного благополуччя ветеранів війни є медіапсихологія – актуальна міждисциплінарна наука, яка вивчає вплив медіа на емоції, свідомість, поведінку, комунікацію, творчість людини, а також вплив людини на створений нею світ медіа. В умовах гібридної, інформаційної війни медіапсихологічні ресурси (медіапристрої, медіаконтент, медіапсихологічні методики – технології розвитку

інструментальних якостей особистості для оптимізації взаємодії людини з медіа простором, технології саморозвитку) можна застосовувати в різних практичних аспектах. В роботі з ветеранами війни, які знаходяться на реабілітації, медіапсихологічні ресурси можуть стати в нагоді: як профілактика потенційної медіатравми, викликаної деструктивними інформаційними впливами медіа, як поширення знань про психотравматичні розлади та способи усунення наслідків бойової психологічної травми.

Наш досвід показує, що психосоціальну підтримку краще проводити в невеличких групах від трьох до семи осіб. Саме така кількість учасників забезпечує продуктивне аналітичне опрацювання обраного медіаконтенту і оптимальну комунікацію серед них для обміну думок, висунення ідей.

Методика «Профілактика деструктивних впливів медіа». Її суть полягає у запобіганні медіатравми, яка може викликати загострення проблеми ретравматизації ветеранів війни, тобто, спрацювати як тригер первинної, бойової травми. Також, профілактика таких деструктивних медіавпливів, як, наприклад, пропаганда, маніпулятивна інформація запобігає спричиненню руйнації цінностей, переконань, автономності, емоційно-когнітивної сфери особистості із вразливою психікою, що в цілому здатне спровокувати початок руйнації її ідентичності.

Метою групової роботи з комбатантами є оптимізація їхньої взаємодії з медіапростором через розвиток особистісної медіаграмотності.

Очікувані результати: набуття таких базових навичок і умінь медіаграмотності, як саморегуляція переглядів, рефлексія емоцій/почуттів щодо сприйнятого, його критичне опрацювання, аргументоване оцінювання, переосмислення інформації, надання їй власних смислів тощо.

Методика «Поширення знань про ПТСР і шляхи його подолання за допомогою художнього медіаконтенту». Суть цього напряму полягає у

підвищенні рівня психологічної культури комбатантів та поліпшення їхнього психологічного стану за допомогою спеціальних прийомів.

Метою групової роботи є: 1) інформування комбатантів про поширеність посттравматичних стресів, розладів за допомогою художніх стрічок; 2) аналізування і переосмислення ними посттравматичних симптомів у поведінці кіногероїв, як опосередковане опрацювання власної травми.

Очікувані результати: нові психологічні знання і стабілізація внутрішнього стану комбатантів на особистісному та груповому рівні.

Отже, оптимально використані медіапсихологічні ресурси здатні озброїти ветеранів інструментальними вміннями і навичками психологічного самозахисту в медіапросторі, а також забезпечити їм емоційний комфорт у подоланні особистих психологічних проблем завдяки творчому переосмисленню спеціального художнього медіаконтенту.

Перспективи нашого дослідження полягають у наступному:

1) виявити особливості медіапрактик комбатантів і, в тому числі, їхні медіауподобання, способи реагування на різний медіаконтент, рівень емоційно-когнітивного опрацювання сприйнятого та ін.;

2) розробити методiku розвитку медіаінформаційної культури ветеранів, а також методiku психологічного «повернення» ветеранів війни з «реальності війни» у «реальність життя» за допомогою «реальності медіа»;

3) оформити отримані результати у навчально-методичний посібник для психологів, соціальних працівників, волонтерів для групової роботи з комбатантами, які знаходяться на реабілітації.