
Психологічна реабілітація



Лекція 1.

Тема1: ЗАГАЛЬНЕ УЯВЛЕННЯ ПРО РЕАБІЛІТАЦІЮ

к.п.н. Маннапова К.Р.

ПЛАН ЛЕКЦІЇ

- Вступ
- Предмет і завдання сучасної психології реабілітаційної діяльності.
- Структура, основні напрями і проблеми сучасної психології реабілітаційної діяльності.
- Загальні аспекти психології реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА

Основна:

- Практическая психология: Учебник. Под ред. д-ра психол. наук, проф., акад. БПА М. К. Тутушкиной. — СПб.: Изд-во «Дидактика Плюс», 2001. — 368 с.
- Медицинская реабилитация. / Под ред. В. М. Боголюбова. Книга I. - Изд. 3-е, испр. и доп. - М.: Бином, 2010. - 416 с
- Гордеев А.В., Морозов В.В. Прикладная реабилитационная педагогика. – М., 2004. –
- [Реабилитация в неврологии](#) / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов. - М.: Гэотар-медиа, 2014. 416 с.

Допоміжна:

- В.П. Зайцев. Медико-психологическая реабилитация больных и инвалидов. / Терапевтический архив. – 2013. - №10. – С. 3.

ВСТУП

Реабілітація:

re - повторна, поновлювана дія,
protilejna дія,
habilis - пристосований.

▣ Реабілітація –

це комплекс заходів (медичних, педагогічних, психологічних та ін.), спрямованих на максимально можливе відновлення або компенсацію порушених або повністю втрачених, в результаті хвороби або травми, нормальних психічних і фізіологічних функцій (потреб) людського організму, і його працездатності.

Приклади потреб:

- бути здоровим,
- рухова активність,
- свобода пересування,
- самостійність дій,
- спілкування з людьми,
- отримання необхідної інформації,
- самореалізація через трудову та інші види діяльності.

ВЕСЬ КОМПЛЕКС ЗАХОДІВ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПОДІЛЯЄТЬСЯ НА:

- медичну реабілітацію;
- психологічну реабілітацію;
- професійну реабілітацію;
- соціальну реабілітацію.

-
- ▣ **медична реабілітація** - різні методи медикаментозної терапії, фізіотерапії, лікувальної фізкультури, лікувального харчування, санація вогнищ хронічної інфекції, хірургічна корекція патологічних змін тощо;
 - ▣ **психологічна реабілітація** - заходи з профілактики та корекції психічних порушень по формуванню у пацієнтів свідомої і активної участі в реабілітаційному процесі;

-
- **професійна реабілітація** - відновлення відповідних професійних навичок або перенавчання пацієнтів, вирішення питань їх працевлаштування;
 - **соціальна реабілітація** - розробка, прийняття на державному рівні відповідних нормативно-правових актів, які гарантують інвалідам певні соціальні права і пільги, а також забезпечення реалізації цих постанов.

ОСНОВНІ АСПЕКТИ РЕАБІЛІТАЦІЇ

клінічний, фізичний, психологічний і соціально-трудової

- ▣ Якщо реабілітант відчуває страх перед фізичними та трудовими навантаженнями, то, швидше за все, він відмовиться від участі в програмі фізичних тренувань і буде домагатися переведення на інвалідність.
- ▣ Часто саме психологічні чинники, а не органічне ураження органу або системи організму, є головною причиною соціально-трудової дезадаптації.
- ▣ У свою чергу повернення до праці значно прискорює і завершує процес психологічної реадаптації.

СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ

- Включення в програму реабілітації кожної складової (клінічної, психологічної, фізичної, соціально-трудової тощо) підвищує ефективність інших складових.

Наприклад, фізична реабілітація дозволяє не тільки підвищити фізичну працездатність, а й істотно поліпшити психологічний стан хворих різних категорій.

ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ ПОТРЕБУЮТЬ:

перш за все, хворі та інваліди наступних категорій:

- перенесли раптові важкі, що загрожують життю і благополуччю захворювання (інфаркт міокарда, інсульт);
- страждають на хронічні захворювання з несприятливим перебігом і загрозою життю (онкологічні захворювання);
- страждають на хронічні захворювання з несприятливим перебігом і загрозою інвалідності (артрози);
- перенесли важкі операції;
- отримали важкі фізичні травми з втратою (частковою або повною) працездатності;
- психічно хворі з несприятливим перебігом захворювання і загрозою інвалідності;
- наркозалежні;
- особи з девіантною поведінкою;
- діти з аномаліями розвитку;
- інваліди з проявами психологічної та соціальної дезадаптації;
- особи, які постраждали в ході екстремальних ситуацій.

ФУНКЦІЯ ПСИХОЛОГА НА ПОЧАТКОВИХ ЕТАПАХ ПР:

У експертній комісії по встановленню статусу хворого або постраждалого в екстремальній ситуації психолог виконує функцію по встановленню реабілітаційного потенціалу, досліджуючи такі сфери:

- пізнавальні процеси (мислення, пам'ять),
- емоційно-вольова сфера (мотивація, наявність новоутворення в особистості «внутрішньої картини хвороби»),
- мікросоціальна ситуація - підтримка сім'ї (часто захворювання носять соціальний характер).

Комісія визначає прогноз ситуації, психолог визначає програму психологічної реабілітації.

ЗАДАЧІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ:

- 1) психологічна підтримка (в перші дні хвороби, при оголошенні діагнозу, перед операцією і після неї, при вертикалізації пацієнта, перед випискою зі стаціонару, при поверненні на роботу тощо);
- 2) формування адекватних особистісних реакцій на хворобу;
- 3) підвищення прихильності до проведеного лікування;
- 4) формування установок на активну участь в програмах реабілітації, на своєчасне повернення до праці (навчання), на відновлення своєї ролі в родині і соціально-трудоному оточенні.

ЕТАПИ РЕАБІЛІТАЦІЇ

- 1. Етап екстреної реабілітації
- 2. Стаціонарний (госпітальний) етап
- 3. Санаторний етап
- 4. Амбулаторно-поліклінічний етап

ПРИНЦИПИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ:

- Принцип врахування особистості хворого
- Принцип опори на зберігання форми діяльності хворого
- Принцип опори на діяльність хворого
- Принцип програмування навчання

СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

□ Психодіагностика

(САН, Шкала Спілберга, шкали Гамільтона і Бека та ін.

□ Психокорекція і «мала» психотерапія

(підтримка, спрямування на лікування та реабілітацію).

МЕТОДИ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ

Індивідуальні методи:

- ❑ раціональна психотерапія - інформація про причини і механізми захворювання;
- ❑ методи психічної саморегуляції для зняття симптомів напруги і тривоги - аутотренінг, прогресивна м'язова релаксація, активна візуалізація позитивних образів;
- ❑ когнітивна психотерапія - використовується для переосмислення дезадаптивних думок і зміни негативних установок;
- ❑ особистісно орієнтована терапія - дозволяє змінити ставлення пацієнта до психотравмуючої ситуації і прийняти відповідальність за своє ставлення до неї.
- ❑ позитивна психотерапія, гештальт-підхід - засновані на уявленні, що існують не тільки проблеми і хвороби, а й способи їх подолання, притаманні кожній людині;
- ❑ логотерапія В. Франкла - полягає в тому, щоб знайти сенс в тому, що трапилося, сенс жити далі;
- ❑ - АРТ-терапія.

Групові методи:

- групи відкритого типу, орієнтовані на рішення освітніх завдань або на структурування травматичних спогадів (робота «там і тоді»);
- групи змішаного типу, націлені на конкретну задачу, на вироблення навичок опанування травмою, на роботу з інтраперсональною динамікою (робота «тут і тепер»).

Групова психотерапія спрямована на досягнення наступних цілей:

- повторне емоційне переживання і усвідомлення травми в безпечному просторі підтримуючої групи;
- спілкування в групі з людьми, що мають схожий досвід, що дає можливість зменшити почуття ізоляції, відчуженості, сорому і посилити почуття приналежності, доречності, спільності, незважаючи на унікальність переживання кожного учасника групи;
- спільне навчання методам ефективного подолання наслідків травми;
- можливість бути корисним - здійснити підтримку, вселити впевненість, допомогти повернути почуття власної гідності тим, хто знаходиться в більш важкому психологічному стані, що дозволяє подолати відчуття власної «малоцінності», змістити фокус з почуття власної ізолюваності;
- набуття досвіду нових взаємин.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

можна оцінити за допомогою критеріїв:

- розвиток навичок самоконтролю і постановки мети;
- накопичення емоційно-позитивного досвіду і підвищення уваги до змін, що відбуваються в самому собі і в інших;
- розвиток активності, як психофізичної, так і соціальної;
- розвиток вміння будувати відносини з самим собою, з іншими людьми, зі світом;
- зміцнення ідентичності;
- визначення меж свого «Я»;
- розвиток творчого потенціалу, природних можливостей;
- активізація адаптаційних реакцій;
- поліпшення психологічного і фізичного стану для усунення наслідків перевтоми, роздратування та депресії.

ВИСНОВКИ

Реабілітація - це система заходів, спрямованих на відновлення фізичного, психологічного та соціального статусу хворих та інвалідів.

Завдання психореабілітації:

- 1) психологічна підтримка
- 2) формування адекватних особистісних реакцій на хворобу;
- 3) підвищення прихильності проведеного лікування;
- 4) формування установок на активну участь в програмах реабілітації, на своєчасне повернення до праці (навчання), на відновлення своєї ролі в родині і соціально-трудоному оточенні.

ПИТАННЯ ДО САМОПЕРЕВІРКИ

- Предмет і завдання сучасної реабілітаційної діяльності.
- Основні принципи та завдання реабілітації.
- Структура сучасної реабілітаційної діяльності.
- Основні принципи реабілітації.
- Етапи та завдання медично-психологічної реабілітації.
- Методи психологічної реабілітації.
- Критерії ефективності психологічної реабілітації.

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!
