

**КОМУНАЛЬНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ
ЗАКЛАД
"ВІННИЦЬКА АКАДЕМІЯ БЕЗПЕРЕРВНОЇ
ОСВІТИ"**

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ
ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ У
ВЕТЕРАНІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ У ПЕРІОД
ПОНОВЛЕННЯ ВОЄННИХ ДІЙ**

Кваліфікаційна робота магістра
денної форми навчання
за спеціальністю 053 "психологія"
Нечипорук Катерини Олегівни
Науковий керівник від кафедри
к.п.н. викладач кафедри
Драченко В.В.

АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОБЛЕМИ

- Збільшення кількості військовослужбовців, які переживають травматичну подію;
- Масштабування зон проведення бойових дій, поновлення на військовій службі ветеранів російсько-української війни;
- Повторне переживання травматичних подій;
- **Актуальність роботи** полягає у тому, що у даному дослідженні отримані експериментальні дані щодо психічних станів ветеранів російсько-української війни з діагностованим ПТСР у період поновлення воєнних дій, а також створення удосконаленої моделі психокорекції цих військових.

- **Мета роботи**

теоретично дослідити та практично перевірити психоемоційні особливості та когнітивну сферу ветеранів російсько-української війни у період поновлення воєнних дій, а також розробити психокорекційну програму.

- **Предмет та об'єкт дослідження**

- **Об'єкт дослідження** - посттравматичний стресовий розлад;
- **Предмет дослідження** – особливості психокорекції посттравматичного стресового розладу у ветеранів російсько-української війни.

- **Гіпотеза дослідження**

робота з психоемоційними та когнітивними сферами ветеранів буде ефективною за умови дотримання та реалізації відповідної моделі психокорекційного супроводу.

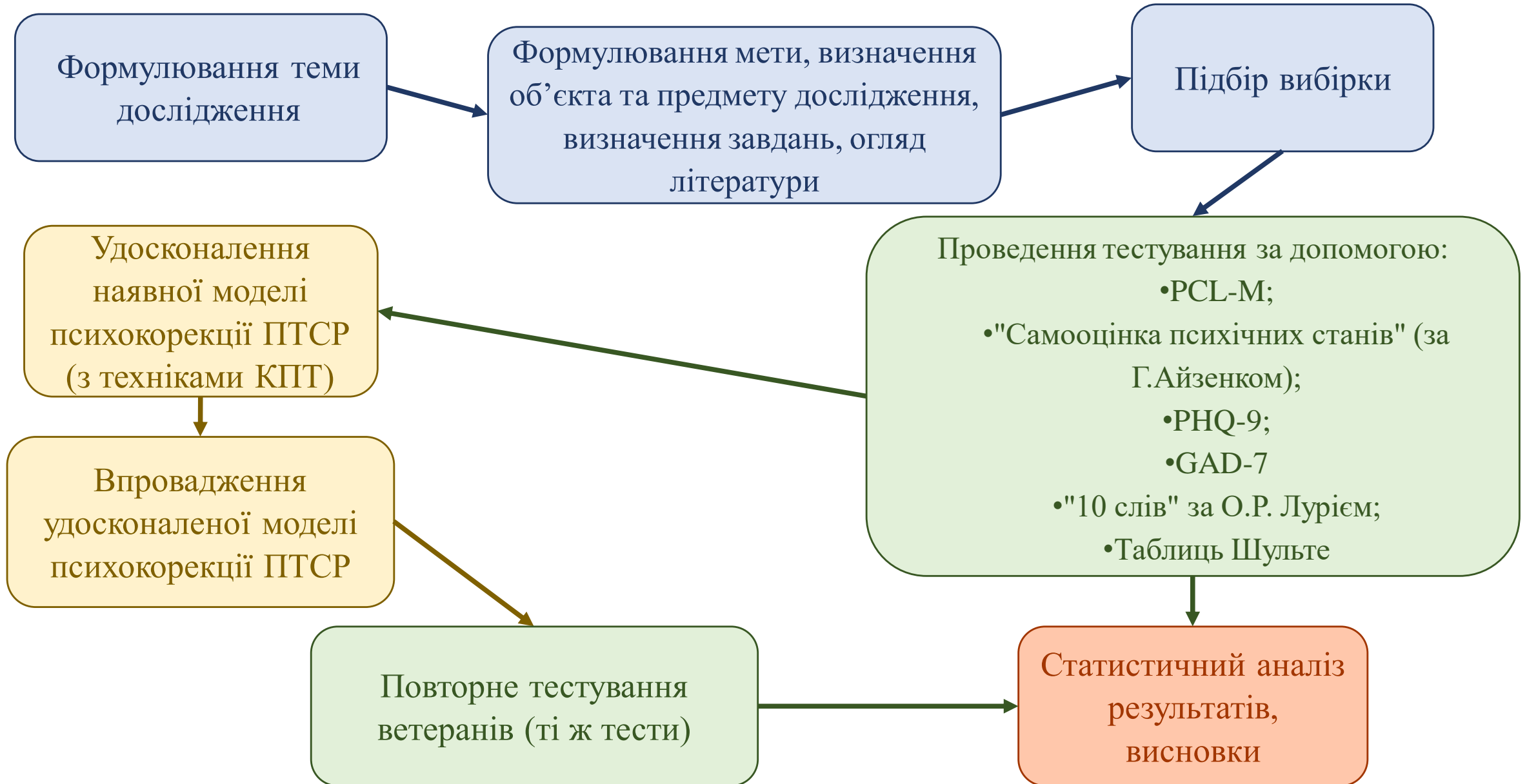
• Завдання роботи

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми посттравматичного стресового розладу у ветеранів російсько-української війни;
2. Проаналізувати наявні моделі психокорекції посттравматичних стресових розладів у ветеранів російсько-української війни;
3. Емпірично дослідити вираженість ознак посттравматичного стресового розладу та психічних станів у ветеранів російсько-української війни у період поновлення воєнних дій;
4. Удосконалити модель психокорекції посттравматичних стресових розладів ветеранів у період поновлення воєнних дій та перевірити її ефективність.

МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

- **Вибірка** - 10 дорослих ветеранів російсько-української війни, з діагнозом ПТСР, віком 30 - 51 років.
- **Методи та методики дослідження**
- **Теоретичні** – аналіз; синтез; узагальнення; порівняння та класифікація літературних джерел.
- **Емпіричні** – спостереження, опитування, тестування, а саме:
 - "Шкала самооцінки ПТСР" PCL-M (військова версія);
 - "Самооцінка психічних станів", за Г. Айзенком;
 - "Шкала самооцінки депресії" (PHQ-9);
 - "Шкала самооцінки тривоги" (GAD-7);
 - "10 слів" за О.Р. Лурієм;
 - "Таблиці Шульте".
- **Статистичні** – критерій Шапіро-Вілка, кореляційна матриця, Т-тест для залежних вибірок.

СХЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ



• Завдання 1 та 2:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми посттравматичного стресового розладу у ветеранів російсько-української війни;
2. Проаналізувати наявні моделі психокорекції посттравматичних стресових розладів у ветеранів російсько-української війни.

ПТСР у ветеранів

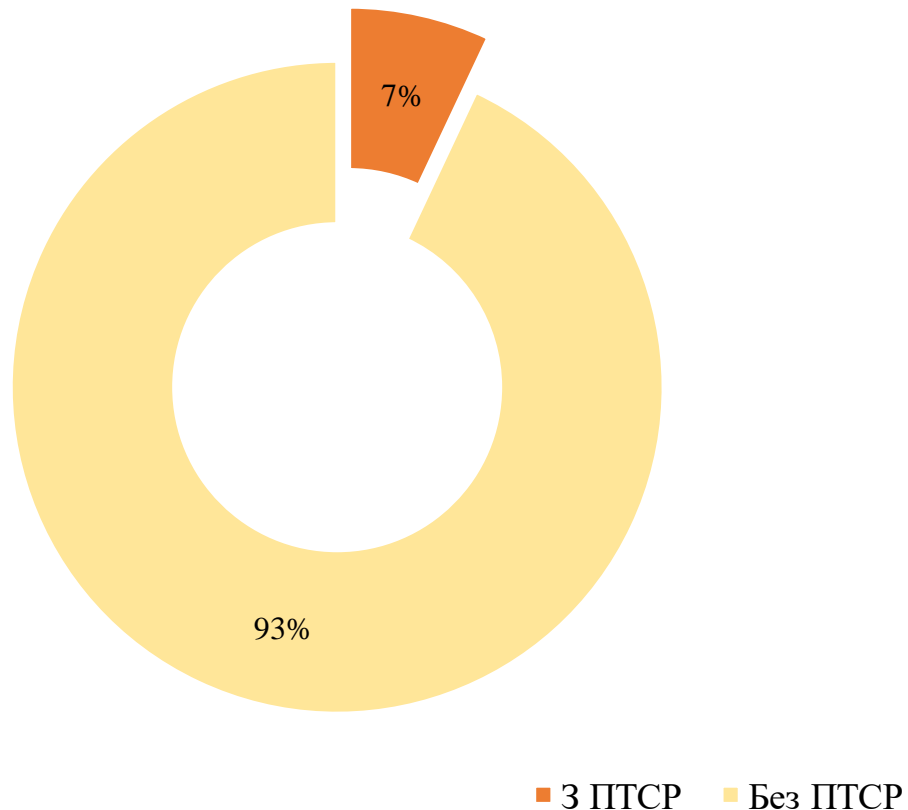


Рис. 1.1. Частота ПТСР у військових

Основні критерії ПТСР:

- Тип ТП;
- Симптоми вторгнення;
- Симптоми уникнення;
- Негативні когнітивні функції та настрої;
- Зміни збудження та реактивності.

Психіатричні супутні стани:

- Розлади особистості;
- Соматичні симптоми.

Діагностика за МКХ 11:

- Наявність ТП;
- Наявність відповідних симптомів мінімум 2 тижні;
- Вплив на повсякденне життя (особисте, професійне і т.д.).

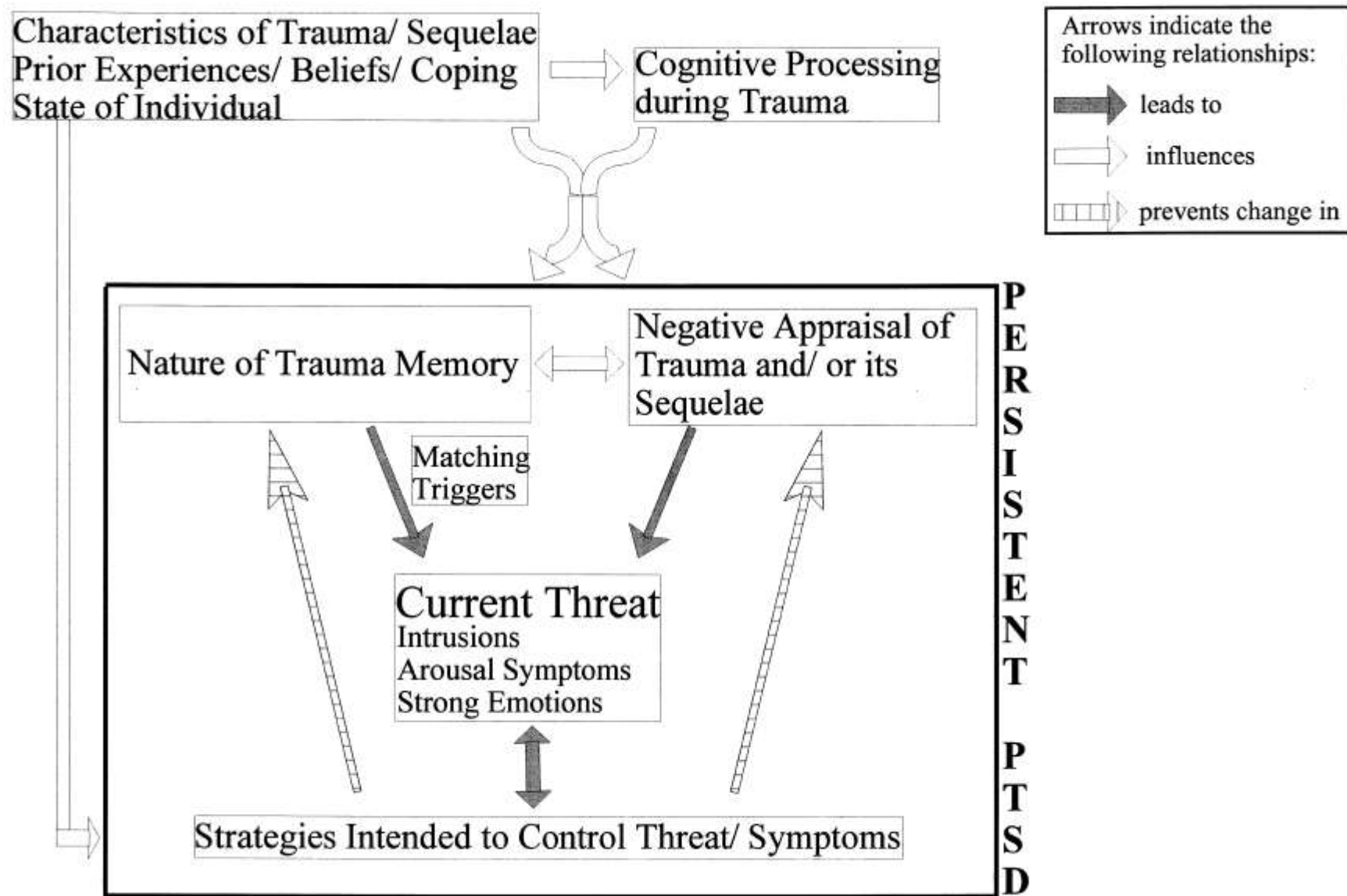


Рис. 1.1. Когнітивна модель ПТСР Ехлерс – Кларка

Рекомендації щодо психологічної терапії військових з ПТСР

Загальні заходи:

- безпека;
- емоційна підтримка;
- практична підтримка;
 - подальші спостереження;
- контроль суїцидальних думок.

Психотерапія, рекомендації Американської психологічної асоціації :

- КПТ;
- Когнітивно-процесуальна терапія;
- Терапія пролонгованої експозиції;
 - EMDR.

Психотерапія, Наказ МОЗ №121 від 23.02.2016:

- КПТ;
- ТФ-КПТ;
- EMDR.

• Завдання 3

Емпірично дослідити вираженість ознак посттравматичного стресового розладу та психічних станів ветеранів російсько-української війни у період поновлення воєнних дій.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ

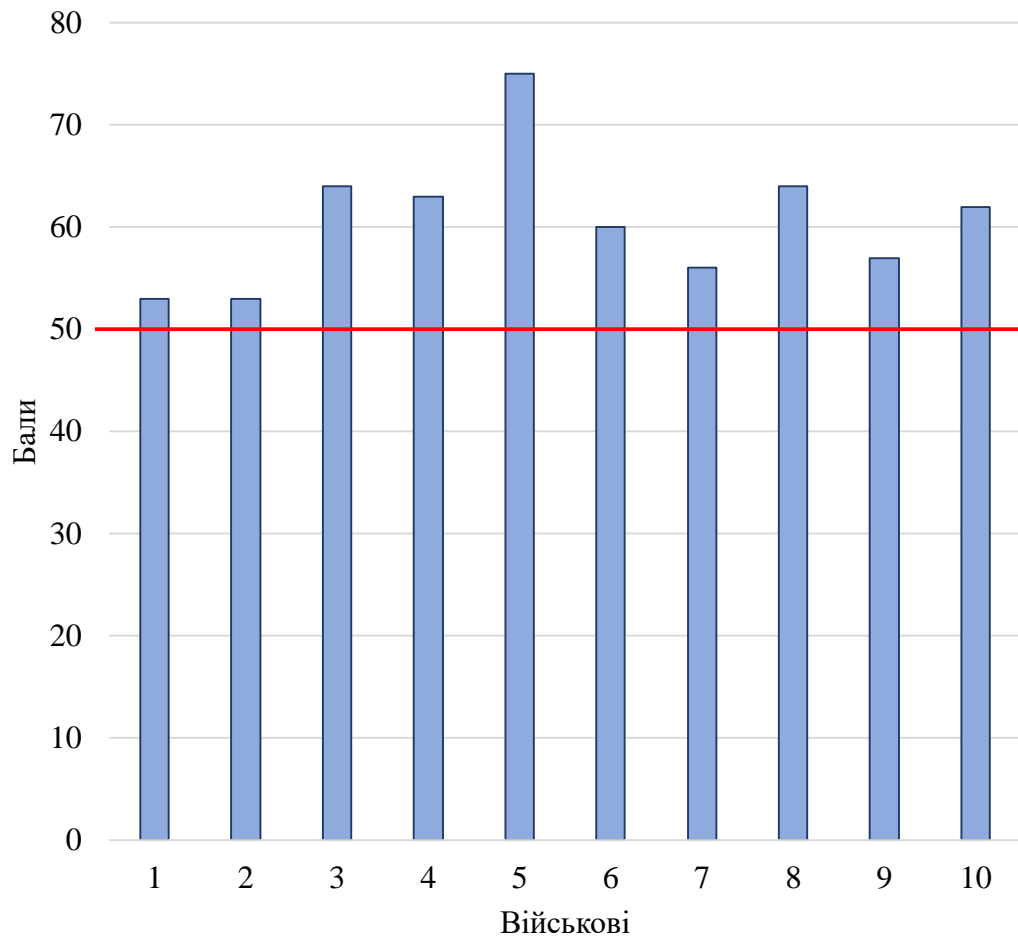


Рис. 2.1. Результати тестування за допомогою шкали самооцінки ПТСР PCL-M (військова версія).

— межа показника норми.

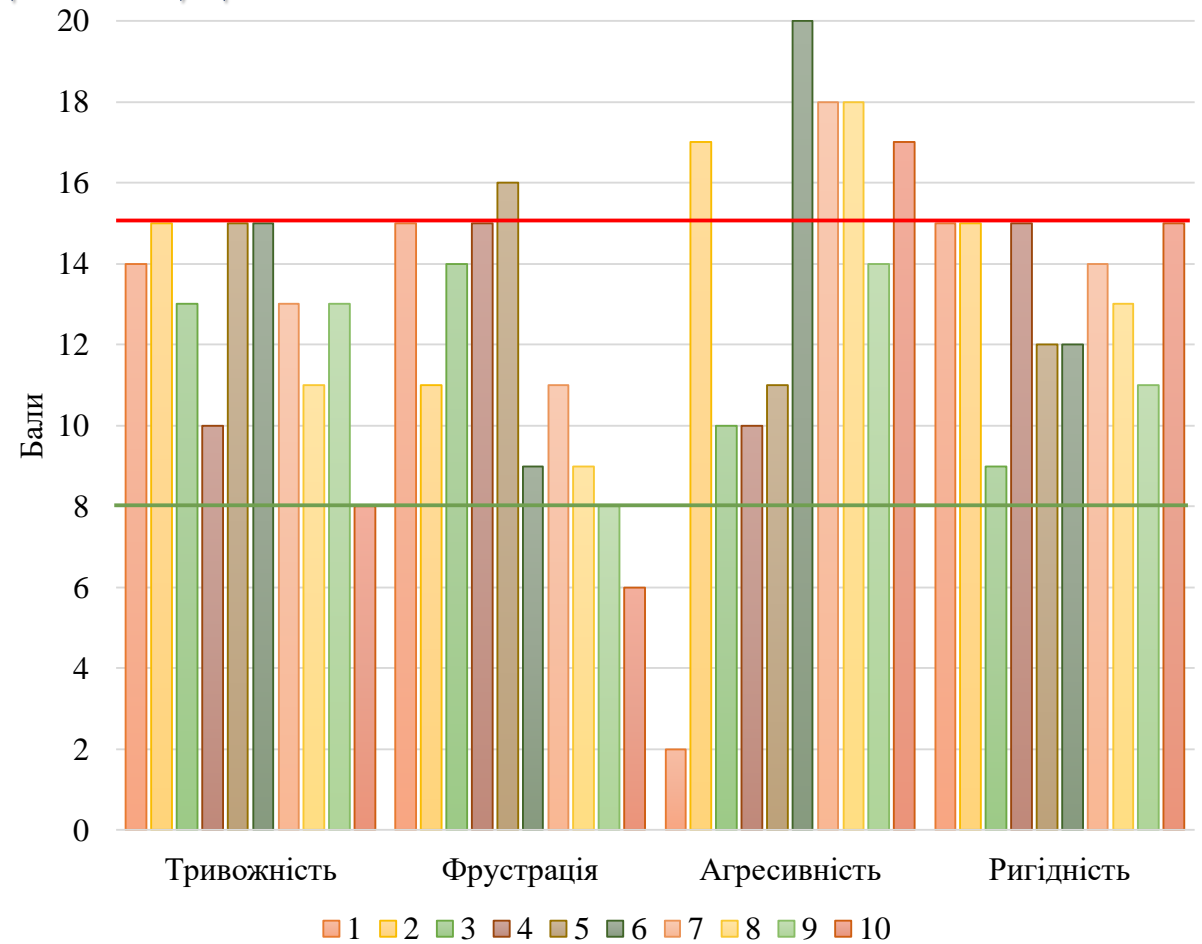


Рис. 2.2. Результати тестування за допомогою методики "Самооцінка психічних станів" за Г. Айзенком.

— нижня межа високого рівня вираженості показника;

— нижня межа середнього рівня вираженості показника.

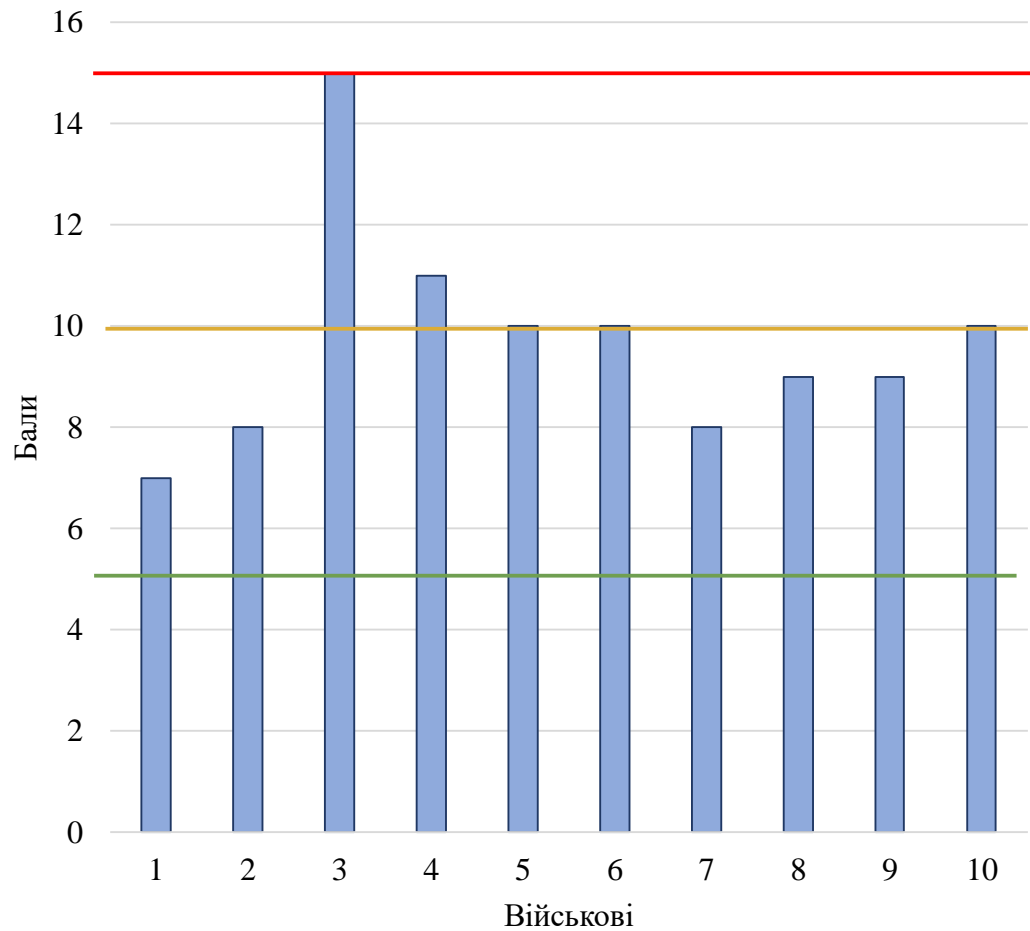


Рис. 2.3. Результати тестування за допомогою шкали самооцінки наявності депресії PHQ-9.

- нижня межа середнього рівня вираженості депресії;
- нижня межа помірного рівня вираженості депресії;
- нижня межа легкого рівня вираженості депресії.

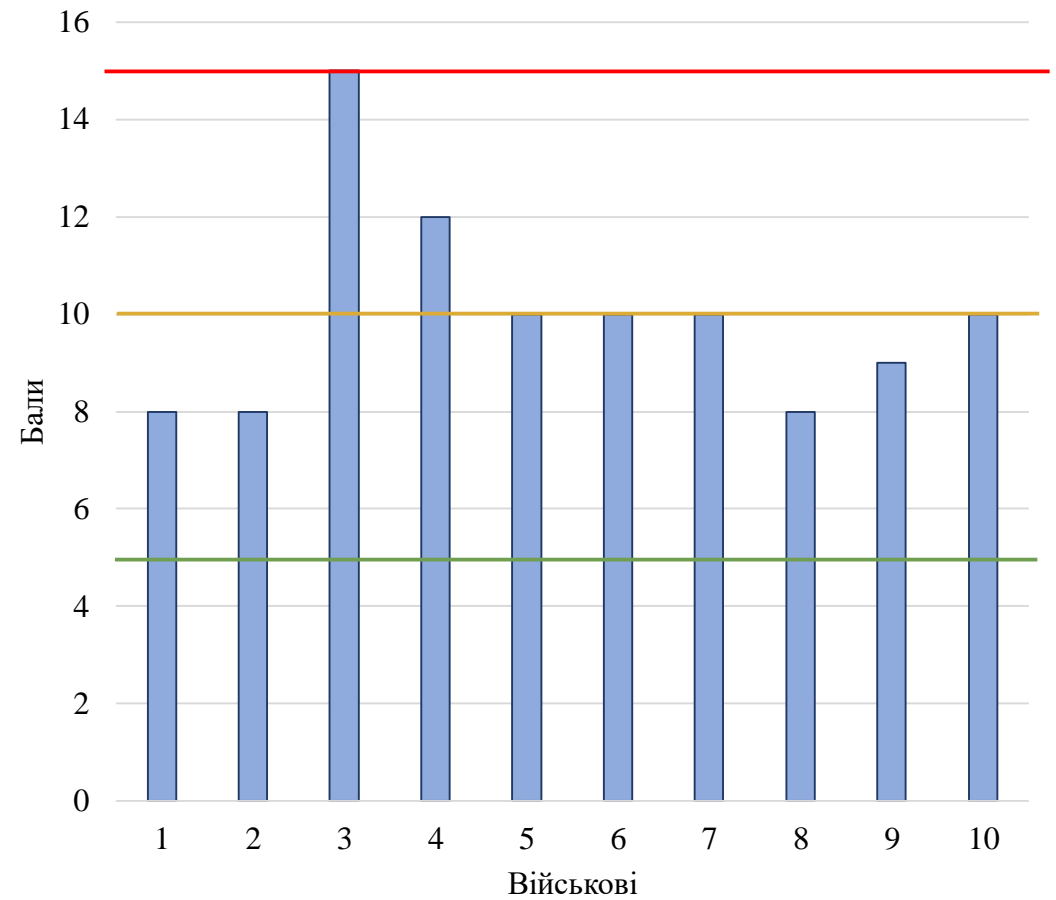


Рис. 2.4. Результати тестування за допомогою шкали самооцінки наявності тривоги GAD-7.

- нижня межа клінічно значимого рівня вираженості тривоги;
- нижня межа помірного рівня вираженості тривоги;
- нижня межа легкого рівня вираженості тривоги.

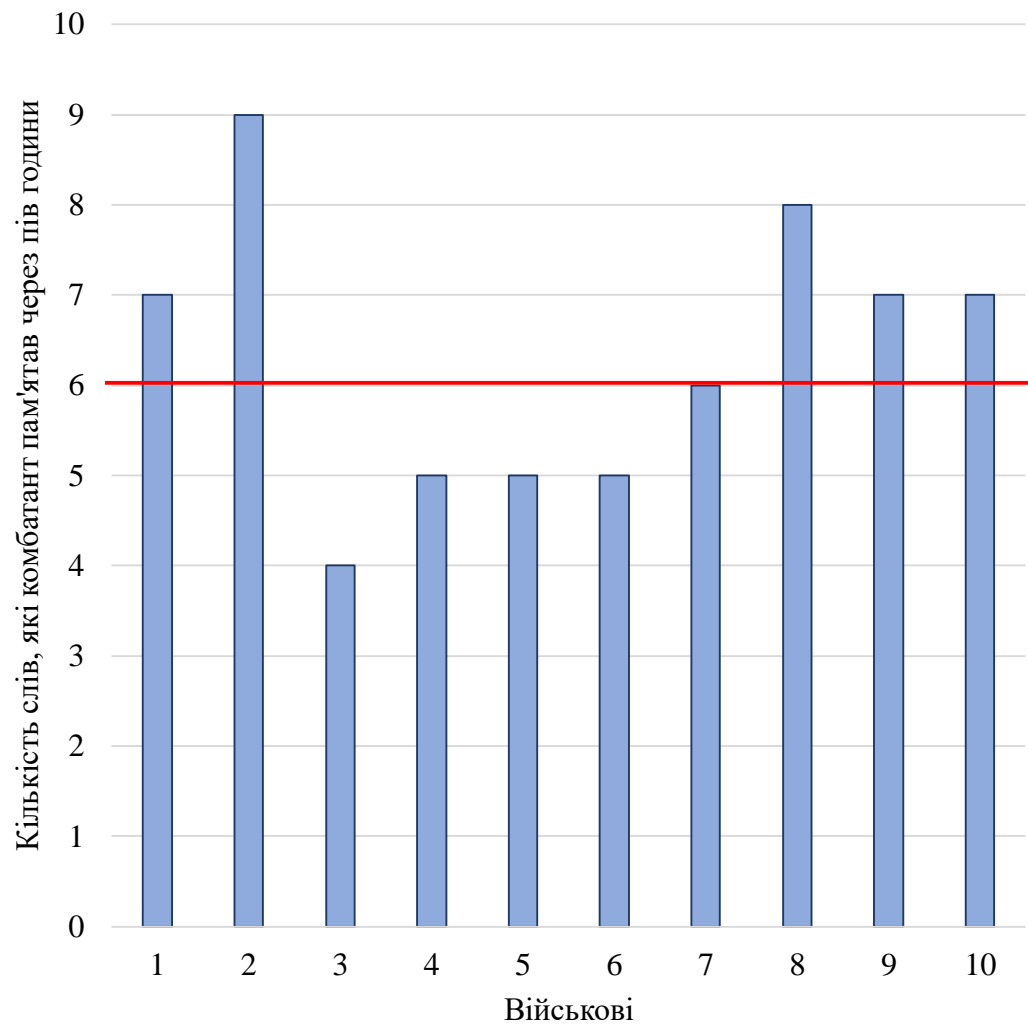


Рис. 2.5. Результати тестування короткотривалої за допомогою тесту "10 слів" за О.Р. Лурієм.
 — нижня межа показника норми.

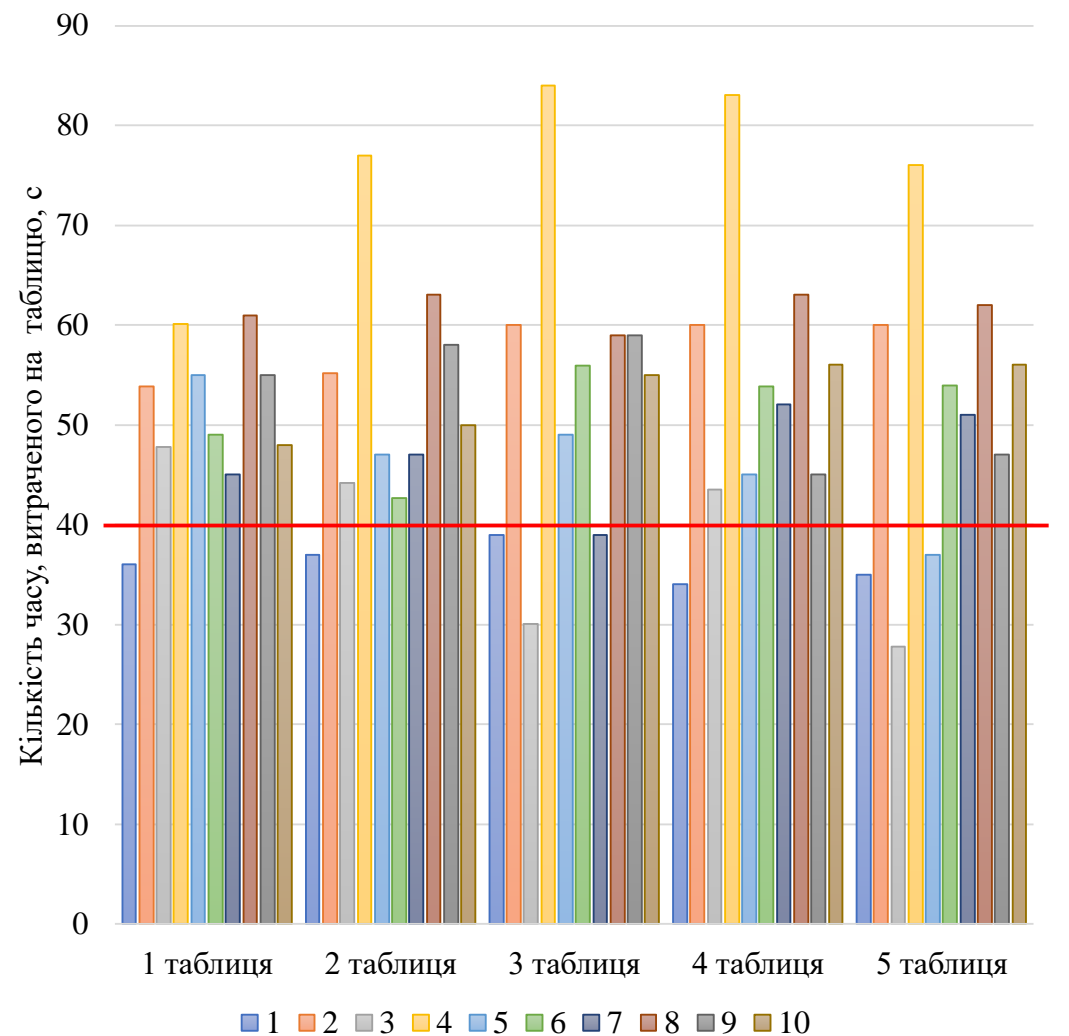


Рис. 2.6. Результати тестування уваги за допомогою тесту "Таблиці Шульце".
 — верхня межа показника норми.

• Висновки 3:

- підтверджено наявність ПТСР за допомогою тесту PCL-M;
- за методикою "Самооцінки психічних станів" за Г. Айзенком, виявлено, що серед опитаних переважає середній рівень тривожності, фрустрації та ригідності, а також високий рівень агресії;
- більшість військовослужбовців мають помірний рівень тривоги (за опитувальником GAD-7);
- більшість військовослужбовців мають легкий рівень депресії (за опитувальником PHQ-9);
- дослідження когнітивної сфери показало зниження обсягу короткочасної слухової пам'яті (за тестом "10 слів") та уваги (за тестом "Таблиці Шульте");
- отримані результати можуть бути використані для покращення психологічної підтримки та корекції психічного стану комбатантів.

• Завдання 4

Удосконалити модель психокорекції посттравматичних стресових розладів ветеранів російсько-української війни у період поновлення воєнних дій та перевірити її ефективність.

Програма психокорекції ПТСР у ветеранів операції об'єднаних сил з використанням КПТ-технік

• Мета програми

знизити показники тривоги та депресії, знизити показник наявності ПТСР, покращити когнітивну сферу, а саме короткотривалу пам'ять та увагу.

• Завдання програми

- психоосвіта;
- зниження збудливості;
- робота зі стресом;
- робота з переконаннями стосовно себе та травматичної події;
- робота з негативними емоціями;
- формування позитивних цілей у майбутньому;
- покращення пам'яті та уваги.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ

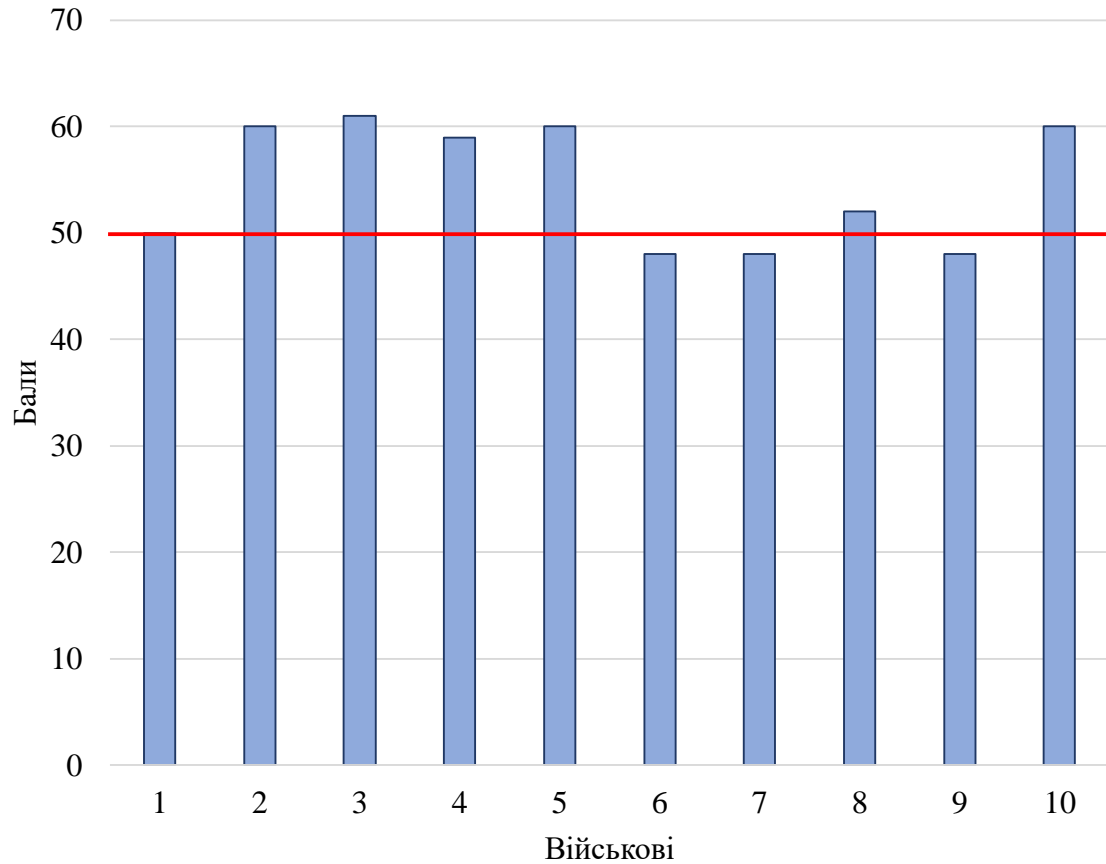


Рис. 3.1. Показники тестування військових на наявність ПТСР за допомогою методики PCL-M, після корекційного впливу.

— межа показника норми.

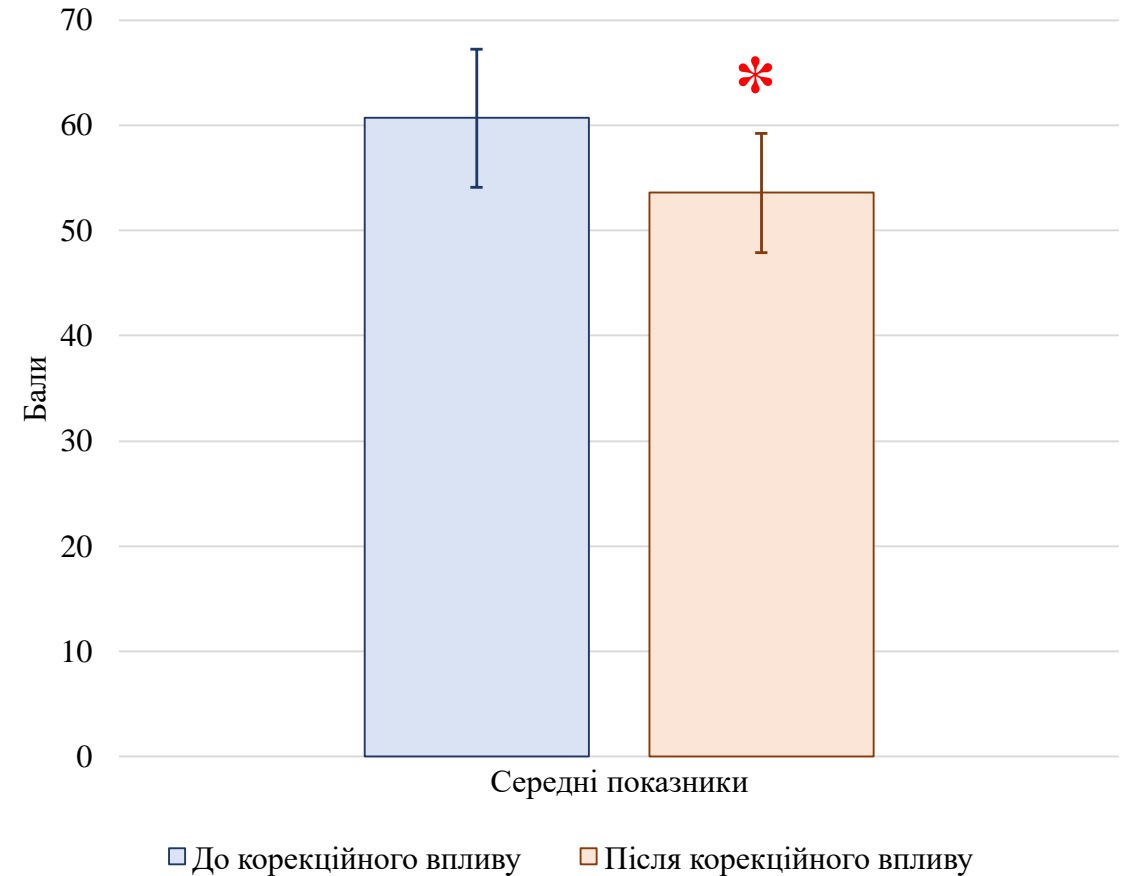


Рис. 3.2. Порівняння результатів до і після корекційного впливу за методикою PCL-M.

* – статистично достовірні зміни, ($p=0,001$).

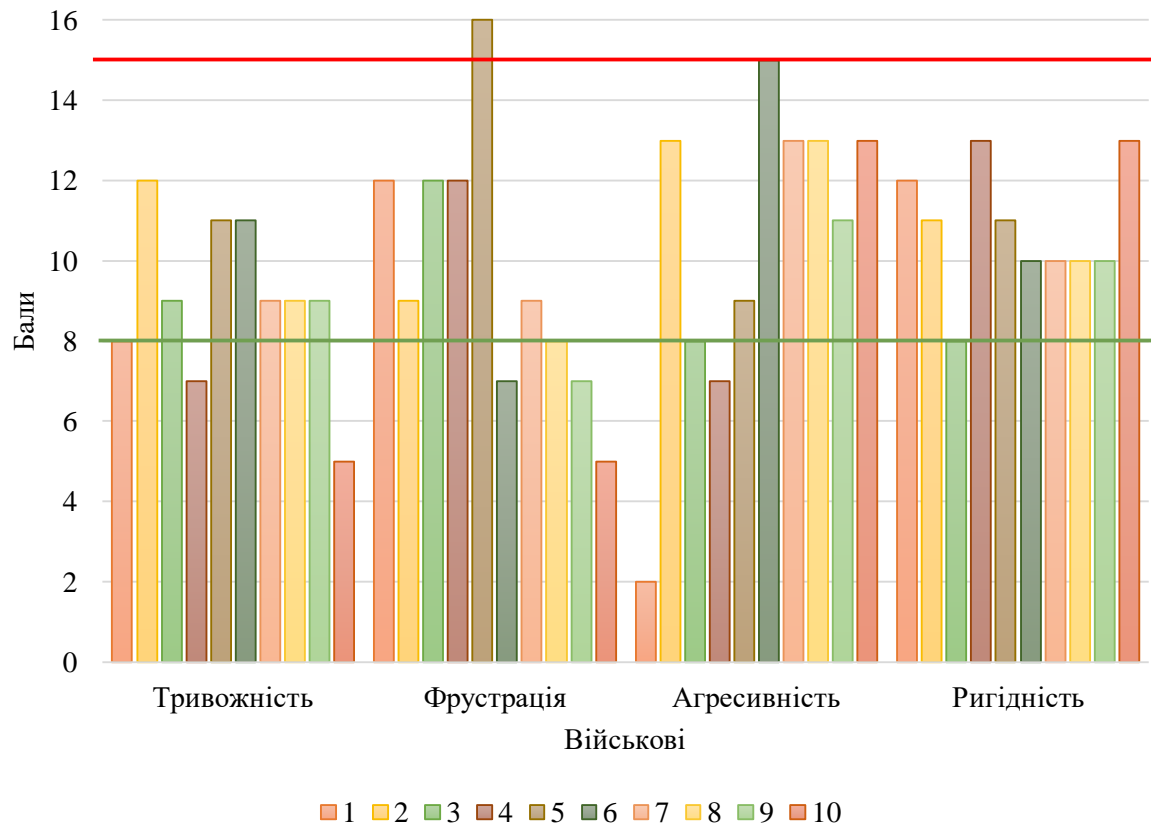


Рис. 3.3. Результати тестування за допомогою "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком) після корекційного впливу.

— нижня межа середнього рівня вираженості показника;

— нижня межа високого рівня вираженості показника.

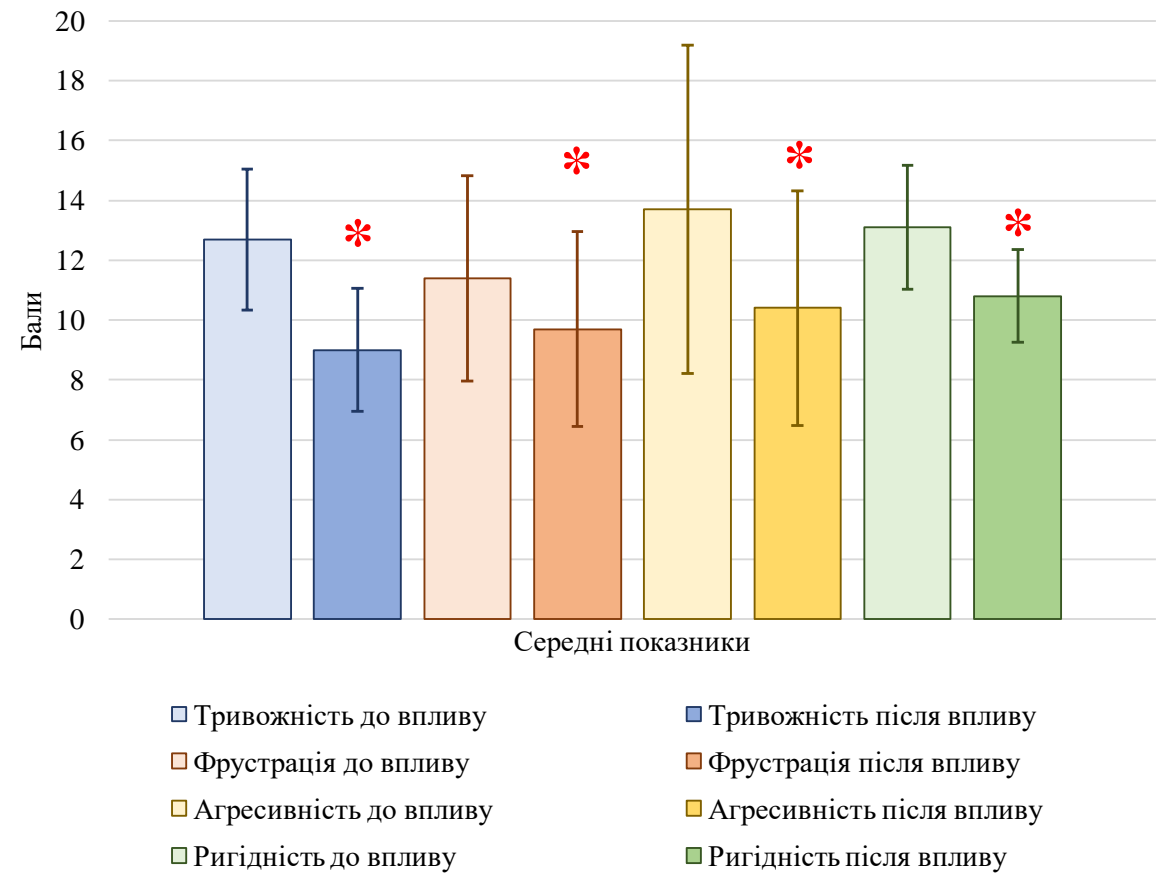


Рис. 3.4. Порівняння результатів до і після корекційного впливу за методикою "Самооцінка психічних станів" (за Г. Айзенком).

* – статистично достовірні зміни, ($p \leq 0,001$).

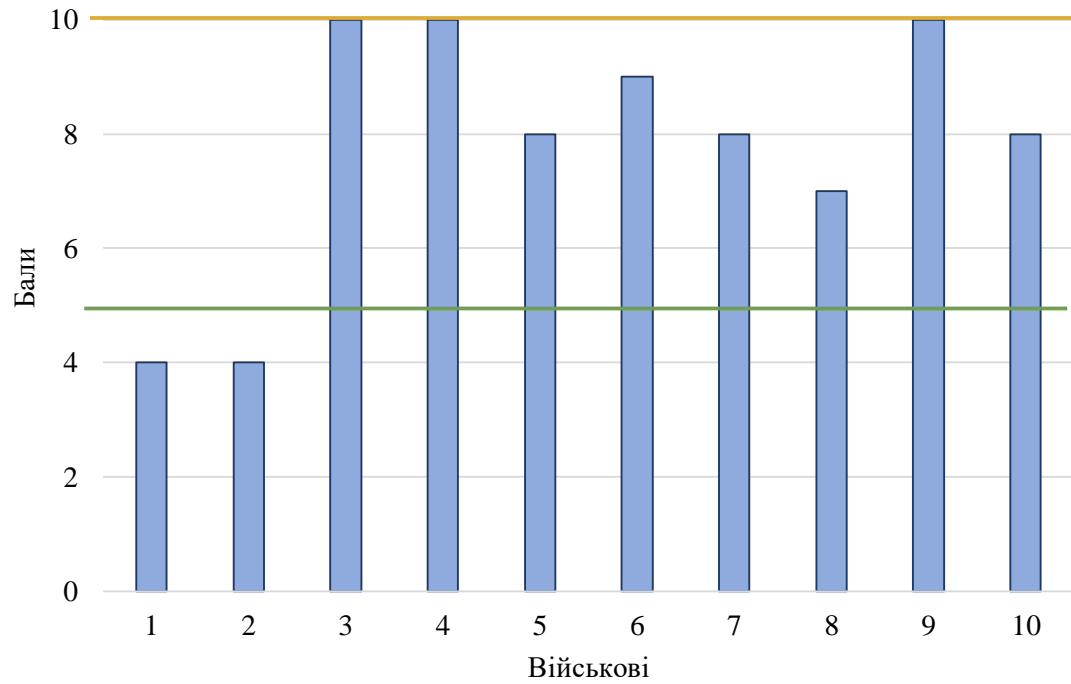


Рис. 3.5. Показники тестування військових на наявність депресії за допомогою методики PHQ-9, після корекційного впливу.

- нижня межа помірному рівня вираженості депресії;
- нижня межа легкого рівня вираженості депресії.

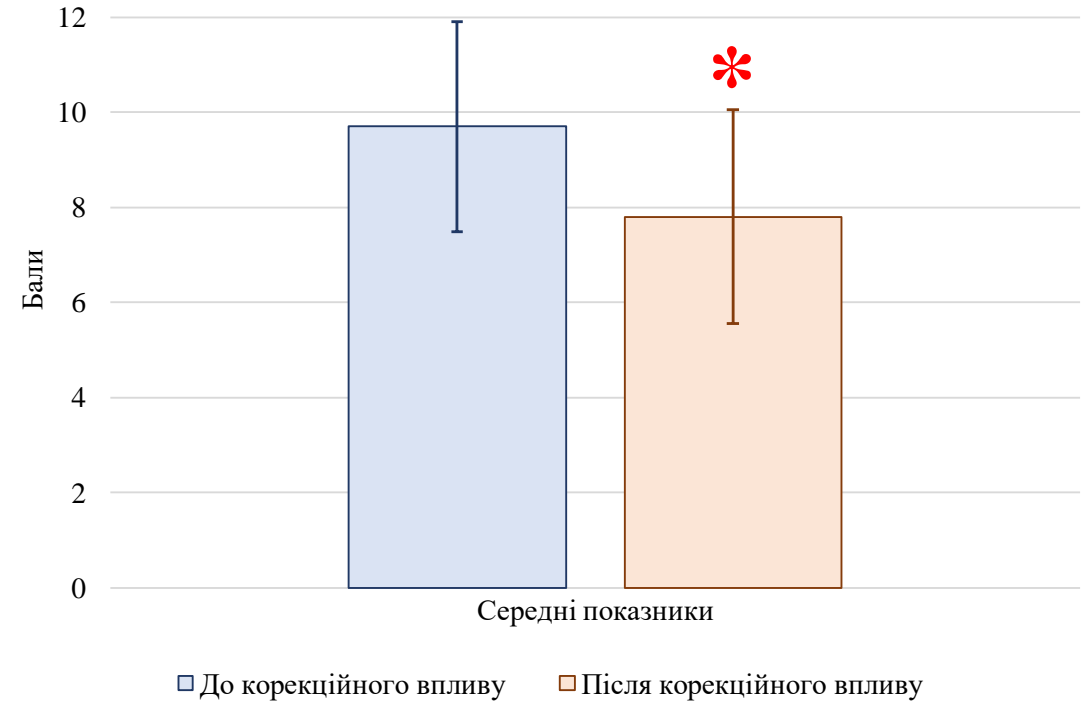


Рис. 3.6. Порівняння результатів наявності депресії до і після корекційного впливу за методикою PHQ-9.

* – статистично достовірні зміни, (p=0,01).

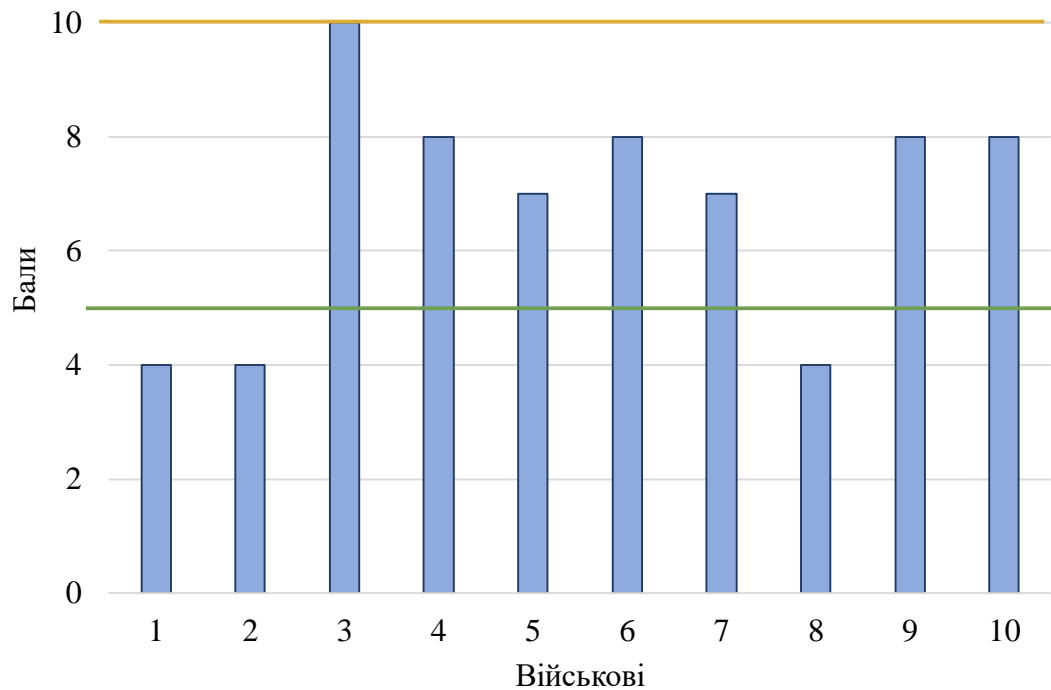


Рис. 3.7. Показники тестування військових на наявність тривоги за допомогою методики GAD-7 після корекційного впливу.

— нижня межа помірною рівня вираженості тривоги;

— нижня межа легкого рівня вираженості тривоги.

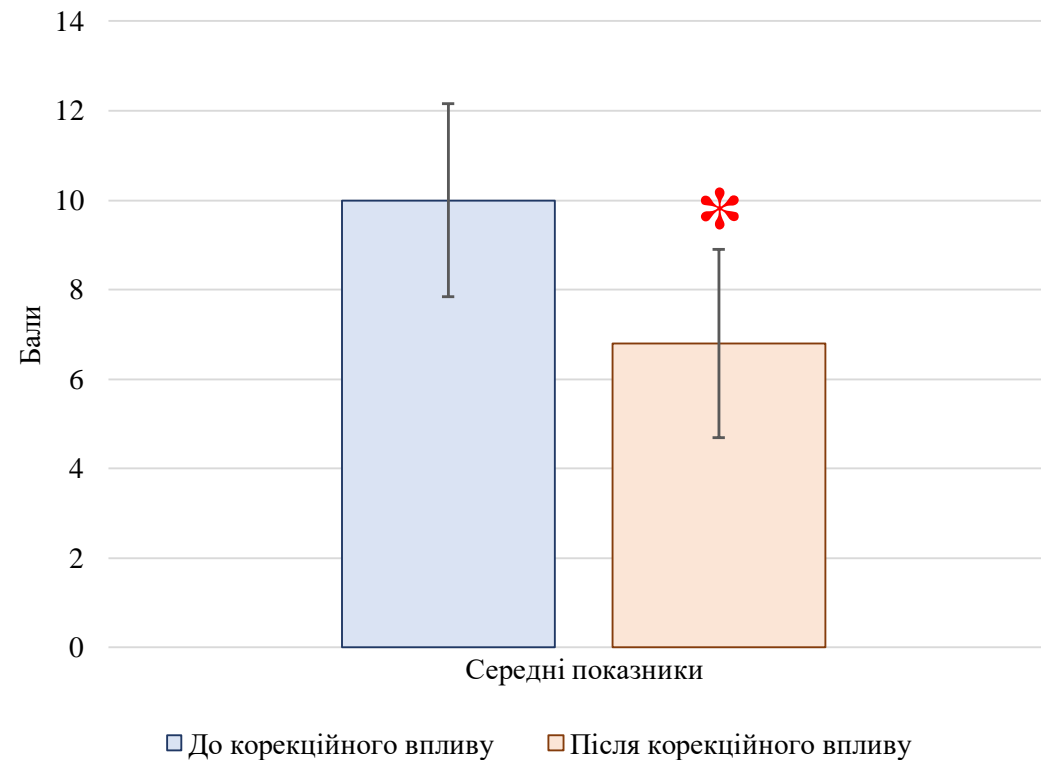


Рис. 3.8. Порівняння результатів наявності тривоги до і після корекційного впливу за методикою GAD-7.

* – статистично достовірні зміни, ($p=0,00002$).

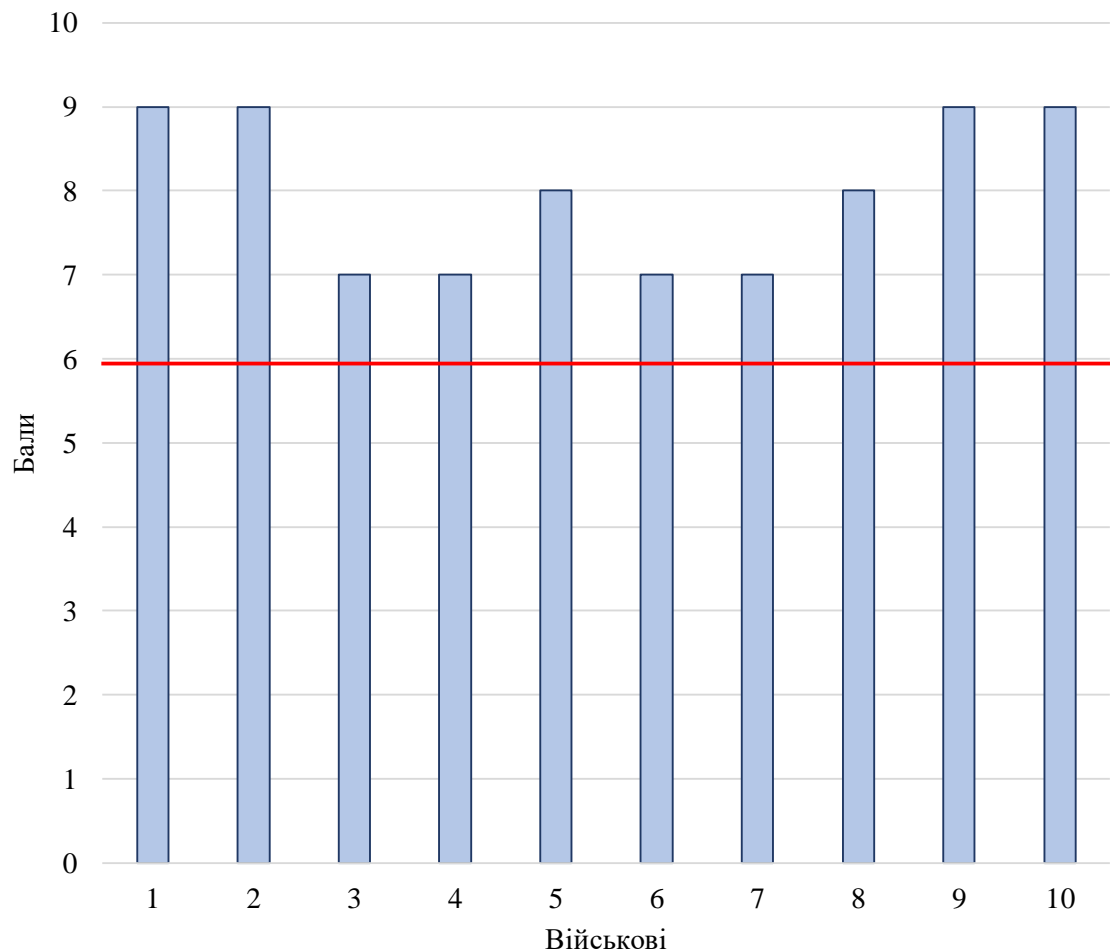


Рис. 3.9. Показники тестування короткотривалої слухової пам'яті військових за допомогою методики "10 слів" за О.Р. Лурієм після корекційного впливу.
 — нижня межа показника норми.

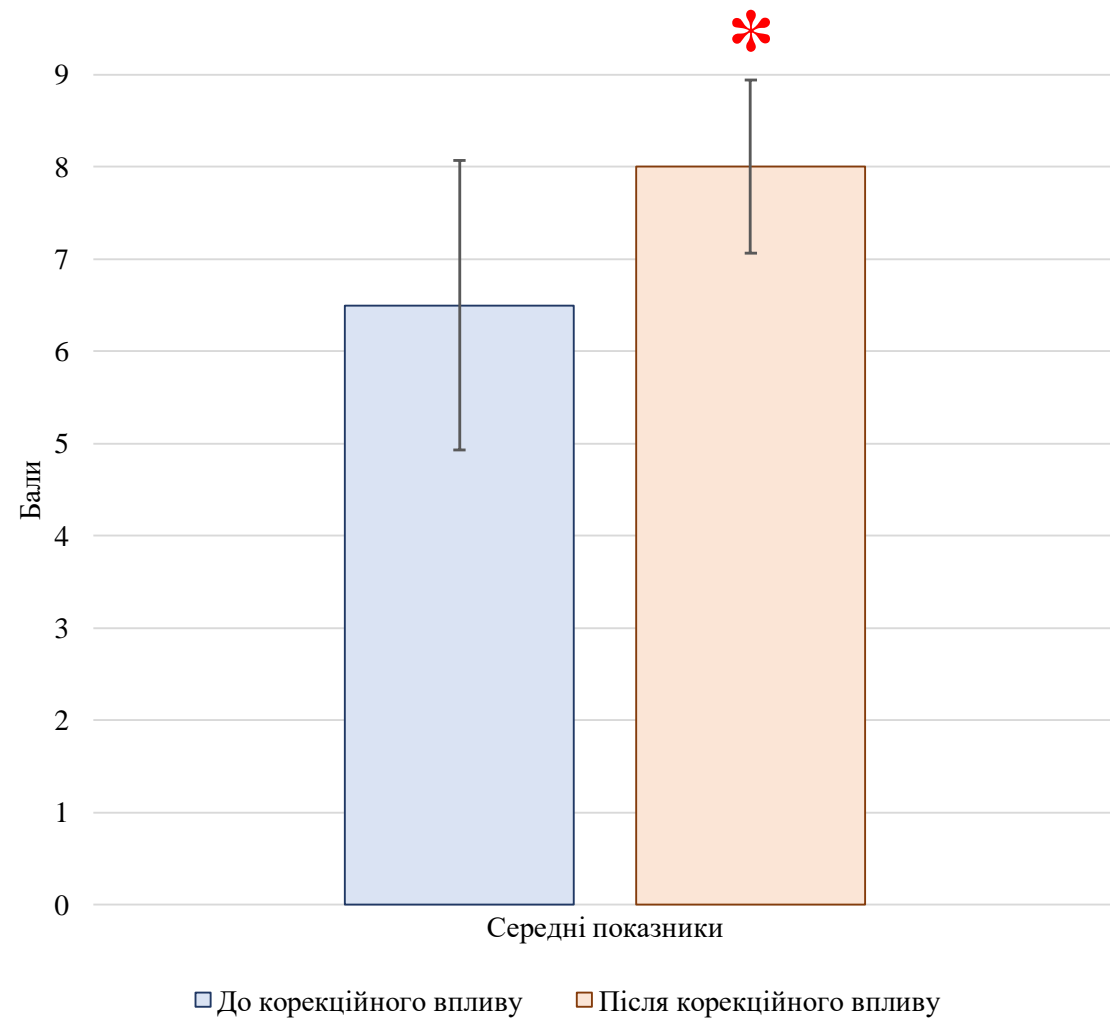


Рис. 3.10. Порівняння результатів тестування короткотривалої слухової пам'яті до і після корекційного впливу за методикою "10 слів" за О.Р. Лурієм.
 * – статистично достовірні зміни, (p=0,0007)

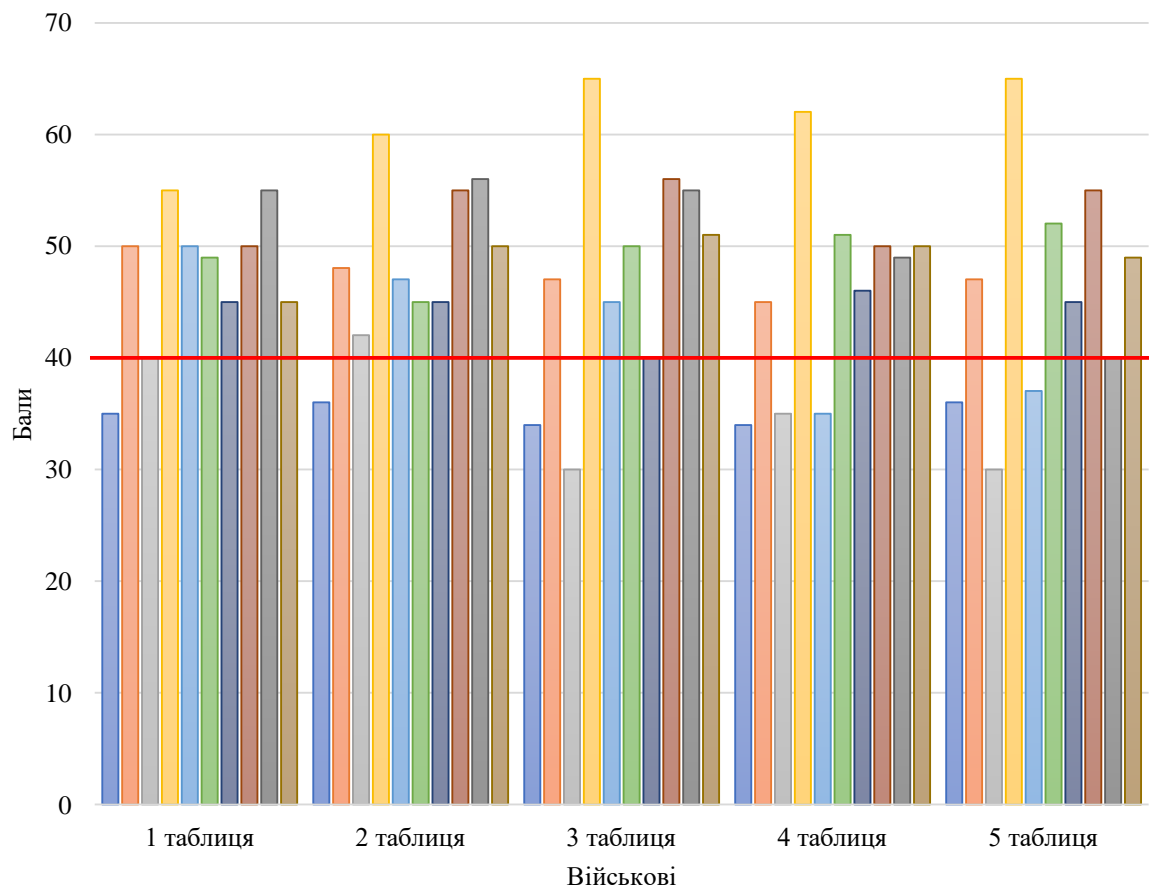


Рис. 3.11. Показники тестування уваги військових за допомогою таблиць Шульте після корекційного впливу.

— нижня межа показника норми.

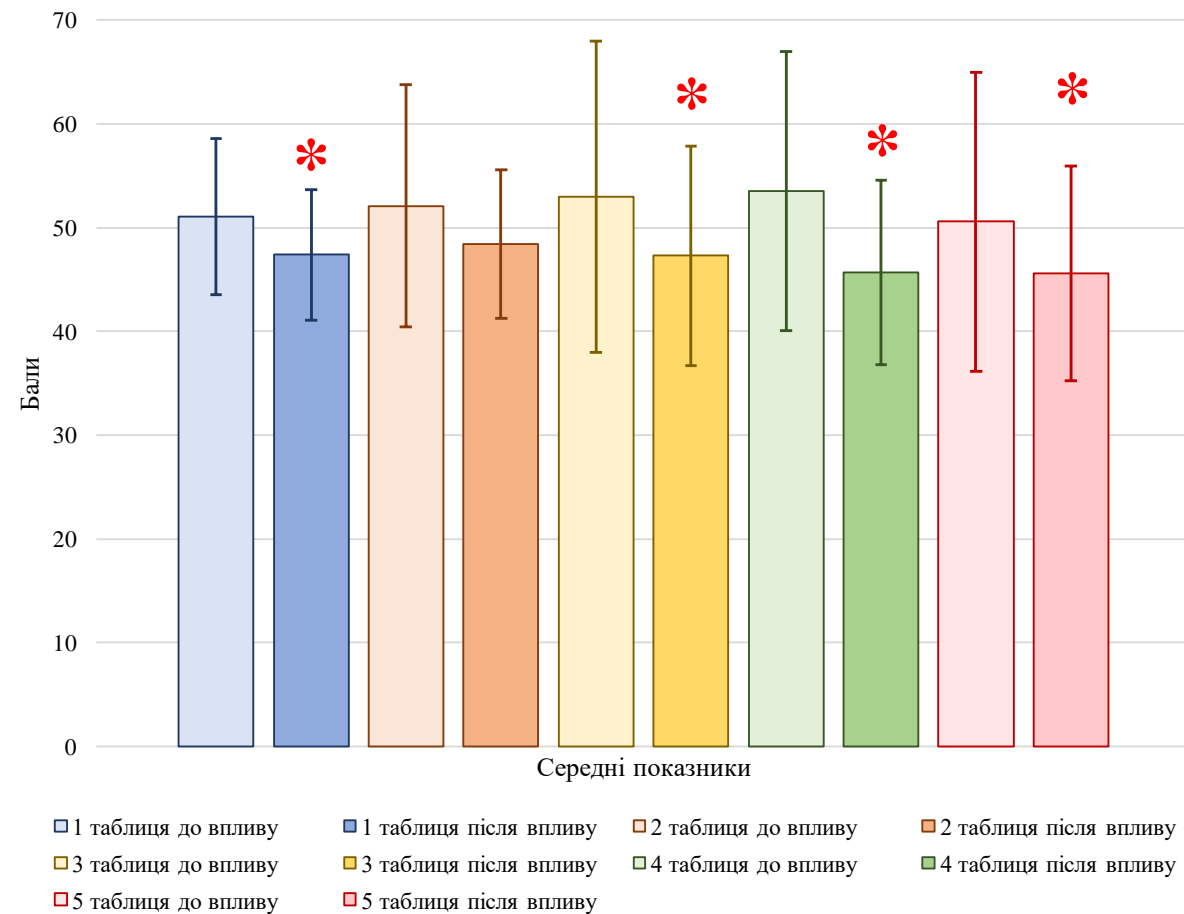


Рис. 3.12. Порівняння результатів тестування уваги до і після корекційного впливу за використання таблиць Шульте.

* – статистично достовірні зміни, ($p \leq 0,01$).

• Висновки 4:

- виявлено статистично достовірне зниження загального балу PCL-M на 11,7%.
- виявлено статистично достовірне зниження показника тривожності на 29%, фрустрації – 14,9%, агресивності – 24% та ригідності на 17,6%.
- виявлено статистично достовірне зниження показника наявності депресії на 19,6%.
- виявлено, що середній рівень тривоги статистично достовірно знизився на 32%.
- середні показники тестування короткотривалої слухової пам'яті статистично достовірно зросли на 23% та у 100% були вищими за нижній поріг норми.
- статистична обробка результатів тестування уваги показала, що статистично достовірно знизився час на проходження першої, третьої, четвертої та п'ятої таблиць на 7,2%, 10,8%, 14,6% та 9,8%, відповідно, зросла кількість осіб, у яких час на проходження кожної з п'яти таблиць був у межах норми та у яких середній показник проходження таблиць був у межах норми .

ВИСНОВКИ

- Проаналізовано науково літературу стосовно питання ПТСР та приділено особливу увагу характерним ознакам ПТСР саме у ветеранів, а також сформовано уявлення про наявні моделі психокорекції ПТСР у військових.
- Проведено тестування психоемоційного стану ветеранів за допомогою шкали самооцінки наявності ПСТР (PCL-M), методики "Самооцінки психічних станів" за Г.Айзенком, шкали самооцінки наявності депресії (PHQ-9), шкали самооцінки наявності тривоги (GAD-7), а також когнітивної сфери за допомогою тестів "10 слів" за О.Р. Лурієм та таблиць Шульте.
- Проведено статистичний аналіз отриманих результатів, а саме проведено аналіз на нормальність розподілу даних, визначено стандартні відхилення та виявлено наявність кореляційних зв'язків між отриманими даними.
- Створено програму психокорекції психоемоційного стану та покращення когнітивної сфери ветеранів.
- Проведено повторне тестування військових та статистичний аналіз нових даних.
- Виявлено загальні покращення показників наявності ПТСР, депресії та тривоги, показників психічних станів та когнітивної сфери (пам'яті й уваги).

Практична значущість роботи

- Результати дослідження допомагають уточнити, на які аспекти психоемоційних станів ветеранів варто звернути першочергову увагу під час психологічного супроводу.
- Отримані результати доцільно використовувати у наступних роботах, присвячених дослідженню психологічних особливостей військових.
- Оскільки створена програма психокорекції показала свою ефективність, то вона може широко впроваджуватися для покращення когнітивної сфери та психоемоційних станів ветеранів.

• Публікації

- Нечипорук, К. (2023) Сучасні стратегії психологічної терапії ПТСР у військових під час надання специфічної медичної допомоги. Порівняння світового та українського досвідів. В: *VI Міжнародна науково-практична конференція «Methodical and practical methods of creating inventions»*. Софія, Болгарія, 24-27 жовтня 2023 року.
- Нечипорук, К. (2023) Дослідження особливостей психічного стану військовослужбовців із посттравматичним стресовим розладом у період повномасштабного вторгнення Російської Федерації. В: *V Міжнародна науково-практична конференція «Scientific projects on improving the environment»*. Брюссель, Бельгія, 17-20 жовтня 2023 року.
- Нечипорук К.О. (2023). В Музикотерапія. Л.О. Матохнюк (Ред.), *Основні методи Арт-терапії у роботі практичного психолога практикум* (с. 255-279). Вінниця: Видавництво КЗВО "Вінницька академія безперервної освіти".

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ

