

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
НАЦІОНАЛЬНА КОМІСІЯ З РАДІАЦІЙНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНА ЕКОЛОГІЧНА АКАДЕМІЯ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ТА УПРАВЛІННЯ
КИЇВСЬКИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА ТА ПОЛІТОЛОГІЇ
УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

ПРОТИДІЯ ТЕРОРИСТИЧНИМ АКТАМ У МІСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

**ЗБІРНИК
МАТЕРІАЛІВ НАУКОВОГО ФОРУМУ**

21 червня 2023 року

Київ
Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова
2023

Рекомендовано до друку Вченою радою
Навчально-наукового інституту права та політології
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
(протокол № 3 від 19.06.2023 р.)

Редакційна колегія:

- Андрущенко Віктор Петрович** – доктор філософських наук, професор, ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, член-кореспондент Національної академії наук України, академік Національної академії педагогічних наук України;
- Горінов Павло Валерійович** – кандидат юридичних наук, директор Навчально-наукового інституту права та політології, доцент кафедри правознавства та галузевих юридичних дисциплін Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, заслужений працівник соціальної сфери України;
- Драпушко Ростислав Григорович** – кандидат філософських наук, проректор з науково-педагогічної роботи (адміністративно-господарська діяльність), доцент кафедри соціальної філософії, філософії освіти та освітньої політики УДУ імені Михайла Драгоманова, заслужений працівник соціальної сфери України;
- Сопілко Ірина Миколаївна** – доктор юридичних наук, професор, керівник апарату Національної комісії з радіаційного захисту населення України, головний науковий співробітник Науково-дослідного центру «Інститут сімейної та молодіжної політики імені Олександра Яременка» ННІ права та політології УДУ імені Михайла Драгоманова, заслужений юрист України;
- Торбін Григорій Мирославович** – доктор фізико-математичних наук, професор, проректор з наукової роботи Українського державного університету імені Михайла Драгоманова;
- Чемакіна Октябринна Володимирівна** – кандидат архітектури, доцент Українського гуманітарного інституту.

П 83 **ПРОТИДІЯ ТЕРОРИСТИЧНИМ АКТАМ У МІСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ:** збірник матеріалів Наукового форуму. Навчально-науковий інститут права та політології УДУ імені Михайла Драгоманова (м. Київ, 21 червня 2023 р.). – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. – 396 с.

ISBN 978-966-931-281-5

Збірник матеріалів Наукового форуму «Протидія терористичним актам у міському середовищі» присвячено комплексному вивченню проблеми протидії тероризму у міському середовищі. У збірнику представлено результати досліджень, що детально розглядають правові аспекти боротьби з тероризмом у міському середовищі, екологічні наслідки терористичних актів і стратегії екологічного відновлення, психологічні наслідки для місцевого населення та підходи до психологічної реабілітації, соціальні наслідки тероризму та розвиток стійкого соціального середовища, а також архітектурні рішення для забезпечення безпеки та мінімізації наслідків терористичних актів.

Збірник розраховано для науковців, фахівців та інших зацікавлених осіб, які досліджують проблематику протидії терористичним актам з правових, екологічних, психологічних, соціальних, архітектурних аспектів та охорони здоров'я.

Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, правильність фактів і посилань несуть автори матеріалів.

УДК 343.326-048.66(477-21)
DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-NF_NNIPiP_2023

ISBN 978-966-931-281-5

© Автори публікацій, 2023
© Навчально-науковий інститут права та політології, 2023
© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023

ЗИНЧЕНКО НАДІЯ ВІКТОРІВНА,

*аспірантка кафедри теоретичної та консультативної психології
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*

БУЛАХ ІРИНА СЕРГІЇВНА,

*доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*

ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМИ МЕТОДОМ «СЕНДПЛЕЙ»

Наша країна наразі переживає складні часи. Тривалі військові дії, вимушена міграція, терористичні атаки, руйнування інфраструктури та інші негаразди, пережиті під час повномасштабного вторгнення, призводять до масової психологічної травматизації дітей та дорослих. Ця травматизація має тривалі негативні ефекти на всіх рівнях функціонування особистості: тілесному, когнітивному, емоційному, поведінковому. Одним з найвідоміших наслідків є деформація світогляду людини – її уявлень про себе, навколишніх людей та світ в цілому. Когнітивний компонент потребує особливої уваги дослідників, оскільки в момент гострих стресових переживань високої інтенсивності, коли людина діє, керуючись єдиним інстинктивним бажанням вижити, в психіці зазвичай починають діяти потужні психічні захисти. Тому, більшість негативних ефектів травматизації не усвідомлюються особистістю, що ускладнює цілеспрямовану роботу з їх подолання.

Описана проблема актуалізує пошук шляхів збереження й відновлення психологічного здоров'я населення України. Подолання негативних наслідків воєнної травматизації потребує своєчасних, ефективних та доступних психологічних втручань. Одним з перспективних методів такої допомоги є пісочна терапія (або метод «Сендплей»). Вона дозволяє обійти психологічні захисти постраждалих, звільнити й диференціювати приховані почуття, оцінити життєву ситуацію та себе в ній, побудувати оптимістичні перспективи майбутнього та знайти ресурси для їх досягнення.

Мета публікації – описати можливості пісочної терапії для психологічної допомоги різним категоріям постраждалих під час війни.

Психологічна травма зазвичай супроводжує сильні емоційні та життєві потрясіння. Вона може виникнути в результаті різних причин: інтенсивного впливу на психіку людини несприятливих факторів навколишнього середовища; навмисної фізичної, матеріальної чи моральної шкоди, заподіяної іншими людьми (в першу чергу, насильницьких дій); впливу особисто значущої інформації й інших стресових подій надзвичайного характеру – так званих «поза межних переживань» [1]. Травма завжди суттєва, адже її наслідки зачіпають глибинні шари психіки, мають довготривалу дію, впливають на якість життя людини, деформують її світо- та самосприйняття. Коли людина отримує психічну травму, вона часто впадає в заціпеніння: відбувається фрагментація

психіки, демобілізація, зниження чутливості задля психічного самозахисту. Все це зазвичай відбувається поза усвідомленням.

Метод «Сендплей» відомий в західній психології з 1920-х років. Це недирективна мультисенсорна терапія, що базується на психодинамічному підході до пояснення психічних явищ. За століття практики ефективність методу була переконливо підтверджена в різних клінічних групах, для клієнтів різного віку, культурного походження та соціального статусу. Ряд західних психологів (Ammann, 1991; Kalf, 2003; Turner, 2005; Armstrong, 2008 та інші) пропонували застосовувати пісочну терапію для трансформації травматичного досвіду, зокрема у дітей [2-5].

Незважаючи на широку популярність пісочної терапії серед практичних психологів, її доказова база менш розвинена, ніж у інших відомих методів. Науковий аналіз ускладнений тим, що практична література та рекомендації з використання «Сендплей» досі базуються, головним чином, на якісних звітах із використанням методології кейсів та феноменологічних описів. Разом з тим, в останні роки накопичено багато емпіричних даних, які доводять ефективність пісочної терапії для усунення широкого спектра психологічних проблем (Wiersma et al., 2022) [6].

Загалом метод «Сендплей» розглядається як окремий терапевтичний засіб, але він також може доповнювати інші методи психотерапії, таким чином вирішуючи широкий спектр психотерапевтичних завдань: діагностика, корекція, профілактика та інше.

З червня 2022 року по травень 2023 року на базі студії психології та творчості «Сезони Надії» (м. Київ) у співпраці з благодійними фондами «Право на захист» та «Родина Україна» проводилась системна робота з надання психологічної допомоги, спрямованої на подолання наслідків психологічної травматизації. За цей період було проведено ряд діагностичних, консультативних та корекційних занять з використанням методу «Сендплей», в яких взяли участь 104 особи: 30 дітей віком 4-10 років, 46 підлітків віком 11-18 років, 28 дорослих осіб віком від 20 до 56 років. На початку «входження» в терапію, а потім після проведення 6-7 індивідуальних зустрічей досліджуваних з психологом, було здійснено опитування щодо проявів симптоматики посттравматичного стресового розладу. Використані «Опитувальник для скрінінгу ПТСР» та «Шкала оцінки впливу травмивної події» [1, с. 89].

Попередні результати демонструють позитивну трансформацію переживання досвіду психологічної травматизації у дітей та дорослих, постраждалих від терористичних актів у ході війни:

– у 33,00 % вибірки досліджуваних невілювалися періодичні мимовільні та нав'язливі неприємні спогади про травмивну подію;

– у 40,00 % зменшились проблеми із засинанням, зникли неприємні сни, зміст яких пов'язаний з травмивними епізодом;

– 28,00 % учасників вказали на послаблення симптому уникнення зовнішніх нагадувань (людей, місць, розмов, діяльності, об'єктів, ситуацій), що викликали неприємні спогади, думки й почуття, які стосуються безпосередньо травмивної події;

– у 73,00 % посилювався чи відновився інтерес та/або залученість до значущої діяльності.

В індивідуальних бесідах дорослі клієнти відзначали ряд позитивних ефектів, непередбачених у стандартизованих самозвітах: відновлення віри в себе, у свої сили й можливості, здатність побачити позитивні перспективи власного майбутнього, переоцінка пережитих труднощів як поштовху для посилення й розвитку, «примирення» з тим, що сталося тощо. Все це дає можливість розглядати пісочну терапію як додатковий метод для подолання дисоціації особистості, корекції світогляду та Я-образу, деформованого травмою.

Практичний досвід використання методу «Сендплей» у психотерапевтичній роботі з різними категоріями дітей та дорослих, постраждалих у ході повномасштабного вторгнення (учасниками військових дій, внутрішньо переміщеними особами, особами, що постраждали внаслідок терористичних атак здійснюваних ворогом), демонструє достатню ефективність у корекції широкого спектру симптомів ПТСР та інших негативних ефектів травматизації. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у з'ясуванні додаткових можливостей методу «Сендплей» у подоланні наслідків психотравми (зокрема, врегулюванні когнітивного компоненту свідомості та адаптивності Я-образ підлітків та дорослих до подій), у розробці відповідної методологічної та емпірично-доказової бази. Це надасть можливість впроваджувати нові індивідуальні та групові програми з використанням методу «Сендплей» для відновлення психологічного здоров'я населення в українському суспільстві.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Пророк Н., Запорожець О., Креймеєр Д., та ін. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. / заг. ред.: Н. Пророк. Київ, 2018. Том 1. 208 с.
2. Ammann R. Healing and Transformation in Sandplay : Creative Processes Become Visible. La Salle, IL: Open Cort, 1991. 283 p.
3. Armstrong S. A. Sandtray therapy: A humanistic approach. Ludic Press, 2008. 180 p.
4. Kalff D. M. Sandplay, a psychotherapeutic approach to the psyche. Santa Monica, CA: Temenos Press, 2003. 194 p.
5. Turner B. A. The Handbook of Sandplay Therapy. Cloverdale, CA: Temenos Press. 752 p.
6. Wiersma J. K., Freedle L. R., McRoberts R., Solberg K. B. A meta-analysis of sandplay therapy treatment outcomes. *International Journal of Play Therapy*, 2022. Vol. 31(4). P. 197–215. URL: <https://doi.org/10.1037/pla0000180>