

Ефективні програми психологічної реабілітації учасників АТО.

За матеріалами Н. Чаплинської
Івано-Франківськ 10 травня 2018

Глосарій:

- **Реабілітація** (походить від лат. *rehabilitatio*) - комплекс медичних, педагогічних, професійних і юридичних заходів, спрямованих на відновлення здоров'я та працездатності осіб з обмеженими фізичними й психічними можливостями внаслідок перенесених травм та захворювань.
- **Абілітація** — система заходів та соціальних послуг, спрямованих на опанування особою знань та навичок, необхідних для її незалежного проживання в соціальному середовищі: усвідомлення своїх можливостей та обмежень, соціальних ролей, розуміння прав та обов'язків, уміння здійснювати самообслуговування.

Завдання

- Іноді психологічні травми можуть бути більш небезпечні, ніж травми фізичні — вони здатні нашкодити здоров'ю і життю самих солдатів, а також тих, хто їх оточує.
- Завданням діяльності психологічних та соціальних спрямувань є сприяння воїнам та ветеранам АТО повернутися до мирного життя, адаптуватися знову до життя у суспільстві, у сім'ї та у колективі.

- Багато бійців повернуться із зони АТО з величезним багажем психологічних переживань, зміною стилю поведінки у порівнянні до війни, що безпосередньо пов'язано з бойовими рефлексами, які боєць придбав в результаті небезпечних для життя ситуацій.
- Для цього потрібна успішна психологічна реабілітація та абілітація, яка ґрунтується на трьох основних діях — спілкуванні, прийнятті ветерана таким, яким він є і допомозі фахівців.

Завдання: спробувати навчитись розібратись у собі, навчитись жити у гармонії з самим собою і з оточуючи навіть після важких бойових дій.



Пам'ятайте:

боєць, який повернувся із зони бойових дій, - це вже інша людина, яка отримала унікальний досвід. Його потрібно прийняти разом з новими поглядами, знайомствами, проблемами, страхами і, можливо, проявами агресії. Повернення до мирного життя може затягнутися, але без любові, турботи, тепла і найголовніше — прийняття сім'ї воно стане практично неможливим.



Пам'ятайте:

Людина, що пройшла війну, стала набагато більш сильнішою, мудрішою і досвідченішою.

Воїн повернувся.

Живий.

Повернувся саме до вас.

Все інше — труднощі, які можна пережити, якщо ви націлені на те, щоб прожити з людиною щасливе життя.

Поради для доброго спілкування з учасниками та ветеранами АТО:



Поради для доброго спілкування з учасниками та ветеранами АТО:

- Наберіться витримки і навчіться робити паузу;
- Поважайте думку мудрої людини;
- Поступово долучайтесь до домашніх справ (для учасника АТО),
- Рідним – поступово долучайте учасника АТО до домашніх справ;
- Спілкуйтесь тихо і доброзичливо;
- Навчіться стримувати емоції та керуйте ними;



■ *Маємо знати:*

- Ваше доброзичливе відношення, терпіння та любов – то запорука доброї і міцної родини, а також дружніх стосунків.

Центр психологічної допомоги учасникам АТО в Івано-Франківській області

■ *Психологи-волонтери*

- Наталія Чаплинська
- Іванна Михайлишин
- Галина Герасимів
- Любов Курилюк

■ **Телефон гарячої лінії:**

■ **098 341 00 42**