

Акопян Юрий Каренович

бакалавр, студент

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ В СИТУАЦИИ ВОЕННОГО КОНФЛИКТА

Аннотация: в ситуациях военного конфликта психологическая поддержка семей просто необходима. От страха и волнения нарушаются важные процессы в организме, которые могут привести к отрицательным проявлениям в здоровье. В данной статье рассмотрим аспекты психологической поддержки семьи во время войны.

Ключевые слова: психологическая поддержка, семья, дети, психика, психологическая помощь, психологическое здоровье, здоровая психика, проблемы семьи, военный конфликт, первая психологическая помощь.

В психологической поддержке особенно нуждаются те семьи, которые проживают в условиях военного конфликта. Постоянные чрезвычайные ситуации заставляют население жить в тревоге, что отрицательно влияет на психику семей.

Охрана психологического здоровья – важная область деятельности, чья работа направлена на повышение уровня жизни населения и поддержку здоровья.

В ходе чрезвычайной ситуации создаются угрозы, влияющие и изменяющие следующие аспекты жизни человека:

1. Условия жизни.
2. Безопасность жизни.
3. Экономическое положение.
4. Окружающая среда.
5. Психика человека.
6. Здоровье человека [4].

Военный конфликт – это чрезвычайная ситуация искусственного происхождения, которая способна оказывать разрушительное воздействие на жизнь

людей. В результате военного конфликта люди могут погибнуть, получить увечья, дети остаться сиротами, быть подвергнуты насилию, лишиться дома и имущества, привычного образа жизни.

Например, если проанализировать чрезвычайные ситуации в связи с военными действиями в Донецкой и Луганской Народных республиках, можно заметить, что был организован Международный стандарт психологического здоровья и помощи. И если при исследовании некоторые показатели тех или иных лиц отклонялись от нормы, то к ним применялись специальные методы ликвидации проблем с психикой.

В период военных операций на той или иной территории причиной психических потрясений населения могут быть:

1. Пережитое потрясение.
2. Утраты близких и имущества.
3. Неопределенность положения.
4. Неуверенность в будущем.
5. Проблемы, вызывающие травматический стресс [1].

Психологическая помощь населению будет организована в соответствии со следующими группами в социуме:

1. Индивидуальный человек (здоровье, возраст, черты характера, способности).
2. Семья (члены семьи, отношения в ячейке общества).
3. Общество (ценности и моральные нормы, принятые в социуме).

Проблемы индивида связаны с чувством отчуждения от других людей, а так как общение – это один из главных потребностей человека, отсутствие которого отрицательно повлияют на психику индивида, тем более если речь идет о жизни в военных конфликтах.

Проблемы семьи, проживающей на территории, где проходят военные операции, связаны с рисками расторжения браков, недопониманий, агрессии членов малой ячейки общества.

Проблемы социума в ситуации военного конфликта проявляются в виде разрушения систем доверия, смены авторитетов, норм поведения. Важным фактором снижения социальных проблем является доступность удовлетворения базовых потребностей: в пище, воде, тепле, безопасности, медицинской помощи.

Данные проблемы в этих трех сферах имеются всегда, однако в ситуациях военного конфликта чувства у индивидов особенно обострены, что заставляет их принимать все происходящее очень болезненно.

Основными факторами являются:

1. Психологические компоненты (поведение и черты характера индивидов);
2. Социальные компоненты (окружение человека) [3].

Оказание психологической помощи человеку, живущему в условиях военных конфликтов, можно произвести по следующим признакам:

1. Обеспечение полного соблюдения прав человека.
2. Оказание поддержки внутрисемейных положительных отношений и помощь в их оказании.
3. Оказание помощи должно совершаться по выработанному плану с поставленной целью, чтобы не усугубить ситуацию.
4. Создание форм стабильной психологической помощи.

Так, выделим последовательность, по которой наиболее рационально будет происходить оказание психологической поддержки семьям, находящимся на территории военных конфликтов:

1. Анализ эмоционального состояния людей путем наблюдения и с помощью проектных методов.
2. Проведение психологических бесед и занятий, целью которых являются снятие эмоционального напряжения и развитие позитивного настроения.
3. Создание консультирующих кружков, где все желающие могут общаться между собой, оказать друг другу психологическую помощь [2].

Результаты психологической работы с кризисными пациентами показали, что посттравматическое расстройство не всегда развивается у людей, перенесших чрезвычайную ситуацию. Чаще всего люди переживают период

посттравматической тревоги, во время которого могут быть нарушения сна, страхи, навязчивые воспоминания и др., но эти симптомы не усиливаются, не приобретают устойчивый характер.

Для детей организуются отдельные кружки на базе школ, детских садов, больниц. Места работы с детьми оснащены игрушками, наборами для творчества; на эти места часто приезжают психологи и работают с молодым поколением.

Таким образом, правильно организованная психологическая помощь семьям, находившимся на территории, где проходили военные действия, улучшает взаимоотношения, способствует восстановлению нарушенной психики индивидов и исключает конфликты между людьми.

Список литературы

1. Максименко Е.Г. Психология самодепривации личностного развития субъекта: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Е.Г. Максименко. – Киев, 2017. – 705 с.

2. Денисенкова Н.С. Взаимосвязь стратегии поведения в конфликтной ситуации и социометрического статуса дошкольника в группе сверстников / Н.С. Денисенкова // Психологическая наука и образование. – 2014. – Т. 6, №4. – С. 106–117.

3. Куфтяк Е.В. Стратегии защитно-совладающего поведения детей в контексте психологического здоровья / Е.В. Куфтяк, А.П. Лебедев, А.А. Реунова // Медицинская психология в России. – 2017. – №1. – С. 1–14.

4. Куфтяк Е.В. Психологические защиты и копинг-стратегии как факторы адаптации дошкольников / Е.В. Куфтяк, А.А. Реунова // Ломоносов-2017: сборник материалов конференции. Секция: Психология развития и возрастная психология. – С. 1–3.