

## **ИНТЕГРАТИВНАЯ МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

Малыхина Г.А., Каньшина Е.А.

Казенное общеобразовательное учреждение Воронежской области

«Борисоглебский кадетский корпус», г. Борисоглебск

Актуальность разработки модели психологической реабилитации связана с тем, что с одной стороны, большинство специалистов в области психологии используют в своей практике различные коррекционно-профилактические методы, а с другой — сама идея сочетания данных методов некоторым психологам кажется дискуссионной.

Согласно общепринятому определению, психологическая реабилитация является системой специфических мероприятий, направленных на восстановление и коррекцию психологических функций, качеств и свойств личности, создание благоприятных условий и мотивации к отказу от вредных привычек, мотивацию пациента к жизнедеятельности и труду, профилактику негативных психических состояний, обучение пациента способам психологической саморегуляции развития и успешного функционирования в обществе и в конечном счете, достижение психосоциальной адаптации. (Зенцова, Н. И., 2015) Считаем данное определение точным и практически значимым.

Исходя из задач, вытекающих из определения возможно сконструировать интегративную модель психологической реабилитации. В зависимости от проблем клиента, их может быть очень много. Нам показалась интересной и практически применимой для работы с детьми модель интегративной реабилитации «7 потенциалов», разработанная в рамках направления «Психология здоровья» на базе кафедры клинической психологии Санкт-Петербургского РГПУ им. А.И. Герцена под руководством профессора В.А. Ананьева. (Сорока С.К., 2018). С нашей точки зрения, предложенная модель может быть использована не только для комплексной реабилитации зависимых

от психоактивных веществ (именной с этой целью он изначально разрабатывалась), но и для всех категорий лиц, нуждающихся в психологической реабилитации.

Основными принципами данной модели являются: единство психологических, социально-психологических и социальных методов воздействия; постепенность и ступенчатость реализации реабилитационных мероприятий; достижения улучшения стабилизации психологического здоровья человека, нуждающегося в реабилитации.

Постепенность и ступенчатость реализации реабилитационных мероприятий способствует изменению позиции клиента, которая в результате психологической работы должна эволюционировать следующим образом:

1. «Скажи, что мне делать»;
2. «помоги мне»;
3. «я справлюсь сам, будь рядом».

Реабилитационному психологу не следует подменять (замещать) естественные механизмы совладания со сложной жизненной ситуацией. Если же эти механизмы неэффективны, проектируются индивидуальные пути помощи. (Щербакова, А. М., 2012).

С нашей точки зрения элементы модели, которая нас заинтересовала и ее структурные элементы могут использоваться на разных этапах помощи клиентам и в различной последовательности.

Необходимо отметить, что принципиально важное отличие данной интегративной модели заключается в том, что основной целью реабилитации в ней признаётся не достижение длительной ремиссии, но кардинальная трансформация личности человека и интеграция его нового, приобретённого в ходе этого процесса опыта в жизнь. Программа реабилитации предполагает воздействие на все потенциалы развития человека, проходящего психологическую реабилитацию.

Опишем ориентировочные этапы на примере психологической реабилитации учащихся с эмоциональными нарушениями.

На первом этапе (диагностическом) устанавливается доверительный контакт с ребенком; диагностируются личностные особенности, наличие эмоциональных нарушений; организуется исследование особенностей межличностных отношений, и диагностика наличия ресурсов помощи в социальном окружении учащегося.

После выполнения всех диагностических процедур организуются реальные и/или виртуальные (если происходит моделирование ситуаций) действия, которые нацелены на решение проблемы и преодоление основополагающих проявлений эмоций клиента и оснований, которые способствуют появлению нарушений в эмоциональной сфере; осуществляется психологическая коррекционная работа, которая включает в себя систему методов, направленных на коррекцию эмоциональных нарушений и воспитание правильной модели поведения; формируется способность к саморефлексии; организуется работа по профилактике конфликтности и снижению личностной и ситуативной тревоги.

На третьем этапе осуществляется сопровождение учащихся в процессе работы над своими эмоциями.

На четвертом этапе (аналитическом) – анализируются и прогнозируются вероятности возникновения дальнейших затруднений социально-психологического генеза и методов их коррекции.

Ориентируясь на интегративную модель возможно предложить следующие технологии психологической реабилитации:

1) психотехнологии, которые нацелены на вытеснение неконструктивных чувств и эмоций;

2) техники осознанности (для преодоления данных негативных переживаний, следует научиться видеть, чувствовать других людей, а не свою проекцию на них);

3) приемы, которые направлены на повышение личной автономности учащегося, воспитание ответственности за свои поступки действия, избавление от используемых неконструктивных паттернов поведения.

Отличные результаты в психологической реабилитации данной модели дает применение приемов и методик когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). Основная идея данного подхода состоит в том, что основополагающей работой должна стать переработка информации. (Щербакова, А. М., 2012)

На каждого человека воздействуют множество стрессовых факторов, которые способствуют появлению разнообразных чувств в качестве автоматической ответной реакции. В данном случае может возникать автоматическая реакция чаще всего негативная, иногда даже катастрофичная. Неконструктивные мысли и дальнейшие поступки способствуют ухудшению их самочувствия, образуя порочные круги: негативные чувства, как правило, подталкивают к нереалистичным, негативным мыслям и поступкам.

Следовательно, цель реабилитации должна быть нацелена на разрыв данного порочного круга путем осознания и понимания того, что, во-первых, чувства, мысли и поступки взаимосвязаны, и во-вторых, выработка стратегии наиболее конструктивных паттернов мышления и поведения скажется на возникновении позитивных чувств.

Таким образом, объединенные в единую модель, психологические методики выполняют роль социально-рациональной психотерапии, позволяющей клиентам быть более мотивированными на взаимодействие со специалистами, лучше приспосабливаться к социуму, к взаимодействию с близкими; активизировать и развивать понимание себя и позитивную часть в себе, противостоящую негативной.

## **Литература**

1. Зенцова, Н. И. Психологическая реабилитация в структуре медико-социальной помощи / Н. И. Зенцова, К. В. Мубаракова // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 17. – С. 212-215.

2. Сорока С.К., Сорока А.С. Интегративная модель комплексной реабилитации зависимых от психоактивных веществ:

URL:[www.litres.ru/aleksey-soroka/integrativnaya-model-kompleksnoy-reabilitacii-zavisimyh-ot-psihoaktivnyh-veschestv/chitat-onlayn/](http://www.litres.ru/aleksey-soroka/integrativnaya-model-kompleksnoy-reabilitacii-zavisimyh-ot-psihoaktivnyh-veschestv/chitat-onlayn/) (дата обращения: 15.07.2023).

3. Щербакова, А. М. Психологическая реабилитация: содержание деятельности и подготовка специалистов / А. М. Щербакова // Клиническая и специальная психология. – 2012. – № 1. – С. 108-120.