


**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**
«ЦЕНТР РЕАБИЛИТАЦИИ СЛЕПЫХ»
ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ИНВАЛИДОВ
«ВСЕРОССИЙСКОЕ ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ОБЩЕСТВО
СЛЕПЫХ»

УТВЕРЖДАЮ
Ген. Директор ЦРС ВОС
Степанов С.И.
« 16 » *сентября* 2024 г.



**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ ПО
ЗРЕНИЮ (УЧАСТНИКОВ СВО)**

Категория обучающихся:
участники СВО

Составитель:
педагог психолог ЦРС ВОС
Мальшева О.М.

Волоколамск
2024 г.

Пояснительная записка

Организация психологической работы с участниками СВО, ставшими инвалидами по зрению, является важной частью реадаптирующей среды, способной удовлетворить специфические потребности данной категории лиц с ограниченными возможностями по зрению для их социальной адаптации и интеграции в современное общество. Потеря зрения, полная или частичная, всегда является травматическим событием, но в данном случае психологическая травма усугубляется негативными последствиями военных событий, что значительно затрудняет социальную и психологическую реабилитацию.

Большинство инвалидов по зрению, участников боевых действий, подвержены ПТСР. Комбатанты стали непосредственными свидетелями ужасов войны, смертей боевых товарищей, претерпели невзгоды и лишения, способные выбить из колеи любого нормального человека с самой крепкой психикой. Оказавшись на месте боевых действий, человеку было жизненно необходимо перестроить весь свой жизненный стиль поведения, пересмотреть систему ценностей, отношение к себе и к окружающему миру, повысить уровень бдительности и скорость реакций. Это потребовало колоссальных психических, физических и энергетических затрат от человека. Внезапное ранение и потеря зрения безмерно усугубили состояние участника СВО, привели его к глубокой инвалидизации. У подавляющего большинства комбатантов, ставших инвалидами по зрению, оказавшихся в мирных условиях, к сожалению, закрепляются основные клинические симптомы ПТСР:

1) сверхбдительность, проявляющаяся в виде постоянного физического и психического напряжения человека с ограниченными по зрению возможностями, мешающая адекватно воспринимать и контролировать окружающий мир вслепую;

2) преувеличенная реакция, формирующая и закрепляющая свойство реагировать на окружающих излишне и неоправданно эмоционально;

3) притупленность эмоций как психологическая защита, в результате которой становится трудно устанавливать близкие и дружеские связи с окружающими, входить в социальное и личное общение и сохранять его;

4) агрессивность, проявляющаяся в стремлении решать любые проблемы с помощью физической силы и психологического давления;

5) нарушение памяти и концентрации внимания, неспособность сосредотачиваться;

6) общая тревожность, нервное истощение, которые проявляются в психосоматических симптомах (бессоннице, спазмах сосудов, головных болях, болях другого вида и т.п.), необъяснимых страхах, в боязни преследования, в

эмоциональных переживаний в виде чувства вины и стыда, неуверенности в себе, сбитой самооценке;

- 7) отрицание каких бы то ни было проблем;
- 8) злоупотребление наркотическими и лекарственными веществами;
- 9) навязчивые воспоминания, ночные кошмары, галлюцинации;
- 10) мысли о самоубийстве, «вина выжившего»;
- 11) депрессия.

Все это говорит об острой необходимости психологической реабилитации данной категории инвалидов по зрению.

Задачи психологической реабилитации человека, потерявшего зрение в ходе СВО:

- 1) помочь принять ситуацию;
- 2) помочь найти смысл жизни в состоянии потери зрения после произошедших событий;
- 3) помочь интегрироваться в современное общество.

Комплексная программа психологической реабилитации инвалидов по зрению (участников СВО) предполагает следующие **этапы психотерапии**:

- 1) установление контакта;
- 2) детальное рассмотрение индивидуальной картины ПТСР, психологическое тестирование с целью углубленного изучения особенностей личности и построения наиболее продуктивного плана психологической работы;
- 3) работа с эмоциональным состоянием;
- 4) проработка травмирующих воспоминаний;
- 5) формирование нового взгляда на сложившуюся ситуацию (принятие жизненного опыта и инвалидности, осознанность, желание интегрироваться в современное общество).

Психокоррекционная программа работы с инвалидами по зрению (участниками СВО) – это практическая программа, которая позволит участнику боевых действий, потерявшему зрение, улучшить свое эмоциональное состояние, решить проблему социальной адаптации, создать условия для выхода из кризисной ситуации, научиться управлять собственным поведением в конфликтных и повседневных ситуациях, анализировать свое психологическое состояние, находить адекватные способы реагирования на высокое внутреннее напряжение, перенаправить свои эмоции в позитивное русло, сформировать навыки конструктивного общения, строить ближайшие и перспективные планы.

Методы и формы психологической работы:

- 1) индивидуальная психокоррекция (когнитивно-поведенческая терапия, телесно-ориентированная терапия, ДПДГ, арт-терапия, НЛП, гипноз Дэвида Гроува, индивидуальное обучение техникам расслабления и саморегуляции психического и соматического состояния через техники глубокого дыхания, прогрессивную мышечную релаксацию, спонтанное расслабление и т.п.);
- 2) групповая терапия (социально-психологический тренинг-программа прилагается);
- 3) групповая программа психофизической коррекции и профилактики стрессовых состояний после потери зрения (программа прилагается);
- 4) группы самопомощи;
- 5) женская группа для женщин-участниц СВО (программа прилагается)

Учебно-тематический план курса психологической реабилитации инвалидов по зрению (участников СВО)

№	Содержание программы	Количество часов
1.	Знакомство, обсуждение плана работы.	1 час
2.	Тестирование ММРЛ.	2 часа
3.	Индивидуальная работа (когнитивно-поведенческая терапия, телесно-ориентированная терапия, ДПДГ, арт-терапия, НЛП, гипноз Дэвида Гроува, индивидуальное обучение техникам расслабления и саморегуляции психического и соматического состояния через техники глубокого дыхания, прогрессивную мышечную релаксацию, спонтанное расслабление и т.п.).	18 часов
4.	Социально-психологический тренинг.	40 часов
5.	Программа психофизической коррекции и профилактики стрессовых состояний после потери зрения.	50 часов
		Всего от 111 часов

Примечание

1. Для женщин, участниц СВО, работает «Женский клуб» (40 часов).
2. При необходимости (наличии участников СВО в заезде более 3-х человек) работает группа самопомощи 1 раз в неделю (9 часов).