



**Концепція психологічної  
допомоги та супроводу  
звільнених з полону та  
членів їх сімей**

# Приципи

**Надання вчасної кваліфікованої допомоги передбачає:**

- індивідуальний підхід до особи звільненої з полону
- взаємодію психолога та психіатра (доказових психотерапевтичних технік та медикаментозного лікування) і залученням фахівців МДК
- Скринінг психологічного стану особи на початку і по завершенню кожного етапу підтримки

# Заходи декомпресії:

- Тактичний дебрифінг** - це спеціальні індивідуальні структуровані бесіди з метою усвідомлення отриманого досвіду
  - відновлення почуття безпеки**
  - психоемоційне та психофізіологічне розвантаження**
- психологічне діагностування** (структуроване клінічне інтерв'ю + психодіагностичні методики для оцінки наслідків кризових та постстресових станів)
- психоосвіта** (роз'яснення реакцій, яких можна очікувати від організму внаслідок травматизації)

**Робота по відновленню контролю над своїм життям**

**Робота направлена на редукцію симптоматичних проявів**

(психокорекційні заходи щодо зменшення та формування механізмів відреагування симптомів вторгнення, дисоціативних та фізіологічних реакцій, уникання, пов'язаних з травматичною подією; ознайомлення та навчання технікам самодопомоги)

**Травмо-фокусована психотерапія** (психотерапевтична робота з почуттям провини та сорому, «синдромом того, хто вижив», негативними переконаннями щодо себе, відновлення цілісності Я, повернення довіри до людей та навколишнього середовища, формування здорового рівня відповідальності та самоцінності)

**застосування методів SERE психології** щодо психологічної складової в процесах виживання

# Надання психологічно-консультативних послуг членам родин визволених з полону

**Це окремий напрямок, який передбачає роботу з родинами з моменту отримання інформації про потрапляння в полон включає в себе**

- психологічну підтримку
- психопросвітницька діяльність щодо стану та можливих реакцій, ознайомлення з принципами комунікації,
- впровадження Копінг-стратегій для підтримки родин в час очікування
- роботу на випередження виникнення ризиків, пов'язаних з впливом іпсо, дезінформацією та ймовірною експлуатацією стороною противника.

# Постізоляційний супровід

продовження психологічного супроводу за межами лікувального чи реабілітаційного закладу, формування мотиваційного компоненту, пошук нових сенсів, вибудовування концепції найближчого майбутнього з урахуванням та інтеграцією травмуючого досвіду

# Акція на Михайлівській площі

На Михайлівській площі в Києві провели перформанс до Міжнародного дня насильницьких зникнень

Актори показали, в яких умовах утримують українських цивільних у РФ. Кожна сцена була розіграна на основі свідчень реальних в'язнів, які побували в ув'язненні в агресора.

На акції також були присутні родичі цивільних в'язнів.



# Подяки

**Олена Сек, Наталья Зарецька, Ігор Дубінін, Ксенія Возніцина,  
Володимир Петухов, Марта Пивоваренко**

**і всі відповідальні психологи та психіатри, які дійсно  
борються на своєму фронті збереження психічного здоров'я  
Захисників, Захисниць і всіх українців.**