

Чабан М., студент.

Науковий керівник: Гаврилова О.В,
кандидат педагогічних наук, доцент
ВП «МФ КНУКіМ», м. Миколаїв

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТУРИЗМ ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВОЇНІВ АТО

Формуванню психічних патологій у військовослужбовців при веденні воєнних дій сприяють такі фактори: потреба вижити в обстановці смертей і руйнувань, почуття провини перед загиблими, негативні враження, морально-психологічна невідповідність, страх не впоратися з обов'язками, невизначеність і дефіцит інформації, порушення режимів сну, відпочинку та харчування, хвороби, травми і поранення, відсутність у колишньому досвіді запасу можливих відповідних реакцій тощо. При веденні бойових дій у 75% військовослужбовців можуть розвиватися короточасні психологічні стресові реакції, супроводжувані частковою або повною втратою боєздатності.

Виходячи з вищевикладеного, надання психологічної допомоги військовослужбовцям має бути у пріоритеті наряду із фізичною реабілітацією. Порушення психічної рівноваги не тільки завдає шкоди здоров'ю людей, але у ряді випадків вимагає значного часу на реабілітацію. Досить відзначити, що відновлення психофізіологічних функцій у військовослужбовців, які отримали бойові поранення в Афганістані, закінчувалося тільки через 2-3 місяці після виписки зі шпиталів, тих, хто був свідком загибелі своїх товаришів і сам «дивом залишився живий» відновлювались через 3-5 років.

Військові, що повернулися з АТО часто стикаються з відсутністю громадської вдячності за чесно виконаний військовий обов'язок. Вони істотно відрізняються від людей з мирних територій. У них зовсім інша система моральних цінностей, інший рівень духовного розвитку, при якому загострюються інтуїтивні відчуття нещирості відносин, фальші, корисливих спрямувань у ставленні до них.

Психологічна реабілітація – це система психологічних, психолого-педагогічних, соціально-психологічних заходів, спрямованих на відновлення або компенсацію порушених психологічних функцій, станів, особистого і соціального статусу людей, які отримали психічну травму. Метою психологічної реабілітації є надання військовослужбовцю допомоги у відновленні оптимального психічного здоров'я для продовження професійної діяльності у мирний час.

Психологічний туризм вченими розглядається як «технологія відновлення і збереження психологічного здоров'я сучасної людини. Це технологія, яка відновлює духовні сили, зміцнює волю, гармонізує енергетичну структуру особистості людини, створюючи, тим самим, сильну, здорову, цілеспрямовану, невіддільну обставинам людину» [1].

Ми дотримуємось визначення Подмаркової І.П., яка розглядає психологічний туризм як «особливий інноваційний вид туризму, що доповнює традиційний турпродукт професійним психологічним супроводом і дозволяє забезпечити не тільки фізичне відновлення організму людини, але й відновлення та / або розвиток її психологічних ресурсів» [2].

Психологічний туризм – це вид відпочинку, коли під час подорожі клієнта супроводжує практикуючий психолог або група психологів-організаторів, які забезпечують програму подорожі і виступають гарантом її проведення. Вони наповнюють програму культурно-масовими заходами (відвідування храмів, культурних та історичних центрів), а також пропонують майстер-класи, семінари або тренінги для духовного та особистісного зростання під час відпочинку. Як правило, тематика тренінгів обговорюється до початку подорожі. Вона може не значно змінюватися, якщо на виїзді у групи є потреба у доповненні або заміні модулів навчання.

Психологічний туризм – перш за все це новий вид відпочинку з глибинним зануренням у ресурсні стани психіки, який виник на перетині захопленості людьми подорожами і психологією, тут переплітається відпочинок (подорож) і розвиток.

Психологічний туризм поєднує одночасно три види діяльності, які корисні і дуже ефективні:

- 1) відпочинок, як спосіб розслабитися і відновити сили;
- 2) психологічна розвантаження в супроводі професіоналів;
- 3) саморозвиток.

Сьогодні є безліч форм психологічного туризму: подорожі в гори з провідником і психологом, поїздки на різні курорти, де відпочинок супроводжується цікавими тренінгами; еко-туризм, де людина занурюється в природу і одночасно вчиться емоційному самоконтролю; цивілізований туризм у сучасних містах з екскурсійною програмою, що супроводжується тренінгом.

Ідеальний психологічний туризм це об'єднання відпочинку і подорожей цікавими місцями з самопізнанням. За короткий час людина може, як добре відпочити, так і навчитися, наприклад, медитації, комунікабельності, енергетичному диханню і т.д.

Як правило, після правильно підбраного курсу по поверненню додому

людина відчуває прилив енергії, сил, емоційно, фізично і духовно оновлюється, наповнюється свіжими ідеями і готовністю творити і досягати нових цілей. Поліпшується атмосфера як у сім'ї, так і на роботі, адже саме сприйняття життя змінюється, енергетичні ресурси організму відновлюються, неефективні стратегії поведінки коригуються.

Література:

1. Дугельная Т. Психологический туризм – дань моде или отдых на все 100% [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vedeart.com/articles/140-psikhologicheskij-turizm-dan-mode-ili-otdykhna-vse-100.html>
2. Подмаркова И. П. Анализ опыта и перспектив развития психологического туризма в Украине / И. П. Подмаркова // Вісник ДІТБ. - 2013. - № 17. - С. 168-173. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/vditb_2013_17_30.pdf