**Краевое государственное автономное учреждение социального обслуживания «Приморский центр социального обслуживания населения»**

**Лесозаводский филиал**

# «Вместе - сильнее!»

**Проект программы психологического сопровождения семей участников СВО: предупреждение психологических срывов, профилактика зависимостей и суицидального поведения в отделениях дневного пребывания**

**2025 год**

## Содержание


| | Стр |
|---|---|
| **Пояснительная записка:** | **3** |
| **Актуальность программы** | **3** |
| **Целевая группа** | **4** |
| **Цель и задачи программы** | **4-5** |
| **Формы и методы работы** | **5** |
| **Условия и порядок оказания услуг по психологическому сопровождению** | **5** |
| **Содержание программы:** | **6** |
| **Этапы реализации программы** | **6** |
| **Направления деятельности и их содержание** | **6** |
| **Методы диагностики и консультирования** | **7** |
| **Ресурсное обеспечение программы** | **8** |
| **Прогнозируемые результаты и оценка эффективности** | **9** |

## Пояснительная записка

### Актуальность программы

В 2022 году наша страна была вынуждена вступить в специальную военную операцию (СВО) для защиты территории и населения России. Военные конфликты приводят не только к победам и поражениям, но и оставляют неизгладимый след в обществе в целом. Жестокость, насилие, страх – коллективная травма, которая выходит на первый план и требует «лечения»: ведь у тысячи морально покалеченных военных и добровольцев может развиться посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – это психическое расстройство, которое возникает как затяжная или отложенная реакция на стрессовые события или ситуации, представляющие угрозу жизни и благополучию человека.

Участники военных действий могут видеть сны, связанные с боевыми действиями и травматическими событиями. Они могут быть настолько реалистичными, что человек просыпается в поту, с чувством панического страха, крика и т. д.

Постоянное ощущение опасности, повышенная тревожность и нервозность, острая реакция на громкие звуки. Гипервозбудимость часто сопровождается раздражительностью, внезапными вспышками гнева и неспособностью расслабиться, постоянным напряжением мышц.

Специфические триггеры. Конкретные запахи (горючего, пороха), виды транспорта (танки, вертолеты), или даже определенные типы пейзажей (например, пустынные районы) вызывают воспоминания о травматических событиях. Эти триггеры могут внезапно напомнить о пережитом стрессе и вызвать приступы паники/сильного страха.

Эмоциональная онемелость. Утрата способности испытывать радость, чувство изолированности, проблемы с установлением эмоциональных связей.

Человек ощущает себя оторванным от окружающих, не в состоянии наслаждаться теми вещами, которые раньше приносили удовольствие.

Недостаточно выжить на войне – главное, - выжить после. ПТСР как проблема участников СВО имеет следующие негативные последствия:

- ✓ Напряжение в семьях, разрушение отношений
- ✓ Передача посттравмы родным
- ✓ Умопомешательство, суицидальный итог
- ✓ Алкоголизм, запрещенные вещества.

Как итог – неблагополучная семейная обстановка и дисгармония семейных отношений.

Масштабы нынешней специальной военной операции превосходят другие военные столкновения, в которых участвовала наша страна в новом тысячелетии. Следовательно, и людей, которым необходима помощь, будет гораздо больше. И это должно стать одним из приоритетных направлений социальной политики нашего государства. Поэтому актуальность нашего проекта бесспорна.

**Целевая группа**

Участники СВО, имеющие признаки посттравматического стрессового расстройства, а также члены их семей.

**Цель программы**

В качестве цели сформулирована разработка и создание условий для предупреждения психологических срывов, профилактики зависимостей и суицидального поведения участников СВО и членов их семей. Разработать и создать такие условия возможно в отделениях дневного пребывания, создаваемых на базе филиалов КГАУСО «ПЦСОН».

**Задачи**

1) провести анализ текущего состояния психоэмоционального здоровья участника СВО и членов семьи;

2) организовать тренинги и семинары по профилактике зависимостей и суицидального поведения;

3) создать сеть поддержки для семей участников СВО, включая психологическую помощь;

4) разработать информационные материалы о доступных ресурсах («Психолог рядом!») и поддерживающих структурах: реабилитационных центрах, отделениях дневного пребывания при КГАУСО «ПЦСОН», клубах «Мы вместе!»;

5) провести анализ результативности и эффективности программных мероприятий.

**Формы работы**

1) Индивидуальная (психодиагностика, индивидуальные занятия, консультация, консультационный инструктаж, индивидуальная помощь, сопровождение);

2) Групповая (практические занятия, клубная работа).

**Условия и порядок оказания услуг по психологическому сопровождению**

Основными условиями оказания услуги являются:

- добровольное согласие на проведение психологических сессий и супервизий;

- отсутствие медикаментозного лечения и противопоказаний (отсутствие заболеваний в острой, подострой стадии и хронических в стадии обострения и декомпенсации, требующие активного медицинского вмешательства);

- готовность получателя услуг к сопровождению.

Порядок оказания услуги:

1) подача заявления;

2) собеседование с психологом для определения формы сопровождения, диагностика психологического состояния;

3) составление плана психологического сопровождения;

4) оказание услуг по сопровождению (до 6 месяцев);

5) итоговая диагностика и постсопровождение (по мере необходимости – до 1 года).

## Содержание программы

### Этапы реализации программы

Организационный этап – июнь-июль 2025 года

Практический этап – август 2025-август 2026 года

Аналитический этап – сентябрь-октябрь 2026 года

*По итогам аналитического этапа возможно внедрение программы бессрочно в деятельность КГАУСО «ПЦСОН» при условии достаточного кадрового обеспечения.*

### Направления деятельности и их содержание

| № п/п | Основные мероприятия | Сроки исполнения | Исполнители |
|---|---|---|---|
| **Организационный этап** | | | |
| 1 | Подготовка ресурсного (кадровое, материально-техническое, нормативно-методическое) обеспечения деятельности службы сопровождения и создание отделений дневного пребывания | Июнь-июль 2025 | |
| 2 | Разработка методических и информационных материалов по психологическому сопровождению | Июнь-июль 2025 | |
| 3 | Выявление участников целевой группы, нуждающихся в психологическом сопровождении, пополнение банка данных | Постоянно | |
| 4 | Разработка индивидуального плана сопровождения (ИПС) в соответствии с результатами входного тестирования и диагностики | Август 2025 и по мере поступления обращений | |
| **Практический этап** | | | |
| | **Направления психологического сопровождения** | | |
| 5 | Входная диагностика | | |
| 6 | Психологическое консультирование | Согласно плану ИПС и по запросу | |
| 7 | Обучение основам аутотренинга | | |
| 8 | Индивидуальные занятия. Терапия | | |
| 9 | Промежуточная психодиагностика и супервизии | 1 раз в месяц По запросам | |
| 10 | Семейное консультирование | Согласно | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | плану ИПС и по запросу | |
| 11 | Групповая терапия | Согласно плану ИПС и по запросу | |
| 12 | Группы самопомощи получателей социальных услуг, группы самопомощи родственников людей, имеющих ПТСР, телефоны доверия. Цель создания подобных групп – взаимоподдержка со стороны людей, оказавшихся в сходной ситуации, обмен опытом при решении проблем. | По запросам | |
| 13 | Поздравление с днем рождения и к праздничным датам. Вовлечение в активное жизненное общение. Волонтерство. | В течение года | |
| **Аналитический этап** | | | |
| 14 | Мониторинг эффективности реализации программных мероприятий, оценка соответствия достигнутых и ожидаемых результатов | 1 раз в полугодие | |
| 15 | Промежуточный анализ результатов реализации Программы | Январь 2026 | |
| 16 | Итоговый анализ результатов реализации программы | Сентябрь-октябрь 2026 | |

**Методы диагностики и консультирования**

Начальным моментом оказания психологической помощи участникам боевых действий является диагностика вида и уровня психологических последствий его участия в войне.

✓ Психодиагностика: инструменты оценки психоэмоционального состояния с помощью опросников и тестов: шкала Бека и шкала Спилбергера, структурированное клиническое диагностическое интервью (СКИД) и Шкала для клинической диагностики ПТСР, Шкала оценки влияния травматического события (ШОВТС), Миссипская шкала для оценки посттравматических реакций (военный вариант), Миннесотский многофакторный личностный опросник, опросник травматического стресса И. О. Котенева, шкала оценки интенсивности боевого опыта, краткая шкала тревоги, депрессии и ПТСР (Б. Харт) для выявления уровня стресса и тревожности.

✓ Семейное консультирование: использование генограмм для визуализации семейных связей помогает изучать динамику взаимодействий, разрешать конфликты и обучать эффективному общению. Генограмма – схематическое представление расширенной семьи (включает три поколения муж и жена, дети, родители).

✓ Групповая терапия: создание поддерживающих групп «Мы вместе» для обмена опытом среди участников СВО и их семей способствует уменьшению чувства одиночества и созданию сети поддержки в сложные времена.

**Ресурсное обеспечение программы**

Кадровые ресурсы

| **Должность** | **Содержание деятельности** |
|---|---|
| Заведующий отделением социального обслуживания<br>Психолог | Планирует и координирует деятельность службы социального сопровождения<br>Отслеживает и анализирует результаты работы<br>Разрабатывает предложения и проводит мероприятия, направленные на повышение уровня эффективности и качества работы<br>Определяет объем социальной услуги, форму услуги<br>Координирует и контролирует деятельность специалистов<br>Ведет учетно-отчетную документацию, предоставляет необходимую информацию по запросам |
| Психолог | Консультирует, организует социально-психологическую помощь и поддержку инвалиду и членам его семьи, организует и проводит индивидуальные занятия и консультации, анализирует результаты<br>Занимается выслушиванием, подбадриванием |
| Специалист по социальной работе | Выявляет граждан, нуждающихся в социальном сопровождении<br>Информирует, оказывает консультативную помощь по всем видам социальных услуг, выступает организатором мероприятий, несет ответственность за ведение необходимой документации |
| Водитель автотранспорта | При необходимости |

Материально-технические ресурсы

*Для реализации программных мероприятий имеются материально-технические ресурсы: оборудованные рабочие места специалистов,*

*канцелярские принадлежности, средства связи, офисная и компьютерная техника, автотранспорт, ТСР, спортивные тренажеры.*

Информационные и методические ресурсы

*Для реализации программных мероприятий планируется разработать информационные материалы: памятки, буклеты и сборники. Их создание войдет в организационный этап – июнь-июль 2025 года. Также на этом этапе будут разработаны необходимые методические материалы.*

Для полномасштабного информационного освещения имеется сайт КГАУСО «ПЦСОН».

**Прогнозируемые результаты и оценка эффективности**

Оценка выполняемого проекта требует системного подхода, учитывающего факторы, влияющие на психоэмоциональное состояние участников СВО и членов их семей участников. Ключевыми являются изменения уровня тревожности, стрессов и зависимостей. Используются количественные (анкеты, шкалы) и качественные (интервью, фокус-группы) методы оценки. Непрерывный мониторинг и обратная связь помогут выявлять риски и оптимизировать поддержку. Сравнение групп поможет определить эффективность программ и выработать рекомендации для улучшения социальных услуг.

При реализации программных мероприятий в качестве ожидаемого результата определено следующее:

- создание достаточных условий для комплексной реабилитации участников целевой группы;

- выявление эффективных и результативных форм и методов работы по психологическому сопровождению ПСУ;

- повышение уровня удовлетворенности целевой группы качеством предоставляемых социальных услуг;

- наличие положительных отзывов о результатах программных мероприятий.