

ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК: 159.98:613.86-049.34

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.1/07>

Вишньовський В. В.

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

Періг І. М.

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЙ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Стаття присвячена сучасному стану українського суспільства яке ставить перед психологічною наукою нові виклики. Внаслідок травматичних подій, що мали місце в Україні, виникла нагальна потреба в соціально-психологічній підтримці різних соціальних груп, включаючи дітей, дорослих, сім'ї та родини. В умовах війни психологічне здоров'я стає вразливим, оскільки травматичні події можуть залишити глибокі шрами на психіці, викликаючи тривогу, депресію та інші розлади. Психологічні інтервенції стають важливими інструментами підтримки, що допомагають відновити внутрішній баланс та адаптуватися до нових умов.

Психологічні інтервенції є ключовим засобом підтримки людей, які стикаються з різними психологічними труднощами та розладами. Ці програми спрямовані на зміну мислення, поведінки та емоційного стану клієнта, що дозволяє досягти кращого психічного і емоційного благополуччя. Кризове втручання надає термінову психологічну допомогу, метою якої є повернення особи до адаптивного рівня функціонування та запобігання психопатології.

Основна мета інтервенції полягає у створенні умов для роботи над проблемами, оскільки багато кризових ситуацій не можуть бути вирішені миттєво. Психологічне втручання включає спеціалізовані методи підтримки, такі як психотерапія та психоедукація, які допомагають клієнтам усвідомити свої емоції, управляти ними та формувати здорові стосунки.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним з найпопулярніших методів, що базується на зв'язку між думками, почуттями та поведінкою. КПТ допомагає пацієнтам виявляти і змінювати негативні установки, що веде до покращення їхнього психоемоційного стану. Інші методи, такі як психодинамічна терапія та гештальт-терапія, також сприяють усвідомленню внутрішніх процесів та інтеграції особистості.

Дебрифінг, як форма кризової інтервенції, передбачає організоване обговорення серед групи людей, що пережили стресову подію. Це допомагає зменшити ймовірність серйозних психологічних наслідків, мобілізуючи внутрішні та зовнішні ресурси групи.

Таким чином, психологічні інтервенції є важливими для підтримки психічного здоров'я та соціальної адаптації, допомагаючи людям справлятися з наслідками травматичних подій і покращувати якість життя.

Ключові слова: психологічна інтервенція, психологічна корекція, психологічне консультування, психотерапія, психоедукація, психологічна реабілітація, кризова інтервенція, дебрифінг, психологічне здоров'я.

Постановка проблеми. Сучасний стан українського суспільства ставить перед психологічною наукою та практикою нові виклики. Внаслідок травматичних подій, що мали місце в Україні в останні роки, з'явилася нагальна потреба в соціально-психологічній підтримці та супроводі для різних соціальних груп, а також у психологічній допомозі для окремих осіб, включаючи дітей, дорослих, сім'ї та родини.

В умовах війни, коли людські життя піддаються серйозним випробуванням, психологічне здоров'я стає надзвичайно вразливим. Травматичні події, які люди переживають, можуть залишити глибокі шрами на їхній психіці, викликаючи тривогу, депресію та інші психологічні розлади.

У таких ситуаціях психологічні інтервенції стають важливими інструментами для підтримки та відновлення. Вони забезпечують можливість не лише справитися з наслідками травм, але й відновити внутрішній баланс, знайти нові сенси життя та адаптуватися до нових умов.

Психологічні техніки, такі як когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія та групова підтримка, можуть допомогти людям виразити свої емоції, зрозуміти та переосмислити свій досвід, а також знайти ресурси для подолання труднощів. Такі інтервенції сприяють формуванню спільноти, де люди можуть підтримувати один одного, ділитися своїми переживаннями та разом шукати шляхи до відновлення.

Таким чином, психологічна допомога в умовах війни не лише лікує рани душі, але й допомагає відновити віру у майбутнє, сприяючи соціальному зміцненню та розвитку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Історія дослідження психологічного здоров'я в умовах війни є важливою темою, що відображає глибокі зміни в суспільстві та наукових підходах до розуміння людської психіки. Дослідження психологічної інтервенції для відновлення психологічного здоров'я в умовах війни є важливою частиною розвитку психологічної науки. Війна завжди була джерелом стресу, травм і психологічних розладів, і з часом це усвідомлення стало основою для розвитку нових концепцій у психотерапії та психології [7]. Перші систематичні дослідження психологічних наслідків війни почалися під час Першої світової війни. Термін «військова неврастения» описував фізичні та психологічні симптоми, які проявлялися у солдатів. Лікарі почали усвідомлювати, що війна не лише фізично травмує, а й залишає глибокі психологічні шрами. Психіатри, такі як Вільям С. Сомерсет, почали

розробляти методи лікування, які включали психотерапію та реабілітацію. Під час Другої світової війни дослідження психологічного здоров'я отримали новий імпульс. Військові психологи почали активно вивчати феномен посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Це стало поштовхом до розробки методів психологічної інтервенції, таких як когнітивно-поведінкова терапія та групова терапія. Важливим аспектом стали програми реабілітації, які допомагали ветеранам адаптуватися до мирного життя [2].

Вони зрозуміли, що багато солдатів, навіть після повернення з фронту, страждали від емоційних і психологічних проблем, що вимагало нових підходів до лікування. Важливими стали також програми підтримки ветеранів, які включали групову терапію та соціальну реабілітацію.

У 1990-х роках, під час численних конфліктів у світі, зокрема в Югославії та на Близькому Сході, психологічна інтервенція стала більш структурованою. Вчені почали розробляти специфічні програми для населення, яке зазнало травм внаслідок війни. Важливими стали принципи екстреної психологічної допомоги, що включали кризове консультування та підтримку для людей, які пережили травматичні події. У сучасному світі, зокрема під час конфліктів, таких як війна в Україні, дослідження психологічного здоров'я в умовах війни знову стало актуальним. Вчені та практики звертають увагу на важливість раннього виявлення і лікування психологічних травм. Розробляються нові методи, такі як арт-терапія, сімейна терапія та інші інноваційні підходи, які допомагають людям адаптуватися до змін і відновити своє психологічне здоров'я [4].

Сьогодні, в умовах сучасних конфліктів, таких як війна в Україні, психологічна інтервенція продовжує розвиватися. Психологи використовують новітні технології, такі як онлайн-терапія, та інтегрують традиційні методи з новими підходами, такими як арт-терапія та медитація. Важливим є також залучення громади до процесу відновлення, що сприяє формуванню соціальної підтримки.

Загалом, історія дослідження психологічного здоров'я та психологічної інтервенції в умовах війни показує, як суспільство поступово усвідомлює важливість психічного благополуччя, демонструє еволюцію підходів до відновлення психологічного здоров'я. Цей процес триває, і нові виклики вимагають нових рішень, адже війна залишає глибокі сліди не лише на тілі, а й на душі та підкреслює важливість адаптації методів

лікування до нових викликів та потреб людей, які пережили війну.

Останні дослідження українських авторів вказують на важливість психологічних інтервенцій для підтримки населення, яке переживає стрес і травму. У дослідженні Коваленко О.В., Іванова Н.П. аналізується ефективність психологічних інтервенцій для військовослужбовців [5]. Результати показали, що програми психологічної підтримки знижують рівень посттравматичного стресового розладу (ПТСР) і покращують загальне психоемоційне самопочуття. У публікаціях Шевченко Л.М., Петрова І.О. розглядається вплив психологічних інтервенцій на цивільних осіб, які пережили бойові дії [10]. Дослідження підтвердило, що групова терапія і підтримка з боку психологів допомагають зменшити тривожність і депресію серед постраждалих. Дослідження Лисенко В.С., Сидоренко О.Ю. фокусується на впливі психологічних інтервенцій на дітей, які втратили близьких у війні. Автори виявили, що арт-терапія і ігрова терапія значно покращують емоційний стан дітей і сприяють їх соціалізації [6]. У статті Гончаренко М.І., Мельник А.В. досліджується ефективність онлайн-психотерапії під час війни. Результати свідчать, що дистанційні консультації допомагають людям, які перебувають у небезпечних зонах, отримувати необхідну психологічну підтримку [3]. У публікації Тимошенко К.О. обговорюється роль психологічних інтервенцій у соціальній адаптації переселенців. Дослідження показало, що підтримка психологів суттєво полегшує процес інтеграції в нове середовище [9].

Ці дослідження підкреслюють критичну роль психологічних інтервенцій у збереженні психічного здоров'я людей в умовах війни, а також важливість адаптації методів підтримки до специфічних потреб населення в цей складний час.

Постановка завдання. Метою статті є висвітлення проблеми використання психологічної інтервенції для покращення та відновлення психологічного здоров'я людей в умовах війни. Зокрема, в Україні, де війна стала частиною повсякденного життя, питання психологічного здоров'я набуло особливої актуальності. Психологічні інтервенції, які пропонуються людям, що пережили травматичні події, стали важливим інструментом для відновлення душевної рівноваги та соціальної адаптації.

Виклад основного матеріалу. Психологічні інтервенції є важливим засобом підтримки людей, які стикаються з різними психологічними труднощами та розладами. Це спеціально розроблені програми, що спрямовані на зміну мислення, пове-

дінки та емоційного стану клієнта, щоб досягти кращого психічного та емоційного благополуччя. Кризове втручання, або інтервенція, надає термінову психологічну допомогу, що має на меті повернення особи до адаптивного рівня функціонування, власне запобігання психопатології та зменшення негативних наслідків травматичних подій.

Інтервенція включає в себе спеціалізовані методи підтримки, такі як терапевтичні втручання, які допомагають пережити критичні моменти та глибше усвідомити себе. Основна мета інтервенції полягає не стільки у вирішенні проблеми, скільки в створенні умов для роботи над нею, адже багато кризових ситуацій не можуть бути вирішені миттєво. Р.Рапопорт вважає, що під час кризового втручання слід виконати такі завдання: 1) зменшення симптомів; 2) відновлення саме докризового рівня функціонування; 3) власне усвідомлення подій, що призвели до дисбалансу; 4) саме виявлення внутрішніх ресурсів як клієнта, так його родини та можливостей зовнішньої допомоги для подолання кризи [2; 5].

Дослідники вважають, що інтервенція є психологічним втручанням у особистісний простір, метою якого є стимулювання позитивних змін. Головним завданням інтервенції є послаблення або усунення поведінкових форм, які заважають соціальній адаптації. Важливою характеристикою психологічної інтервенції є бажання змін саме з боку самої особистості та готовність співпрацювати з психологом [1].

Існує кілька основних методів, які допомагають покращити психологічне благополуччя. Одним з них є психотерапія, що включає різноманітні підходи, такі як психоаналіз, когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), гештальт-терапія та інші. У процесі психотерапії психолог працює з клієнтом, використовуючи різні методи та техніки, як в індивідуальному, так і в груповому форматі, щоб допомогти вирішити його проблеми.

Ще одним методом є психоедукація, яка спрямована на підвищення обізнаності клієнта про його психологічний стан і способи управління емоціями та думками. Під час психоедукації клієнт отримує знання про свої проблеми та навчається різним навичкам, які допомагають йому контролювати свої емоції, формувати здорові стосунки та приймати самостійні рішення [3].

Я.Андрушко виділяє п'ять основних груп умінь у психоедукації:

- усвідомлення власних емоцій – це розуміння та розрізнення емоцій, їх проявів і впливу на міжособистісні стосунки;

- емпатичні здібності – вміння щиро співчувати, відчувати емоції інших і резонувати з ними, зберігаючи при цьому власну ідентичність;
- управління власними емоціями – здатність генерувати позитивні емоції та виражати негативні, а також розуміти їх вплив на оточуючих;
- визнання емоційних помилок – готовність брати відповідальність за свої емоційні прояви, виправляти помилки та просити вибачення;
- інтеграція емоційних навичок – підвищення емоційної інтерактивності та ефективності спілкування [4].

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним з найпопулярніших методів психологічної інтервенції. Вона базується на зв'язку між думками, почуттями і поведінкою. Психолог у КПТ працює з клієнтом, допомагаючи йому виявити та змінити негативні думки і установки, які можуть викликати проблеми в поведінці чи емоційному стані. Це досягається шляхом формування нових позитивних думок і застосування практичних стратегій.

Ключовим аспектом КПТ є робота з автоматичними негативними думками, які виникають у відповідь на певні ситуації і призводять до спотвореного сприйняття реальності. Мета КПТ полягає в навчанні пацієнтів виявляти ці думки, піддавати їх критичному аналізу та формувати більш об'єктивне сприйняття реальності, що, в свою чергу, веде до адекватніших дій і стратегій подолання. КПТ пропонує різноманітні техніки для роботи з автоматичними думками, навчаючи пацієнтів внутрішній чутливості та самоспостереженню, що дозволяє критично оцінювати власні думки і вчинки.

Ще одним важливим аспектом когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) є експозиція. Р. Романчук зазначає, що «когнітивно-поведінкова травмофокусована психотерапія включає різноманітні методи втручання, спрямовані на переосмислення та повторне переживання травматичних подій». Основні методи травмофокусованих втручань включають експозицію наживо, експозицію в уяві, пролонговану експозицію, стимульну конфронтацію, повторне когнітивне опрацювання, когнітивну реструктуризацію та наративну реконструкцію. КПТ активно використовується для лікування депресії, тривожних і панічних розладів, посттравматичного стресового розладу, фобій, а також проблем із самооцінкою. Основна мета КПТ полягає в тому, щоб допомогти пацієнту розвинути навички позитивного мислення, управління емоціями та поведінкою, що дозволяє ефективніше справлятися з життєвими труднощами і вести щасливіше життя [5].

Психодинамічна терапія базується на припущенні про вплив несвідомих процесів на поведінку та емоції. У цьому підході психолог допомагає клієнту досліджувати та усвідомлювати ці несвідомі фактори, зменшуючи їхній негативний вплив. Часто використовуються методи, такі як аналіз сновидінь, вільна асоціація та інтерпретація символів.

Гештальт-терапія відрізняється активним і експериментальним підходом, спрямованим на допомогу клієнтам в усвідомленні та інтеграції різних частин їхньої особистості. Психолог може використовувати рольові ігри, діалоги з уявними предметами та інші методи, щоб допомогти клієнту досягти гармонії між своїм «я» та навколишнім світом [6].

Системна терапія розглядає людські проблеми й особистісні конфлікти в контексті сімейних чи інших системних відносин. Психолог працює над зміною динаміки цих відносин, щоб досягти здоровіших взаємодій, використовуючи методи сімейного консультування.

Ігрова терапія, яка активно застосовується з дітьми та підлітками, ґрунтується на тому, що гра є природним способом вираження емоцій та вирішення проблем. Психолог використовує ігрові техніки, щоб допомогти клієнтам досліджувати свої почуття, розвивати соціальні навички та знаходити рішення [7].

Холістична терапія пропонує комплексний підхід до відновлення психічного благополуччя, враховуючи фізичний, емоційний, ментальний і духовний стан людини. У цій терапії можуть використовуватися медитація, масаж, йога та інші техніки для досягнення гармонії.

Психотерапія відіграє важливу роль у покращенні психологічного самопочуття, допомагаючи зменшити негативний вплив стресорів і виявляючи внутрішні ресурси особистості. Важливо створити умови для переосмислення подій, які викликають негативні емоції, що вимагає введення специфічних елементів у процес терапії, враховуючи теоретичні знання.

Психолог, працюючи з людьми з низьким рівнем психологічного благополуччя, повинен акцентувати увагу на здатності жити «тут і зараз», усвідомлюючи свої емоції. Важливо зрозуміти власні кордони, щоб зберігати баланс між бажаннями та взаємодією з навколишнім світом. Це допоможе покращити психологічну незалежність і усвідомлення відповідальності.

Основною метою психологічної підтримки є вдосконалення зосередження на реальних

потребах і цінностях, а також зміна ставлення для підтримки психологічного комфорту. Важливо навчити особистість переосмислювати травматичні події, що дозволяє розвивати рефлексію і усвідомлення важливості психологічного комфорту. Психолог повинен допомагати зменшити розбіжності між досвідом і світоглядом, що призводить до зниження негативних наслідків травм і підвищення загального рівня психологічного благополуччя [8].

Дебрифінг – це форма кризової інтервенції, яка передбачає спеціально організоване обговорення серед групи людей, що спільно пережили стресову чи трагічну подію. Метою є зменшення ймовірності серйозних психологічних наслідків після стресу. Хоча дебрифінг не може повністю запобігти наслідкам травмуючих подій, він допомагає стримувати їх розвиток, сприяє усвідомленню причин і пропонує дії, які полегшують вихід з кризи. Таким чином, дебрифінг є як методом кризової інтервенції, так і профілактичним заходом.

Цю процедуру можна проводити власно практично в будь-якому місці, однак найкраще, щоб приміщення було зручним, доступним і ізольованим від сторонніх. У групі має бути в середньому 10–15 осіб, а також двоє ведучих (дебриферів).

Саме завдання дебрифінгу це:

- відреагування на враження, реакції та почуття;
- зменшення індивідуального та групового напруження;
- пом'якшення відчуття унікальності та патологічності власних реакцій;
- наступне мобілізація внутрішніх і зовнішніх ресурсів групи, посилення підтримки, єдності та розуміння;
- підготовка до можливих симптомів або реакцій, котрі можуть виникнути в майбутньому;
- інформування учасників про можливі джерела подальшої допомоги [9].

Висновки. Таким чином, психологічні інтервенції в умовах війни стають не лише необхідністю, а й важливим елементом відновлення суспільства. Війна завдає серйозних травм не лише фізичному здоров'ю, а й психічному стану людей. В умовах постійного стресу, тривоги та невизначеності, які супроводжують військові конфлікти, психологічна підтримка стає критично важливою.

Психологічні інтервенції включають в себе різноманітні методи та техніки, які допомагають людям справлятися з травматичними переживаннями. Це можуть бути індивідуальні консультації,

групова терапія, арт-терапія, а також спеціалізовані програми для дітей та підлітків. Кожен із цих підходів має свою специфіку, але всі вони спрямовані на те, щоб допомогти людям знайти вихід із складних емоційних станів.

В умовах війни багато людей відчувають глибоке почуття втрати, безнадії та страху. Психологічні інтервенції допомагають відновити душевну рівновагу, надаючи можливість висловити свої почуття та переживання. Психологи створюють безпечне середовище, де люди можуть відкрито говорити про свої страхи, переживання та надії. Це важливо для формування здорового ставлення до власних емоцій і для навчання технік саморегуляції.

Війна вносить значні зміни в життя людей. Зміна звичних умов, втрата близьких, економічні труднощі – все це вимагає від людей нових стратегій адаптації. Психологічні інтервенції допомагають знайти нові шляхи для адаптації, навчитися справлятися з новими викликами та зберігати надію на краще майбутнє. Люди отримують інструменти для того, щоб не лише вижити в умовах кризи, а й знайти сенс у нових обставинах.

У часи невизначеності та стресу, психологічна підтримка стає важливим кроком до відновлення та зміцнення психічного здоров'я населення. Це не просто про лікування, а й про профілактику психічних розладів. Психологи працюють над створенням програм, які дозволяють людям отримати необхідну підтримку на різних етапах їхнього відновлення. Вони організовують тренінги, семінари та групи підтримки, які допомагають людям об'єднуватися, ділитися досвідом та отримувати підтримку одне від одного.

Крім індивідуальної роботи, психологічні інтервенції мають важливе соціальне значення. Вони сприяють формуванню спільноти, де люди можуть відчувати себе почутими і зрозумілими. Це особливо важливо в умовах війни, коли ізоляція та відчуття безвиході можуть призвести до ще більшого стресу. Спільні заняття, обговорення та підтримка одне одного допомагають відновити відчуття приналежності та спільноти.

Таким чином, психологічні інтервенції в умовах війни є критично важливими для відновлення не лише окремих особистостей, а й суспільства в цілому. Вони допомагають людям впоратися з травматичними переживаннями, відновити душевну рівновагу та знайти нові шляхи для адаптації до змін. Психологічна підтримка стає важливим елементом у відновленні та зміцненні психічного здоров'я нації, що дозволяє людям не лише вижити, а й жити знову з надією на краще майбутнє.

Список літератури:

1. Бондарчук О. І., Карамушка Л. М. Психологічне здоров'я особистості в умовах війни і повоєнний час (Україна-Польща-Ізраїль) для освітян та психологів: Серія міжнародних вебінарів. Вісник Національної академії педагогічних наук України, 5(1), 2023. С. 1–4. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5134>
2. Вишньовський В. В. Психологічна інтервенція як метод профілактики професійного вигорання педагогічних працівників НУШ в умовах війни. Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності. Збірник матеріалів VII Міжнародної науково-практичної конференції. Тернопіль : ФОП Осадца Ю. В., 2024. С. 78–80.
3. Гончаренко М. І., Мельник А. В. Соціально-психологічні аспекти роботи з військовими у кризових ситуаціях. Дніпро : Ліра, 2023. 175 с.
4. Карамушка Л. М. Тренінг розвитку продуктивних копінг-стратегій в контексті забезпечення психологічного здоров'я та благополуччя освітнього персоналу в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія, 1(3), 2024. С. 3–39. <https://lib.iitta.gov.ua/740249/>
5. Коваленко О. В., Іванова Н. П. Психологічні інтервенції у відновленні психічного здоров'я військових. Київ : Академія, 2023. 210 с.
6. Лисенко В. С., Сидоренко О. Ю. Війна та психічне здоров'я: діагностика, профілактика, терапія. Львів : Світ, 2023. 276 с.
7. Періг І. М. Пошук ресурсів як умова підтримки ментального здоров'я особистості / Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: Збірник тез IV Міжнародної наукової конф. Тернопіль : ФОП Паляниця В. А., 2024. С. 32–33.
8. Романчук О. І. Майндфулнес-орієнтована КПТ – новий ефективний метод попередження рецидиву депресії. Нейроньюз: психо-неврологія і нейропсихіатрія. 2014. № 3(38). С. 40–45.
9. Тимошенко К. О. Основи психотерапевтичних інтервенцій у подоланні наслідків ПЦР. Одеса : ОНУ, 2022. 212 с.
10. Шевченко Л. М., Петрова І. О. Методи психологічної реабілітації посттравматичних станів. Харків : Психея, 2022. 198 с.

Vyshnovskyi V. V., Perih I. M. THE INFLUENCE OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS ON HUMAN PSYCHOLOGICAL HEALTH IN WAR CONDITIONS

The article is devoted to the current state of Ukrainian society, which poses new challenges for psychological science. As a result of the traumatic events that took place in Ukraine, there was an urgent need for socio-psychological support for various social groups, including children, adults, families and clans. In war conditions, psychological health becomes vulnerable, since traumatic events can leave deep scars on the psyche, causing anxiety, depression and other disorders. Psychological interventions become important support tools that help restore internal balance and adapt to new conditions.

Psychological interventions are a key means of supporting people who face various psychological difficulties and disorders. These programs are aimed at changing the thinking, behavior and emotional state of the client, which allows achieving better mental and emotional well-being. Crisis intervention provides urgent psychological assistance, the purpose of which is to return the person to an adaptive level of functioning and prevent psychopathology.

The main goal of intervention is to create conditions for working on problems, since many crisis situations cannot be resolved immediately. Psychological intervention includes specialized support methods, such as psychotherapy and psychoeducation, which help clients understand their emotions, manage them, and form healthy relationships.

Cognitive behavioral therapy (CBT) is one of the most popular methods, based on the connection between thoughts, feelings, and behavior. CBT helps patients identify and change negative attitudes, which leads to an improvement in their psycho-emotional state. Other methods, such as psychodynamic therapy and Gestalt therapy, also contribute to the awareness of internal processes and the integration of the personality.

Debriefing, as a form of crisis intervention, involves an organized discussion among a group of people who have experienced a stressful event. This helps reduce the likelihood of serious psychological consequences by mobilizing the internal and external resources of the group.

Thus, psychological interventions are important for maintaining mental health and social adaptation, helping people cope with the consequences of traumatic events and improve their quality of life.

Key words: *psychological intervention, psychological correction, psychological counseling, psychotherapy, psychoeducation, psychological rehabilitation, crisis intervention, debriefing, psychological health.*