

PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY

Постковідна соціально-психологічна реабілітація населення в умовах війни

Панок Віталій Григорович¹

¹ доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент,
директор УНМЦ практичної психології і соціальної роботи;
НАПН України; Україна

На нашу думку, історія людства може бути розглянута як «доковідна» і «постковідна». Пандемія у більшій чи меншій мірі зачепила усі народи і країни і знаменує собою перерив безперервності глобальних суспільно-історичних процесів. Постковідні суспільства і постковідні спільноти змушені будуть будувати суспільне життя на засадах, які будуть містити досвід переживання глобальної катастрофи. Таким чином, зараз необхідні методи і технології реабілітації і реадaptaції особистості до змінених умов соціального та індивідуального життя, по-новому планувати і реалізувати власні життєві перспективи, життєві стратегії і життєві досягнення [2].

Пандемія COVID-19, яка продовжувалась більше трьох років, і російсько-українська війна, яка триває досі, можуть розглядатись в якості єдиної тривалої надзвичайної події, катастрофи, яка має незворотні наслідки для особистості або групи [3]. В будь-якому випадку, для того щоб пережити цю довготривалу катастрофу, цей епізод на життєвому шляху, майже кожна людина потребує психологічної підтримки, психологічного супроводу, психологічної реабілітації. Отже, психологічна допомога особистості у наш час має бути системною, довготривалою, високопрофесійною.

Грунтуючись на розумінні необхідності надання психологічної допомоги широким верствам населення нашої країни, ми звернулись до практики роботи психологічної служби системи освіти як найбільшої і найдосвідченішої психологічної служби, яка реалізує завдання соціально-психологічної реабілітації в епоху постковіду [1].

В рамках проекту «Постковідна соціально-психологічна реабілітація учасників освітнього процесу в діяльності працівників психологічної служби» (реєстраційний номер

PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY

2021.01/0198) за підтримки Національного фонду досліджень України у вересні 2023 року було проведено всеукраїнське дослідження. В ньому взяло участь 1896 практичних психологів закладів освіти. Метою дослідження було вивчення потреб працівників психологічної служби в методичній підтримці щодо роботи з відновлення психічного здоров'я учасників освітнього процесу у постковідний період повномасштабної війни.

За нашими даними, опитані психологи зазначили, що за допомогою до них звернулося 63,4% педагогів закладів освіти, де вони працюють; 61% здобувачів освіти і 56,4% батьків учнів. Враховуючи те, що доросле населення нашої країни не має сталої звички звертатись до психолога в разі переживання певних життєвих ускладнень, а якщо вже і звертаються, то у випадку гострого переживання ними або їх близькими життєвої проблематики, то потреба у психологічній допомозі у нашому суспільстві є дуже актуальною.

На запитання «Чи здійснюєте Ви системну роботу з соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу з метою відновлення їх психічного здоров'я?» відповіді психологів розподілились таким чином: 30,4 % відповіли, що систематично здійснюють соціально-психологічну реабілітаційну роботу, 31.6 % відповіли, що час від часу; 21.1 % – «так, були окремі епізоди», 16,8 % не здійснюють таку роботу. Отже, близько 62% психологів здійснюють системну роботу з учасниками освітнього процесу по соціально-психологічній реабілітації. Решта фахівців невпевнені у своїх силах, не мають відповідної підготовки або досвіду роботи. Тобто близько 40% психологів потребують спеціального навчання і близько 70% – супервізії.

За результатами опитування було встановлено, що фахівці психологічної служби застосовують різноманітні практики у роботі із постраждалими. В контексті соціально-психологічної реабілітації було визначено рейтинговий перелік найбільш використовуваних практик роботи з наступних напрямів психотерапії та психологічної допомоги: тілесно орієнтовані; арт-терапевтичні; ігротерапія.

Фахівці психологічної служби також зазначили практики, що використовуються в межах соціально-психологічної реабілітації в закладах освіти, але в значно меншій кількості, з наступних напрямів психотерапії та психологічної допомоги: техніки когнітивно-поведінкової терапії; психоедукація як метод збереження ментального здоров'я; групи емоційної підтримки, емоційного відреагування з батьками, педагогами; техніки психодрами та символдрами техніки.

PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY

Аналіз відповідей щодо практик, які зазначали практичні психологи, соціальні педагоги у кожному з напрямів роботи показав, що переважна більшість з них – це практики першої психологічної допомоги, частково кризової допомоги та ресурсні техніки для відновлення психоемоційного стану.

Таким чином, для підвищення ефективності соціально-психологічної реабілітації необхідно: проведення спеціалізованого навчання (підвищення кваліфікації) для працівників психологічної служби; організацію інтервізійних груп; організацію супервізії та належного науково-методичного забезпечення.

References:

- [1] Основи практичної психології: Підручник для студентів ВЗО (2006) / Керівник авт. кол-ву В.Г. Панок. – К.: Либідь, 2006. – 536 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728890>
- [2] Панок В.Г. Прикладна психологія. Теоретичні проблеми : монографія (2017) / В.Г. Панок. – Київ : Ніка-Центр, 2017. – 188 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/707672>
- [3] Панок, В. Г. (2023). Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 5(1), 1-12. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5133>