

ЗАХИСТ І ПІДТРИМКА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ВИКЛИКИ І ВІДПОВІДІ

*Наукова доповідь загальним зборам НАПН України,
22 листопада 2024 р.*

<https://doi.org/10.37472/v.naes.2024.6221>



ПАНОК Віталій Григорович

доктор психологічних наук, професор,
член-кореспондент НАПН України,
в.о. академіка-секретаря Відділення
психології та спеціальної педагогіки
НАПН України, директор Українського
науково-методичного центру
практичної психології і соціальної
роботи, Національна академія
педагогічних наук України,
м. Київ, Україна



Тетяна Іванівна КУЛІШ

кандидат педагогічних наук,
старший науковий співробітник,
вчений секретар Відділення психології
та спеціальної педагогіки Національної
академії педагогічних наук України,
м. Київ, Україна



Анотація. Проблема захисту ментального здоров'я українського народу в умовах тривалої російсько-української війни є однією із основних проблем соціогуманітарної сфери як у науковому, так і в практичному аспекті, оскільки стан морально-психологічного благополуччя людини в країні визначає загальний стан суспільства й суспільних відносин зокрема.

У науковій доповіді висвітлено проблеми захисту і підтримки ментального здоров'я громадян України в умовах широкомасштабної агресії росії; проаналізовано сучасні виклики та проблеми дослідження ментального здоров'я українців у часи війни; представлено діяльність НАПН України із захисту ментального здоров'я українців в період воєнного стану; обґрунтовано й розроблено стратегічні напрями посилення ефективності надання практичної допомоги постраждалим як на загальнодержавному рівні, так і на рівні громади та окремої особистості.

З'ясовано, що проблема захисту психічного здоров'я громадян України в умовах війни загалом і учасників освітнього процесу зокрема є пріоритетною для всіх вчених НАПН України — психологів і педагогів. Установи академії в період воєнного стану чільну увагу приділяють проблемам захисту та підтримки ментального здоров'я громадян нашої держави, здійснюють значну кількість фундаментальних і прикладних досліджень, беруть участь у всеукраїнських і міжнародних проєктах, надають волонтерську допомогу різним категоріям постраждалих, насамперед воїнам Збройних сил України, їхнім сім'ям, усім учасникам освітнього процесу.

Аналіз проблеми захисту і підтримки ментального здоров'я громадян України в умовах широкомасштабної агресії росії проти України дав змогу розробити науково обґрунтовані рекомендації для найбільш

ефективного вирішення ідентифікованих проблем та коригування стратегій підтримки ментального здоров'я українців, а також визначити найбільш ефективні методи психологічної допомоги постраждалим.

Ключові слова: ментальне здоров'я; повномасштабне вторгнення; загрози ментальному здоров'ю; психологічна допомога.

В умовах глобальних трансформаційних змін, інших викликів, яких сучасний світ зазнав з початку XXI століття, проблема ментального здоров'я людства постає однією з найактуальніших для соціогуманітарної сфери як у науковому, так і практичному аспектах. Поряд з інфляцією, бідністю, втратою засобів до існування ментальне здоров'я, на думку жителів різних країн світу, зокрема й України, є одним із найбільших викликів сьогодення (Зеленська, 2023).

Згідно з висновками Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) і Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ), ментальні розлади переважають серед причин непрацездатності та погіршення якості життя в усьому світі. За даними ВООЗ, близько 970 млн людей живуть з ментальними розладами, серед яких найбільш поширеними є тривога та депресія. Люди з ментальними розладами часто стикаються з дискримінацією та стигматизацією, що також ускладнює їх доступ до роботи та соціальних послуг (World Health Organization, 2023).

Від суїциду щорічно помирає майже 800 тисяч осіб, що робить його однією з основних причин смертності серед молоді віком від 15 до 29 років (World Health Organization, 2022b). Згідно зі статистикою ЮНІСЕФ, близько 10-20 % дітей та підлітків на планеті страждають на ментальні розлади різного ступеня вираженості, а новий модуль MICS, розроблений для діагностики ментального здоров'я підлітків і молоді, виявив високий рівень поширення симптомів тривожності та депресії в зазначеній віковій групі в багатьох країнах світу. Недостатня увага до ментального здоров'я дітей призводить до серйозних наслідків, зокрема до проблем у навчанні, соціальній інтеграції і до розвитку більш серйозних ментальних розладів у дорослому віці (UNICEF, 2024).

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ): «Психічне здоров'я — це стан психічного благополуччя, яке дає людям змогу долати стресові ситуації життя, реалізовувати свій потенціал, успішно вчитись і працювати, а також робити свій внесок у життя суспільства. Це невід'ємний компонент здоров'я і благополуччя, що лежить в основі нашої індивідуальної і колективної здатності ухвалювати рішення, буду-

вати відносини і формувати світ, у якому ми живемо. Психічне здоров'я — це одне з основоположних прав людини. До того ж воно має вирішальне значення для особистого, суспільного і соціально-економічного розвитку» (World Health Organization, 2022a).

Потреба захисту і підтримки ментального здоров'я українського народу особливо загострилась в умовах війни росії проти України. Установи Національної академії педагогічних наук України в період воєнного стану чільну увагу приділяють проблемам захисту і підтримки ментального здоров'я громадян нашої держави, здійснюють значну кількість фундаментальних і прикладних досліджень, беруть участь у всеукраїнських і міжнародних проєктах, надають волонтерську допомогу різним категоріям постраждалих, насамперед воїнам Збройних сил України, їхнім сім'ям, усім учасникам освітнього процесу.

Головними методологічними засновками, на яких будується більшість досліджень сфери ментального здоров'я, є філософія дитиноцентризму (В.Г. Кремень), поняття актуальної життєвої ситуації і життєвого шляху особистості, життєвої проблематики та життєвих перспектив особистості, принципи розвитку і саморозвитку.

Результати проведених досліджень проблем ментального здоров'я українців дозволяють виокремити три глобальних чинники, що спричиняють переважну більшість загроз ментальному здоров'ю для різних категорій громадян України.

Найбільшою загрозою ментальному здоров'ю українців стала війна росії проти України, що розпочалася в 2014 р. та з 2022 р. набула повномасштабного характеру. Війна є реальною загрозою фізичному існуванню кожної людини, водночас супроводжується і посилюється численними психічними розладами, реактивними станами, посттравматичними розладами, страхами, фобіями, психоемоційним напруженням.

Наступним глобальним чинником є масштабна пандемія COVID-19 та різноманітні наслідки постковідного стану суспільства, до яких відносяться: соціальна ізоляція та обмеження соціальної взаємодії; втрати рідних, близьких і знайомих; запровадження різноманітних дистанційних форм в організації праці і навчання; загострення

хронічних хвороб та набуття інвалідності унаслідок перенесеного захворювання; впровадження дистанційних форм освітньої діяльності до яких освіта не була готова; значне збільшення психоемоційного напруження, випадків агресії і аутоагресії, фобій, депресивних станів і т.п.

Третім викликом ментальному здоров'ю, який останніми роками набуває усе більшої ваги, є бурхливий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій і, передусім — штучного інтелекту (ШІ). Сьогодні ШІ широко застосовується у військовій справі, медицині, мистецтві, журналістиці, науці і освіті. Серед іншого це спричиняє зростання анонімності в інформаційній мережі та непередбачуваності прийнятих рішень, знижує відповідальність за їх результати, породжуючи численні проблеми етичного і правового характеру. Застосування ІКТ та технологій ШІ в освіті обумовило повне сум'яття серед освітян, оскільки результати освітнього процесу стають усе більш непередбачуваними по мірі збільшення випадків застосування нових технологій освітньої діяльності.

Синергія зазначених чинників породила складну й надзвичайно загрозливу актуальну життєву ситуацію розвитку підростаючої особистості у кризовому суспільстві та створила певні виклики перед психолого-педагогічною наукою.

Події початку XXI століття — АТО-ООС, пандемія COVID-19, широкомасштабне вторгнення росії в Україну, мали катастрофічні наслідки для всього українського суспільства, для всіх без винятку його громадян. Такі явища як загибель, каліцтво й хронічне захворювання близьких людей, потрапляння в окупацію та полон, втрата житла, вимушене переселення в інші регіони України та за кордон, вимушена необхідність наново вибудувати власне життя на новому місці проживання, втрата роботи та засобів для існування, труднощі або неможливість отримання медичної й соціальної допомоги, необхідність дистанційної роботи та навчання, життя в умовах постійних нічних повітряних тривог, обстріли цивільних і житлових об'єктів, тимчасове вимкнення електропостачання та засобів зв'язку, тривога за власне життя, життя дітей і близьких, вплив ворожих інформаційних ресурсів, різні страхи, стрес, емоційні розлади, депресія, агресивність, аутоагресія, втрата сенсу життя й неможливість вибудовувати життєві перспективи на довгостроковий період — це далеко неповний перелік актуальних обставин і чинників життєвої ситуації сучас-

ного українця. Переживання негативних подій і обставин життя активізує всі наявні ресурси кожної окремої особистості та суспільства загалом. Формування життєстійкості, спротив важким життєвим обставинам потребує міцного ментального здоров'я особистості, стійкості духу, впевненості в майбутньому, відновлення навичок здорового способу життя (Панок, 2023а).

Система освіти відіграє вирішальну роль у забезпеченні становлення, розвитку та саморозвитку молодшої особистості, формуванні соціальних відносин та соціальної компетентності, набутті навичок і компетентностей молодих громадян України. В умовах катастрофічних подій сьогодні система освіти продемонструвала стійкість і здатність виконувати відведену їй роль у суспільстві, адаптуватись до складних умов воєнного часу та забезпечувати свій подальший розвиток, захищати та надавати всебічну підтримку учасникам освітнього процесу, плекати життєстійкість і посткатастрофний розвиток молодого покоління українців. Питання захисту та підтримки ментального здоров'я здобувачів освіти сьогодні є одним із першочергових завдань усіх освітян.

Повномасштабна війна, проблеми постковідного суспільства, розвиток ІКТ зумовили широке застосування дистанційних форм освітньої діяльності. За даними МОН України у 2024 р. майже один мільйон українських дітей навчались онлайн: 600 тис. — в Україні, ще майже 400 тис. — за кордоном (МОН України, 2024). Звуження соціальних контактів, дистанційне навчання, проблеми безпеки освітнього процесу призвели до ризиків у системі освіти, таких як якість освіти, доступ до неї та відтік кваліфікованих фахівців.

Розв'язання цих проблем потребує комплексного підходу для їх вирішення, зокрема науково-методичного і практичного забезпечення психологічної підтримки різних категорій населення, всебічної реабілітації військовослужбовців, ветеранів та їхніх родин, створення центрів психологічної допомоги для внутрішньо переміщених осіб і проведення освітньо-просвітницьких заходів з метою підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу (Панок, 2023b).

Учені НАПН України в період воєнного стану чільну увагу приділяють проблемам захисту та підтримки ментального здоров'я громадян нашої держави, проводять фундаментальні і прикладні наукові дослідження, беруть участь у всеукраїнських і міжнародних проєктах, надають волонтерську допомогу різним категоріям постраждалих.

Упродовж 2022-2024 рр. проведено 20 наукових досліджень із проблем психологічної підтримки населення України в умовах війни, з урахуванням особливостей психологічного супроводу учасників освітнього процесу, учасників бойових дій, сімей загиблих, тимчасово переміщених осіб, осіб з особливими освітніми потребами, за результатами яких підготовлено і видано 13 монографій, 18 практичних і методичних посібників, 9 методичних рекомендацій та 3 навчальні програми.

У результаті досліджень розроблено низку концепцій, інноваційних технологій і методик. Серед них: концепція застосування психотерапевтичних технологій у наданні допомоги різним категоріям постраждалих від воєнних подій, що мають прояви посттравматичного стресового розладу (ПТСР), та комплекс авторських методик надання їм психологічної допомоги; програма психологічної реабілітації розладів, пов'язаних із стресом, включаючи ПТСР та розлади адаптації; тренінги подолання негативних наслідків пандемії COVID-19; політико-історична психологічна теорія колективних травм, концепція ролей конфліктної міжгрупової взаємодії; модель розвитку взаємодії груп, що призводить до негативних соціальних явищ; програма психосоціальної підтримки родин, що постраждали внаслідок війни; модель процесу адаптації (як базисної характеристики психічного здоров'я); тривірнева система першої психологічної допомоги населенню в умовах надзвичайної ситуації; методики психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами та їхніх родин в умовах війни (Кремень, 2023).

Науковими колективами академії приділяється значна увага науково-методичній допомозі учасникам освітнього процесу в умовах війни, зокрема розроблено систему методик і процедур психологічної діагностики адаптаційних розладів у суб'єктів освітнього процесу в умовах воєнного стану; технології надання психологічної і соціально-педагогічної допомоги педагогічним працівникам закладів освіти у виконанні їхньої професійної діяльності в умовах війни; моделі психологічних чинників готовності учасників освітнього процесу до конструктивної поведінки в надзвичайних ситуаціях; технологію створення безпечного освітнього середовища «Шість кроків до безпеки»; «Дорожню карту» взаємодії між ДСНС України і працівниками психологічної служби у системі освіти в умовах повномасштабного вторг-

нення російських військ; груп-рефлексивну модель здоров'язбережувального медіаспоживання. Підготовлено проєкт Концепції цифрової медіаосвіти в умовах війни і повоєнного відновлення. Помітним внеском у захист ментального здоров'я стало створення проєкту Концепції реформування психологічної служби у системі освіти України на період до 2030 року (Панок, 2023а).

У 2023 р. при [Відділенні психології та спеціальної педагогіки НАПН України](#) створено Наукову раду з проблем психологічної підтримки населення в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення України (постанова Президії НАПН України від 16 березня 2023 р. № 1-2/3-48), яка сприяє об'єднанню зусиль вчених, практиків, представників громадянського суспільства, органів державної і місцевої влади для координації досліджень із актуальних проблем науково-методичного забезпечення з надання психологічної допомоги постраждалим від війни та більш ефективному упровадженню результатів досліджень в соціальну і освітянську практику.

Помітною подією наукового життя став методологічний семінар НАПН України [«Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час»](#), 16 листопада 2023 р. (НАПН України, 2023) та [Всеукраїнський круглий стіл «Професійна підготовка психологів в Україні: стратегічні завдання»](#), 23 квітня 2024 р. (НАПН України, 2024). На них обговорено важливі для сьогодення питання методології і теоретичних основ дослідження і захисту психічного здоров'я населення у часи війни; соціально-психологічні аспекти феноменології війни; технології надання психологічної допомоги постраждалим від війни, а також пріоритетні завдання професійної підготовки психологів в Україні у контексті сучасних викликів.

В установах академії на волонтерських засадах надається психологічна і соціально-педагогічна допомога постраждалим від війни учасникам освітнього процесу, людям з особливими потребами, цивільним дорослим, людям похилого віку, учасникам бойових дій та їхнім сім'ям, сім'ям загиблих, внутрішньо переміщеним особам та біженцям, волонтерам-фахівцям, які працюють з постраждалими, людям у зонах військових подій, людям, що знаходяться у відносній безпеці, але переживають стани гострого стресу, психотравми через надмірні травмівні впливи. За три роки проведено 85 майстер-класів,

110 тренінгів, 27 психотерапевтичних занять та 225 індивідуальних і 128 групових психологічних консультацій, у яких взяли участь понад 1,5 тис. осіб; 58 семінарів-тренінгів для керівників та педагогічних працівників закладів освіти, медичного персоналу, соціальних працівників, психологів Національної гвардії України, клінічних психологів, працівників критичної інфраструктури, волонтерів (Кремень та ін., 2022).

На системній основі здійснюються заходи з психологічної просвіти населення, а саме: підготовка та розповсюдження інфографіки щодо психологічної допомоги та самодопомоги у ситуації хронічного впливу надмірних стресових чинників; постійне розміщення на сайтах установ та мережі Facebook рекомендацій щодо зменшення ризиків (емоційних, інформаційних, поведінкових, особистісних та міжособистісних) в умовах війни. Загалом опубліковано близько 1,5 тис. постів та матеріалів для психологічної просвіти населення. Забезпечується систематична взаємодія із засобами масової інформації та громадськістю задля надання можливості ознайомитися з науковим доробком учених та актуальною інформацією щодо поточних подій і досліджень, висвітлення практики надання психологічної допомоги населенню та військовослужбовцям.

За час повномасштабного вторгнення зміцнилось міжнародне наукове співробітництво, співпраця із міжнародними психологічними організаціями щодо вивчення та використання зарубіжного досвіду надання психологічної допомоги населенню в часи війни. Зокрема, забезпечено реалізацію німецько-українського проекту з навчання психологів «[HOPE network: Створення умов для професійної підтримки та розвитку психологів](#)» (Інформаційно-ресурсний хаб «HOPE network», n.d.). Спільно з ГО «Всеукраїнська асоціація практикуючих психологів» та Вищою психологічною школою Берліну (Psychologie Hochschule Berlin (PHB)) впроваджується міжнародний українсько-німецький проект «Допомога в подоланні: підготовка психологів до надання повномасштабної психосоціальної допомоги дітям, батькам та педагогам в умовах військових дій в Україні». Відповідно до угоди зі Школою соціальної роботи Університету Дж. Вейна (США) продовжується «[Українське лонгітюдне дослідження](#)» — [Ukrainian Longitudinal Study](#) (Intellect Foundation, n.d.) — моніторинг впливу різних негативних факторів середовища на психічне та фізичне здоров'я

українських дітей упродовж життя та ін. (Кремень, 2024).

Отже, проблема захисту психічного здоров'я громадян України в умовах війни загалом і учасників освітнього процесу зокрема є пріоритетною для всіх вчених академії — психологів, педагогів, методистів. З огляду на це, у процесі подальшого планування тематики фундаментальних і особливо прикладних досліджень необхідно враховувати ці пріоритети

Аналіз проблеми захисту та підтримки ментального здоров'я громадян України в умовах широкомасштабної агресії росії проти України дав змогу розробити [науково обґрунтовані рекомендації](#) для найбільш ефективного вирішення ідентифікованих проблем та коригування стратегій підтримки ментального здоров'я українців і визначення найбільш ефективних методів допомоги.

1. Російсько-українська війна, стрімкий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій, упровадження технологій штучного інтелекту актуалізували різноманітні форми дистанційного навчання, що викликало кризу класичної класно-урочної системи. У зв'язку з цим постала потреба в розробленні науково-теоретичних і методичних засад нової цифрової дидактики, або дидактики цифрового суспільства. Для реалізації такого завдання важливим буде створення міждисциплінарних творчих груп, які могли б системно досліджувати проблеми цифрової дидактики; організація експериментальних майданчиків на базі закладів освіти різного типу; розроблення інструментів цифрової освіти (електронних протоколів, інформаційних платформ, чат-ботів тощо).

2. Система психологічної допомоги, психологічна практика потребують вдосконалення, уточнення норм психічного розвитку дитини, технологій надання практичної допомоги, які мають ґрунтуватись на основі принципів доведеної ефективності та методології проектно-технологічного підходу. Нагальними є психолого-педагогічні дослідження таких невідкладних проблем: психоемоційні розлади та реактивні стани в учасників війни залежно від індивідуально-психологічних особливостей та з урахуванням ступеню участі в бойових діях; зміни в когнітивній сфері особистості під впливом негативних емоційних факторів і ресурсні можливості до освітньої діяльності в умовах традиційної і дистанційної освіти; особливості динаміки ціннісної сфери, змін у життєвих планах і перспективах здобувачів освіти, баченні власного майбутнього; психології

колабораціонізму; феномен раннього дорослішання у дітей; особливості вікового розвитку в умовах війни та ін.

3. Недостатньо масштабно й інтенсивно здійснюються дослідження педагогічних і психологічних проблем інклюзивності суспільства в цілому і системи освіти зокрема. Важливо забезпечити перехід від розробки інклюзивних методик навчальної діяльності до технологій створення інклюзивного освітнього і соціального середовища. Проблема підвищення інклюзивності суспільства має стати одним із пріоритетів у розробленні сучасних методик освітньої діяльності.

4. Необхідно суттєво збільшити обсяг досліджень особистості та професійної діяльності вчителя в умовах цифрової освіти, внести пропозиції щодо суттєвих змін у зміст, форми та методи професійної підготовки майбутніх учителів у закладах вищої педагогічної освіти, підвищення рівня їхньої кваліфікації, атестації та ліцензування, поліпшити якість їхньої психологічної підготовки (Панок, 2023b).

5. Актуальним є створення інноваційних методик, технік і технологій соціально-педагогічної та психологічної реабілітації, реадaptaції, ресоціалізації різних категорій постраждалого населення, учасників бойових дій, ветеранів і членів їхніх сімей. Насамперед ідеться про методики та технології з доведеною ефективністю, які унеможливають їхнє некоректне застосування та одержання некоректних результатів.

6. Доцільно посилити увагу до ефективного впровадження отриманих у дослідженнях вчених академії результатів з метою вчасного надання якісної психологічної допомоги різним категоріям постраждалого населення. Доцільно якомога ширше представити на інформаційному порталі НАПН України та інших електронних ресурсах розроблені вченими академії методичні розробки, рекомендації, психолого-педагогічні програми, аналітичні матеріали щодо подолання негативних наслідків війни й відновлення психічного здоров'я дорослих і дітей. З огляду на актуальність зазначених проблем необхідно поглибити наукові комунікації та співпрацю із закордонними вченими й науковими установами, що досліджують проблеми травм війни та їх подолання.

7. Необхідно забезпечити підвищення ефективності надання практичної психолого-педагогічної допомоги учасникам освітнього процесу й усім, хто цього потребує, на основі подальшого вдосконалення діяльності психологічної служби

системи освіти та упровадження методології проектно-технологічного підходу в прикладній психології.

8. З метою забезпечення ефективної підготовки та навчання фахівців необхідним є розроблення навчальних програм та проведення тренінгів для психологів, соціальних і медичних працівників з метою підвищення їхньої кваліфікації в умовах воєнного стану (Панок, 2023а), а також використання міжнародного досвіду та практик для розроблення навчальних програм і методик надання психологічної допомоги.

9. Доцільно суттєво переглянути практику експериментальних досліджень ментального здоров'я, розширити експериментальну базу, сприяти поліпшенню методологічної культури дослідників відповідно до сучасного рівня методології наукових досліджень у країнах Євросоюзу, що зможе забезпечити інтеграцію вітчизняної психолого-педагогічної науки в європейський освітньо-науковий простір.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Зеленська, О. (2023). *Ментальне здоров'я — один із найбільших глобальних викликів майбутнього*. Президент України: офіційне інтернет-представництво. <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-mentalne-zdorovya-odin-iz-najbilshih-globalni-85665>
- Інформаційно-ресурсний хаб «HOPE network». (n.d.). *Головна*. <https://hope.dpiagency.com/>
- Кремень, В.Г. (ред.). (2023). *Звіт про діяльність Національної академії педагогічних наук України у 2022 р.* Київ: НАПН України. <https://doi.org/10.37472/zvit2022>
- Кремень, В.Г. (ред.). (2024). *Звіт про діяльність Національної академії педагогічних наук України у 2023 р.* Київ: Педагогічна думка. <https://doi.org/10.37472/zvit2023>
- Кремень, В.Г., Луговий, В.І., Топузов, О.М., Сисоєва, С.О., Максименко, С.Д., Ляшенко, О.І., Ничкало, Н.Г., Саух, П.Ю., Лук'янова, Л.Б., Регейло, І.Ю., & Гудим, І.М. (2022). Про роботу відділень та наукових установ Національної академії педагогічних наук України в умовах воєнного стану: Наукова доповідь Президії НАПН України 24 березня 2022 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 4(1). <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4118>
- Міністерство освіти і науки України. (2024, 7 серпня). *Про затвердження Порядку та умов здобуття загальної середньої освіти в комунальних закладах загальної середньої освіти в умовах воєнного стану в Україні (зареєстрований у Міністерстві юстиції України 08 серпня 2024 року за № 1222/42567)* (1112). <http://surl.li/ofrjii>
- Національна академія педагогічних наук України. (2023, 5 грудня). *Рекомендації за підсумками методологічного семінару НАПН України «Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українсько-*

- го народу у воєнний і повоєнний час». <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/3183/>
- Національна академія педагогічних наук України. (2024, 24 квітня). *Всеукраїнський круглий стіл «Професійна підготовка психологів в Україні: стратегічні завдання»*. <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/3303/>
- Панок, В.Г. (2023а). Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу в часи війни: питання теорії і методології: наукова доповідь на методологічному семінарі «Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час», 16 листопада, 2023 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 5(2), 1-9. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5218>
- Панок, В.Г. (2023б). 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>
- Intellect Foundation. (n.d.). *Українське лонгїтюдне дослідження (ULS)*. <https://intellectfound.org/uk/project/uls>
- World Health Organization. (2022a, June, 17). *Mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- World Health Organization. (2022b). *World health statistics 2022: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240051157>
- World Health Organization. (2023). *World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240074323>
- UNICEF. (2024). New mics module to measure mental health of adolescents and young people. <https://mics.unicef.org/news/new-mics-module-measure-mental-health-adolescents-and-young-people>

PROTECTION AND SUPPORT OF THE MENTAL HEALTH OF UKRAINIANS UNDER MARTIAL LAW: CHALLENGES AND ANSWERS

Scientific report to the general meeting of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, November 22, 2024

Vitalii Panok

DSc in Psychology, Professor, Corresponding Member of NAES of Ukraine, Director, Ukrainian Scientific and Methodological Centre of Applied Psychology and Social Work, National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

Tetiana Kulish

PhD in Pedagogy, Senior Researcher, Scientific Secretary of the Department of Psychology and Special Pedagogy of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

Abstract. *The issue of protecting the mental health of the Ukrainian people in the conditions of the prolonged russian-Ukrainian war is one of the main problems of the socio-humanitarian sphere in both scientific and practical aspects, since the state of moral and psychological well-being of a person in the country determines the general state of society and social relations in particular.*

The scientific report highlights the problems of protecting and supporting the mental health of Ukrainian citizens in the conditions of large-scale russian aggression; analyses modern challenges and problems of researching the mental health of Ukrainians during wartime; presents the activities of the National Academy of Mental Health of Ukraine to protect the mental health of Ukrainians during martial law; substantiates and develops strategic directions for strengthening the effectiveness of providing practical assistance to victims both at the national level and at the level of the community and individual.

It was found that the problem of protecting the mental health of Ukrainian citizens in the conditions of war in general and participants in the educational process in particular is a priority for all scientists of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine — psychologists and teachers. During the period of martial law, the Academy's institutions pay special attention to the problems of protecting and supporting the mental health of Ukrainian citizens, carry out a significant amount of fundamental and applied research, participate in all-Ukrainian and international projects, provide volunteer assistance to various categories of victims, primarily soldiers of the Armed Forces of Ukraine, their families, and all participants in the educational process.

The analysis of the problem of protecting and supporting the mental health of citizens of Ukraine in the conditions of large-scale russian aggression against Ukraine made it possible to develop scientifically based recommendations for the most effective solution to the identified problems and adjustment of strategies for supporting the mental health of Ukrainians and determining the most effective methods of assisting victims.

Keywords: *mental health; full-scale invasion; threats to mental health; psychological assistance.*

Дата публікації: 5 грудня 2024 р.