

УДК 159.9

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11\(45\)-1567-1582](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11(45)-1567-1582)

Романовська Діана Дорімедонтівна кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти, Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи НАПН України, м. Київ, тел.: (044) 252-7011, <https://orcid.org/0000-0002-3004-6734>

Ткачук Ірина Іванівна кандидат педагогічних наук, учений секретар Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи НАПН України, м. Київ, тел.: (044) 252-7011, <http://orcid.org/0000-0002-3099-3491>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У РОБОТІ ПРАЦІВНИКІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ

Анотація. У статті розглядаються результати дослідження, яке здійснювалось за грантової підтримки Національного фонду досліджень України в межах проекту «Постковідна соціально-психологічна реабілітація учасників освітнього процесу в діяльності працівників психологічної служби» (реєстраційний номер 2021.01/0198).

Метою дослідження було вивчення стану здійснення соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу працівниками психологічної служби у 2023-2024 навчальному році, та визначенню методичних запитів та потреб, пов'язаних з цією роботою, працівників психологічної служби на 2024-2025 навчальний рік.

До вибірки увійшли працівники психологічної служби Чернівецької області. Дослідження проводилося у квітні-травні 2024 року, загалом в ньому взяв участь 191 респондент. Процедура передбачала заповнення бланків електронного зразку, створених за допомогою програмного забезпечення для адміністрування опитувань Google Forms.

З'ясовано, що найчастіше соціально-психологічної реабілітація здійснювалась респондентами саме зі здобувачами освіти, а найменше - з внутрішньо переміщеними особами, що проживають в територіальній громаді, представниками адміністрації та жителями громади. Представлені рейтингові списки тем з питань соціально-психологічної реабілітації, які працівники психологічної служби хотіли б вивчати, а також напрями реабілітаційної роботи та інструменти, якими вони хотіли б оволодіти.

Визначено, які форми, методи і технології соціально-психологічної реабілітації респонденти вважають найбільш ефективними і найчастіше

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 11(45) 2024

використовують у роботі, а також з якою кількістю учасників освітнього процесу проводилась робота з соціально-психологічної реабілітації у 2023-2024 роках.

Досліджено стан і потреби працівників психологічної служби у підвищенні кваліфікації з питань соціально-психологічної реабілітації, а також в супервізійній та інтервізійній підтримці.

Ключові слова: соціально-психологічна реабілітація, психологічна служба, психологічна допомога, постравмівне відновлення, психічне здоров'я, резильєнтність.

Ключові слова: соціально-психологічна реабілітація, психологічна служба, психологічна допомога, постравмівне відновлення, психічне здоров'я, резильєнтність.

Romanovska Diana Dorimedontivna Candidate of Psychological Sciences, (comparable to the Academic Degree of Doctor of Philosophy), Senior Researcher Officer of the Laboratory of Applied Psychology of the Ukrainian Scientific and Methodical Center of Applied Psychology and Social Work of Education of NAES of Ukraine, Kyiv, tel.: (044) 252-7011, <https://orcid.org/0000-0002-3004-6734>

Tkachuk Iryna Ivanivna Candidate of Pedagogical Sciences (comparable to the Academic Degree of Doctor of Philosophy), Scientific Secretary of the Ukrainian Scientific and Methodical Center of Applied Psychology and Social Work of Education of NAES of Ukraine, Kyiv, (044) 252-7011, <http://orcid.org/0000-0002-3099-3491>

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF EDUCATIONAL PROCESS PARTICIPANTS IN THE WORK OF PSYCHOLOGICAL SERVICE EMPLOYEES

Abstract. The article examines the results of the research, which was carried out with the grant support of the National Research Fund of Ukraine within the framework of the project "Post-COVID social and psychological rehabilitation of educational process participants in the work of psychological service employees" (registration number 2021.01/0198).

The purpose of the research was to study the state of social and psychological rehabilitation of educational process participants by employees of the psychological service in the 2023-2024 academic year, and to determine the methodological requests and needs of the psychological service employees related to this work for the 2024-2025 academic year.

The sample included psychological service employees of the Chernivtsi region. The study was conducted in April-May 2024, and a total of 191 specialists took part in it as respondents. The procedure involved filling out electronic sample

forms created using survey software Google Forms.

It was found out that most often socio-psychological rehabilitation was carried out by the respondents precisely with students, and the least with internally displaced persons living in the territorial community, representatives of the administration and residents of the community. Rated lists of topics on social and psychological rehabilitation that psychological service workers would like to study, as well as areas of rehabilitation work and tools that they would like to master, are presented.

Forms, methods and technologies of socio-psychological rehabilitation the respondents considered to be the most effective and most often used in work as well as number of educational process participants on socio-psychological rehabilitation in 2023-2024 were determined.

The situation and needs of psychological service workers in improving their qualifications in social and psychological rehabilitation, as well as in supervisory and intervisional support, were studied.

Keywords: socio-psychological rehabilitation, psychological service, psychological assistance, post-traumatic recovery, mental health, resilience.

Постановка проблеми. Пандемія COVID-19, а потім і повномасштабна російсько-українська війна стали для кожної людини в Україні надзвичайною ситуацією, позначеною невизначеністю, тривогою та страхом, горем і втратами, з якою людині треба соціально-психологічна реабілітація, щоб жити далі. У зв'язку з цим, перед фахівцями психологічної служби системи освіти постали серйозні виклики пов'язанні з необхідністю здійснювати заходи соціально-психологічна реабілітація в мовані не тільки на першу психологічну допомогу чи кризову підтримку, а і на відновлення психічного здоров'я, учасників освітнього процесу, їхню соціально-психологічну реабілітацію.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз наукових досліджень з питань допомоги особам, які пережили травматичні події та офіційних документів засвідчив, що у попередні роки проблеми соціально-психологічної реабілітації в освітньому середовищі залишались поза увагою психологів та державних інституцій. У нормативно-правових документах, що визначають напрями та зміст роботи практичних психологів і соціальних педагогів закладів освіти, реабілітаційні послуги навіть не зазначено [3, 4].

До цієї тематики останнім часом у своїх дослідженнях звернулись науковці Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи НАПН України під керівництвом В. Г. Панка [1, 2]. Головною метою і кінцевим результатом соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу – педагогів, учнів та їх батьків, законних представників, зазначає В. Г. Панок, має бути їхнє соціальне благополуччя і психічне здоров'я. Соціально-психологічна реабілітація розуміється як від-

новлення втрачених внаслідок надзвичайних життєвих подій особистості соціальних зв'язків, формальних і неформальних статусів, функцій і ролей в структурі суспільних відносин, професійної і громадської діяльності, відновлення або повернення до усталеного стилю життя, поновлення життєвих перспектив.

Разом із реабілітацією, зазначає вчений, необхідно розглядати й процеси соціально-психологічної абілітації, яка передбачає набуття нових навичок міжособистісної взаємодії, встановлення нових соціальних зв'язків, формування оновлених уявлень особистості про себе і свого місця в соціумі. У такому випадку мова йде про посткатастрофне відновлення, посттравмівне особистісне зростання й відновлення [1].

Центральними ж поняттями, що потребують як окремих досліджень, так і розробки реабілітаційних методик і програм соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу, наголошує В. Г. Панок мають бути: робота з втратами, формування резильєнтності (життестійкості), посткатастрофне зростання (розвиток), соціально-психологічна абілітація, соціальне благополуччя як кінцева мета реабілітаційних заходів[1]. .

Мета статті – представити результати дослідження щодо вивчення стану здійснення соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу працівниками психологічної служби у 2023-2024 навчальному році, та визначенню методичних запитів та потреб, пов'язаних з цією роботою, працівників психологічної служби на 2024-2025 навчальний рік.

Виклад основного матеріалу. Дослідження здійснювалось за грантової підтримки Національного фонду досліджень України в межах проекту “Постковідна соціально-психологічна реабілітація учасників освітнього процесу в діяльності працівників психологічної служби” (реєстраційний номер 2021.01/0198).

Його метою було вивчення стану здійснення соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу працівниками психологічної служби у 2023-2024 навчальному році, та визначенню методичних запитів та потреб, пов'язаних з цією роботою, працівників психологічної служби на 2024-2025 навчальний рік.

Вибірка дослідження складалась з працівників психологічної служби Чернівецької області. Дослідження проводилося у квітні-травні 2024 року, загалом в ньому взяв участь 191 фахівець. Процедура передбачала заповнення бланків електронного зразку, створених за допомогою програмного забезпечення для адміністрування опитувань Google Forms.

Відповідно до отриманих результатів можемо зазначити, що більшість працівників психологічної служби розуміють зміст поняття “соціально-психологічна реабілітація” та найчастіше її трактують як: комплекс заходів, соціально-психологічна реабілітація ямованих на відновлення людини у правах, соціальному статусі, психічному здоров'ї та дієздатності, успішний

процес адаптації до навчання, у соціумі, набуття морально-психологічної рівноваги; відновлення втрачених або порушених психічних можливостей, психічного здоров'я; комплекс заходів (багаторівневий і динамічний), спрямованих на підтримку індивіда в освоєнні навичок соціальної взаємодії та самореалізації після досвіду травмівних або негативних подій; процес, соціально-психологічна реабілітація ямований на послаблення наслідків травмівних подій та відновлення людини після пережитого, її повернення до нормального життя; активізація здатності до життєтворення.

Важливо було дослідити, з якими категоріями учасників освітнього процесу здійснювалась соціально-психологічна реабілітація, як індивідуального так і групового характеру. Як бачимо на рисунку 1, найбільша кількість респондентів здійснювала соціально-психологічну реабілітацію саме зі здобувачами освіти (173 особи, 90% опитаних), трохи менше – з педагогічними працівниками (126 осіб, 66%) та батьками (105 осіб 55%). А найменша кількість опитаних повідомила що працювала з внутрішньо переміщеними особами (далі ВПО), що проживають в територіальній громаді (53 особи, 27,7%), представниками адміністрації (41 особа, 21,5%) та жителями громади (10 осіб, 5,2%).

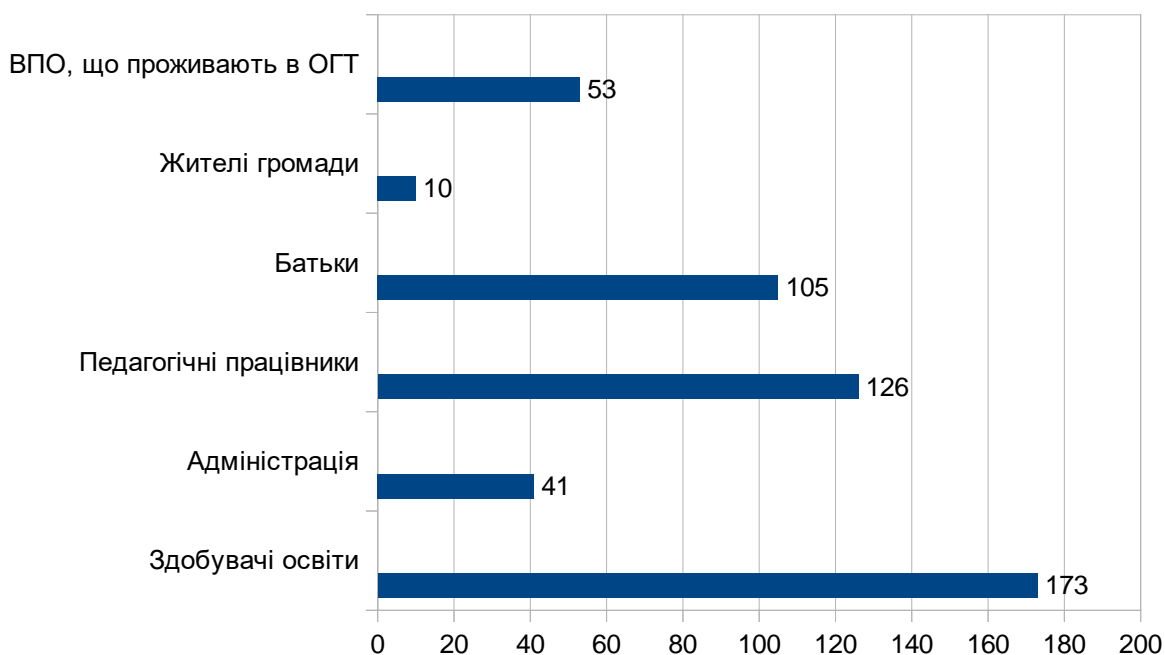


Рис. 1. Категорії учасників освітнього процесу з якими здійснювалась соціально-психологічна реабілітація

Фахівці психологічної служби поділились також побажаннями щодо тем, у програмах курсів підвищення кваліфікації, які вони хотіли б пройти найближчим часом. Теми охопили широкий спектр напрямів та інструментів.

Респонденти відзначали такі теми: робота з травмою, втратою та пост-травмівним стресовим розладом; формування життєстійкості, резильєнтності; підтримка ментального здоров'я; робота з тривогами та страхами; кризове консультування та супровід учасників освітнього процесу (також ВПО) в умовах війни та після її завершення; нормативно-правові документи, якими керується психолог при наданні психологічної допомоги (соціально-психологічної реабілітації); відновлення ресурсу, підвищення самооцінки дітей та мотивації до навчання; робота з сім'ями учасників бойових дій; психосоматика дітей та дорослих; розвиток навичок соціальної взаємодії, прийняття самостійності і довіри до власних можливостей; проблеми адаптації; соціально-психологічна реабілітація дітей, зокрема з особливими освітніми потребами; робота з дітьми, батьки яких зникли чи померли; структура організації соціально-психологічної реабілітації; розробка індивідуальних програм соціально-психологічної реабілітації (алгоритм та співпраця з іншими фахівцями); групові тренінгові заняття з відновлення втрачених когнітивних функцій, емоційного та соціального відновлення; новинки (вітчизняні та зарубіжні) для використання в роботі; практичні методи саморегуляції та стабілізації; психологічні особливості і соціальна ситуація розвитку дітей ВПО; профілактика явищ булінгу та суїциду; супровід дітей з самоушкоджувальною поведінкою; емоційна компетентність; робота з жертвами насилля; робота з емоційним/професійним вигоранням; врегулювання конфліктів, ненасильницьке спілкування; правила спілкування та робота з депресивними станами з військовими та ветеранами; розвивальні ігри на дрібну моторику для дітей з розладами аутичного спектру; інтернет-залежність.

До напрямів психологічної допомоги, знання в яких досліджували хотіли б поглибити найбільше, респонденти виділили такі: арт-терапевтичні технології соціально-психологічна реабілітація та методи когнітивно-повідінкової терапії. Також зазначали: предметну нейрокорекцію педагогічних працівників, мнемотехніки; травма-фокусовану терапію; практики майндфулнес.

Респонденти також назвали такі окремі практичні інструменти, якими вони хотіли б оволодіти: ізраїльська модель подолання стресу Basic PH; 4 стихії; методика "Картки сили" Світлани Ройз; використання МАК в підтримці ментального здоров'я; методика EMDR; методики КПТ (безпечне місце, сейф, пульт, сходинки); стабілізація емоційної сфери за допомогою дихальних вправ зокрема техніка "метелик", техніка релаксації Джейкобсона; метод флоатинга; методики психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації; технології вивчення травмівного досвіду та його наслідків у здобувачів освіти.

В дослідженні ми вивчали, також які форми соціально-психологічної реабілітації використовують фахівці психологічної служби в роботі з учасниками освітнього процесу для відновлення таких особистісних утворень як: особистісна цілісність "Я"; здатність ефективно жити, навчатись/працювати, авлятися з труднощами; емоційний, когнітивний, ресурсний стан після

втрата, гострих стресових станів; ментальне здоров'я в цілому. Ознайомившись з результатами представленими у таблиці 1 можемо відзначити, що найбільша кількість респондентів застосовує такі форми роботи: групові профілактичні заняття з розвитку резиліентності, емоційної саморегуляції, життєстійкості (цю форму використовують 53,9% опитаних); групові заняття як психологічна допомога (51,8%); індивідуальні заняття з розвитку резиліентності, емоційної саморегуляції, життєстійкості (49,2%); індивідуальні консультації/бесіди з використанням нарративного підходу (45%). Дещо менша кількість опитаних використовують в роботі такі форми: індивідуальна психологічна допомога (на всіх рівнях) (37,7%); групові тренінгові заняття з відновлення втрачених когнітивних функцій, емоційного та соціального відновлення (36,6%); групові консультації/бесіди з використанням нарративного підходу (31,4%). І найнижчі показники спостерігаються за такими формами: індивідуальні корекційно-розвиткові заняття з відновлення втрачених когнітивних функцій, емоційного та соціального відновлення (28,3%); індивідуальні консультації з елементами психотерапії (23,6%); групові заняття з елементами психотерапії (22,5%); групи психологічної /соціально-психологічної підтримки (22,5%).

Таблиця 1

Форми соціально-психологічної реабілітації, що використовують фахівці психологічної служби в роботі з учасниками освітнього процесу

Форми соціально-психологічної реабілітації	Відсоток респондентів, що їх використовують
Групові профілактичні заняття з розвитку резиліентності, емоційної саморегуляції, життєстійкості	53,9%
Групові заняття як психологічна допомога	51,8%
Індивідуальні заняття з розвитку резиліентності, емоційної саморегуляції, життєстійкості	49,2%
Індивідуальні консультації/бесіди з використанням нарративного підходу .	45%
Індивідуальна психологічна допомога (на всіх рівнях)	37,7%
Групові тренінгові заняття з відновлення втрачених когнітивних функцій, емоційного та соціального відновлення	36,6%
Групові консультації/бесіди з використанням нарративного підходу	31,4%.
Індивідуальні корекційно-розвиткові заняття з відновлення втрачених когнітивних функцій, емоційного та соціального відновлення	28,3%
Індивідуальні консультації з елементами психотерапії	23,6%
Групові заняття з елементами психотерапії	22,5%
Групи психологічної /соціально-психологічної підтримки	22,5%

У ході подальшої діагностики нами було досліджено з якою кількістю здобувачів освіти було проведено індивідуальну роботу з соціально-психологічна реабілітація у 2023-2024 роках. Тут і далі показники враховувались, якщо було надано від 3 до 12 консультацій (занять). 35,6% респондентів зазначили, що проводили таку роботу з 2-4 здобувачами освіти. Значна частина, а саме 20,4% респондентів вказали, що не проводять таку роботу. 16,2 % опитаних проводили та проводять дану роботу з дітьми в кількості від 5 до 9 осіб. 14% – вказали, що робота проводиться з однією дитиною. А найбільшу кількість дітей (10 та більше), з якими проводиться робота з соціально-психологічна реабілітація відзначили 13,6% фахівців.

Наступним ми дослідили з якою кількістю класів та груп здобувачів освіти було проведено чи проводиться робота з соціально-психологічна реабілітація в груповому форматі. 17,3% респондентів зазначили, що не проводять таку роботу. З однією групою проводиться дана робота у 11,5% опитаних. Найчастіше дана робота проводиться з 2-4 групами, і про це повідомили 39,8% досліджуваних. 19,4% проводять роботу з 5-и - 9-и класами. А найбільшу роботу, з 10 і більше групами проводять 12% опитаних.

На запитання про те, з якою кількістю батьків фахівці проводять роботу з соціально-психологічна реабілітація в індивідуальному форматі відповіді розподілились таким чином. Значна частина опитаних (37,2%) зазначили, що вони не проводять дану роботу з батьками. З тих хто проводить, 15,7% зазначили кількість батьків – одна особа. Від 2 до 4 батьків – 31,9% респондентів. 11,5% проводить роботу з кількістю від 5 до 9 батьків. І найменше, а саме 3,7% зазначили, що проводять індивідуальну соціально-психологічна реабілітація з 10 і більше батьками.

Далі ми дослідили ту саму роботу проте в груповому форматі з батьківськими групами. Результати дослідження свідчать про те, що половина опитаних фахівців (50,3%) не проводять роботу з соціально-психологічної реабілітації з батьківськими групами. 19,9% вказали, що робота проводиться з однією батьківською групою. Трохи більше (24,6%) зазначили, кількість від 2 до 4 батьківських груп. Значно менше (3,7%) респондентів вказали, що проводили роботу з 5-9-ма батьківськими групами. А з 10 і більше групами роботу проводять лише 1,7% фахівців.

Також нами досліджувалась кількість педагогічних працівників, з якими проводиться індивідуальна робота з соціально-психологічної реабілітації. Відповіді респондентів свідчать про те, що 32,5% респондентів не проводять таку роботу. 17,3% проводять з 1 педагогом. 27,2% зазначили від 2 до 4 педагогів, з якими проводиться робота з соціально-психологічної реабілітації. 11,5% опитаних зазначили, що вони проводять роботу з 5-9-ма педагогами. І така ж кількість (11,5%) проводять індивідуальну роботу з 10 і більше педагогами.

Продовжили ми дослідженням кількості педагогічних працівників з якими проводиться робота з соціально-психологічна реабілітація проте вже в

груповому форматі. Отримані результати подібні до роботи в індивідуальному форматі. А саме, 30,4% респондентів не проводять таку роботу. 31,4% проводять чи проводили в одній групі. 26,7% вказали проведення роботи в 2-4 групах педагогів. 8,4% проводять роботу в 5-9 групах. Найменше (3,1%) проводять роботи з 10 і більше групами педагогічних працівників.

Ми попросили фахівців поділитись інформацією про те інструменти та методики яких психотерапевтичних напрямів вони використовують при проведенні соціально-психологічних заходів з учасниками освітнього процесу та отримали такі результати (див. табл. 2.) Як бачимо інструменти арт-терапевтичного підходу користується найбільшим попитом серед фахівців психологічної служби, його обирають 77% опитаних. На другому місці знаходяться: тілесно-орієнтований напрям (46,1%), позитивна терапія (41,9%) та когнітивно-поведінкова терапія (35,1%). Менше фахівців обирають для роботи з соціально-психологічної реабілітації такі напрями: психодрама (7,3%), гештальт терапія (4,2%), EDMR (2,6%) та травма-фокусовану терапію (3,1%). Деякі опитуванні зазначили що не використовують жодних психотерапевтичних практик, їх виявилось 4,7% з загального числа опитаних.

Таблиця 2

Інструменти психотерапевтичних напрямів, які використовуються фахівцями найчастіше при проведенні соціально-психологічної реабілітації

Психотерапевтичні напрями	Відсотки від загальної кількості опитаних
Арт-терапевтичний підхід	77%
Тілесно-орієнтований напрям	46,1%
Позитивна терапія	41,9%
Когнітивно-поведінкова терапія	35,1%
Психодрама	7,3%
Гештальт терапія	4,2%
Травма-фокусована терапія	3,1%
EDMR	2,6%
Не використовують жодних психотерапевтичних практик	4,7%

Ми поцікавились у респондентів, яке навчання практик соціально-психологічної роботи вони проходили та де. Найчастіше зустрічаються відповіді щодо проходження курсів підвищення кваліфікації при Чернівецькому ІІПО за такими темами: “Ефективні технології соціально-психологічного супроводу інклюзивної освіти та збереження ментального здоров’я”, “Забезпечення соціально-психологічного благополуччя та психічного здоров’я

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 11(45) 2024

учасників освітнього процесу”, “Теорія та практика застосування методів арт-терапії та арт-педагогіки в освітньому просторі”, “Формування соціально-психологічна реабілітаційного психологічного клімату в учнівському колективі”, “Психічна травма та шляхи її подолання”; “Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій”; “Соціально-психологічна реабілітація в закладах освіти: інструменти діагностики та відновлення”(Романовська Д. Д.).

Також значна кількість вказала про участь у вебсемінарах і вебінарах Чернівецького ІППО: “Збереження ментального здоров’я учасників освітнього процесу: інструменти соціально-психологічної реабілітації”; навчання методик “Незвичайна ситуація”, Техніка BASIC-PH, техніка ТТТ.

Чимала кількість респондентів повідомили про проходження ними навчань на таких інших платформах, проектах і т.п.: участь у форумі психодрами Української спілки психотерапевтів м Чернівці; курси у групі підтримки “Поруч”; навчання за програмою “Діти та війна; навчання технік зцілення “Фасилітатор з організації та проведення інтерактивної виставки Mental Trek”; “Когнітивно-процесуальна терапія для фахівців, що працюють із ВПО та іншими вразливими групами”; програма “Стійка Україна” з кризового управління, спілкування та психосоціальної допомоги в кризовому стані; IsraAID Форум кращих психосоціальних практик; соціальна педагогіка та психологічна реабілітація (на базі Кам’янець-Подільського університету); курси Прометеус – “Психологія стресу та способи боротьби з ним”, “Базова психологічна допомога в умовах війни”, “Травмівний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта”; Навчання Nazarevich ART, UkrHelp Foundation, First Aid of the Soul; workshop “Facilitating Uncertain Situations in the Work with Children”; ГО “Дівчата” “Інструменти психологічної підтримки для соціальних педагогів”, вебінари МОН України за ініціативи О. Зеленської; підготовка в галузі практичної психології в межах програми вивчення Авторського методу комплексної казкотерапії (керівник Петрушевич О. І., м. Львів); Навчальна програма базового та поглибленого рівня Центру психосоматичної медицини “Зцілення душі й тіла” USAID (автор програми доктор Джеймс С. Гордон (США); “Психологічна допомога і самопомога”; “Зміцнення потенціалу практичних психологів закладів освіти” за підтримки ЮНЕСКО та Уряду Японії (Дедов О); ЮНІСЕФ “Психологічна підтримка дітей та батьків в умовах війни”; “Нейрореабілітація військових”. Також серед опитаних був невеликий відсоток тих, хто займався самоосвітою за темою соціально-психологічної реабілітації.

Відомою серед фахівців психологічної служби є техніка “4 стихії” для відновлення і стабілізації психоемоційного стану, тому ми дослідили чи використовують фахівців у своїй роботі цей протокол. Результати опитування свідчать про те, що 55% з опитаних практикують використання цієї техніки в своїй роботі. Є й ті, що не використовують її, це 28,3% респондентів. Значна частина (16,8%) мала труднощі з відповіддю на питання.

Нами було виявлено, що 59,7% опитаних володіють знаннями про базовий протокол “4 стихії” та обирають правильну послідовність виконання етапів, а саме: повітря, вода, земля, вогонь.

На запитання щодо способів використання фахівцями програми соціально-психологічної реабілітації в роботі, як програми, за якою проводиться цикл занять (та кількість, яка зазначена в програмі) 19,4% респондентів вказали, що використовують її, дотримуючись структури та кількості занять в циклі програми. 11,5% – дали негативну відповідь на це ж питання. Частина (13.1%) використовує окремі блоки програми чи окремі заняття. Половина опитаних (50,3%) використовують окремі техніки (вправи та методи), тобто частково впроваджують інструменти у свої програми. 5,8% мали труднощі відповісти на запитання.

На наступному етапі ми дослідили, які програми та технології респонденти використовують у своїй роботі як повністю так і частково. Найпопулярнішою виявилась програма “Безпечний простір”, її використовують 63,45 опитаних нами фахівців. Друге місце зайняла програма “Особиста гідність. Безпека життя. Громадянська позиція” (55,5%). На третьому місці за частотою відповідей опинились “Психологічна абетка для дошкільників” (24,6%) та “Незвичайна ситуація” (14,7%). Додатково фахівці зазначили такі інструменти: “Дорослішай на здоров’я”, “Teddy bear Therapy”, “Як ти?”, “Радіти знову”, “Терапевтичний їжачок”, “Вирішую конфлікти та будує мир навколо себе”, “Зцілення душі й тіла”, “Смуга”.

На запитання щодо практик, які респонденти можуть рекомендувати для використання в роботі з соціально-психологічної реабілітації ми отримали такі відповіді (див. табл. 3). Найбільше визнання серед фахівців здобули дихальні техніки, їх рекомендує 88,5% респондентів. Наступними за частотою рекомендацій виявились: релаксації, медитації (62,8%); ігрові техніки (61,8%); арт методи (61,3%); практики заземлення (56,5%); технологія з розвитку емоційної саморегуляції (Романовська Д.Д.) (53.4%); казки, історії та притчі (52,9%). Значно менше для роботи з соціально-психологічна реабілітація фахівці рекомендували: групи підтримки (33,5%); техніку Basic-Ph (33%); терапевтичні практики (31,4%); техніки вдячності (22,5%) та майндфулнес практики (14,1%). Решта технік рекомендували менше 10% працівників психологічної служби, до них належать: техніка ТТТ, EDMR та ексоціально-психологічна реабілітаціяєс-дослідження, аналіз домінуючого емоційно-почуттєвого стану (Помиткін Е.О.).

Таблиця 3

**Рекомендовані фахівцями практики для роботи
з соціально-психологічної реабілітації**

Рекомендовані фахівцями практики	Відсотки від загальної кількості опитаних
Дихальні техніки	88,5%
Релаксації, медитації	62,80%
Ігрові техніки	61,8%
Арт методи	61,3%)
Практики заземлення	56,5%
Технологія з розвитку емоційної саморегуляції	53,4%
Казки, історії та притчі	52,9%
Групи підтримки	33,5%
Техніка Basic-Ph	33%
Терапевтичні практики	31,4%
Техніки вдячності	22,5%
Майндфулнес практики	14,1%

До найдієвіших практик соціально-психологічна реабілітація в своїй роботі фахівці найчастіше відносять: дихальні практики (“Квітка та свічка”, “Квадратне дихання”, “М’яким животом”, “Подвійне дихання”), методи арт терапії, техніки емоційної саморегуляції зокрема технології з розвитку емоційної саморегуляції (Романовська Д. Д.), техніки Світлани Ройз, техніку Джейкобсона, Basic-ph, ТТТ, заземлення, коло підтримки, “Опанування почуття тривоги і невизначеності, розвиток навичок саморегуляції: розробка заняття” (Гордієвський Д.С.); “Самодопомога в умовах стресу” (Тетяна Бовсуновська), “Шлях до зцілення” (Наталія Макієнко, Олександр Гершанов), техніки вдячності, техніки “Енергія в кактусі”, “1000 сльозинок” (Вікторія Назаревич), “Мобільна психологічна допомога” (Модифікація канадського застосунку “OSI Connect”), “Скарбничка ресурсів” (Мар’яна Франко), модифікація методики Луїзи Реддеман; “Каракулі” (Віннікот), “Мандала”, “Емоції в кубі”, “Три малюнки”, “Крила метелика”, “Безпечне місце”, “Стрес як ресурс”, “Картки сили”, “Безпечний простір”, “Як ти?”, “Незвичайна ситуація”.

Ми поцікавились чи відвідували фахівці психологічної служби супервізії чи інтервізії протягом 2023-2024 років (див. рис.2.) Половина опитаних (53.9%) не відвідували таких заходів. 31,9% зазначили, що відвідували в онлайн форматі, а 7,3% відвідували офлайн. Кілька відсотків опитаних утримались від відповіді, а також менше 1% респондентів самі проводили такі зустрічі.

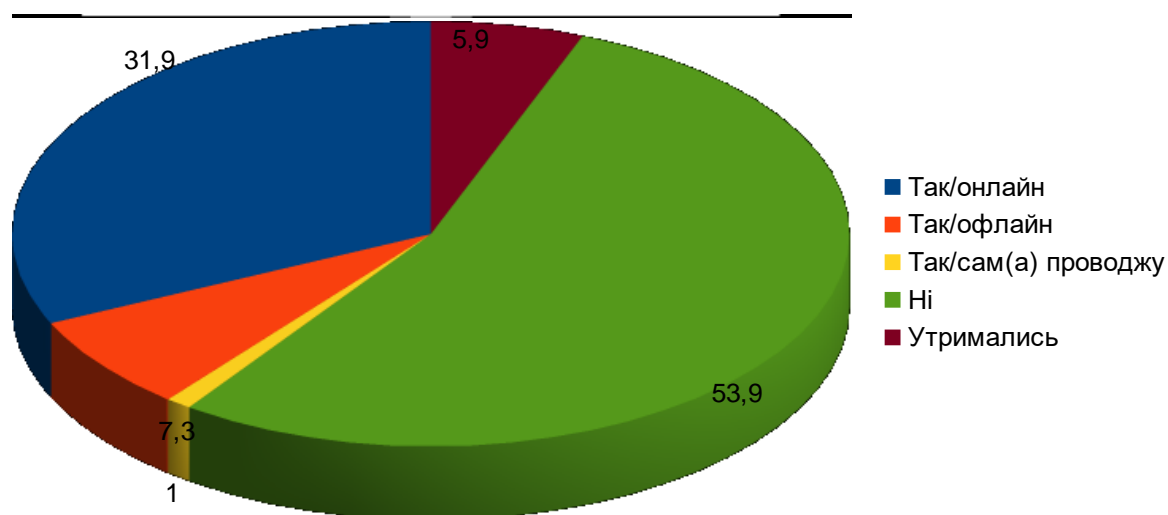


Рис. 2. Відвідування супервізій чи інтервізій фахівцями психологічної служби в 2023-2024 роках

Результати показали, що більшість тих, хто мав такий досвід, відвідували зустрічі організовані ІППО Чернівецької області. Значна частина опитаних вказали, що відвідували інтервізії у рамках проекту “Teddy bear Therapy” а також “Зміцнення потенціалу практичних психологів закладів освіти” за підтримки ЮНЕСКО та Уряду Японії (Дедов О). Також зустрічались відвідувачі інтервізій в рамках програми “Зцілення душі й тіла” USAD (центр психосоматичної медицини США) супервізором якої була Джоанна Робертсон; також програма “Про Світ” (Дедов О.А.); супервізії організовані Адлеріанською спілкою психотерапевтів; в рамках марафону КРОК проти насильства від ГО “ЕТ СЕТЕРА”; в групі методоб’єднання, супервізії Оксани Дмитрук; особиста супервізія.

Також ми дослідили причини, чому фахівці не відвідували та не відвідують супервізійні/інтервізійні зустрічі. 18,8% респондентів зазначили, що вони не знали хто, де та коли організовує такі зустрічі. Така ж кількість (18,8%) не відвідувала тому, що їм не підходили дата та час проведення. Не бачать потреби в таких зустрічах 16,2% опитаних. А в 4,7% опитаних присутні хвилювання щодо участі, вони не знають, що там говорити. Мала кількість фахівців, які як причину вказали те, що вони працюють нещодавно (або не працюють зараз), тому ще не почали відвідувати такі заходи, а деякі не мають розуміння що це і для чого, це і було їх причиною.

Ми попросили фахівців оцінити за шкалою від 0 до 10 рівень своєї професійної компетентності. В оцінювання включалось використання технік, методик, інструментів соціально-психологічного відновлення (реабілітації), а

також допомога, підтримка, психоедукація, та консультація учасників освітнього процесу. Звернувшись до рисунку 3, можемо спостерігати, що більшість оцінок близькі до середніх з тенденцією до вищих. Так, більшість (27,7%) оцінили свою професійну компетентність на 7 балів з 10. Значна частина оцінювала себе як фахівця на 8 балів (19,4%), на 6 балів (16,8%) та 5 балів (15,7%). Решта оцінок обирали менша кількість фахівців.

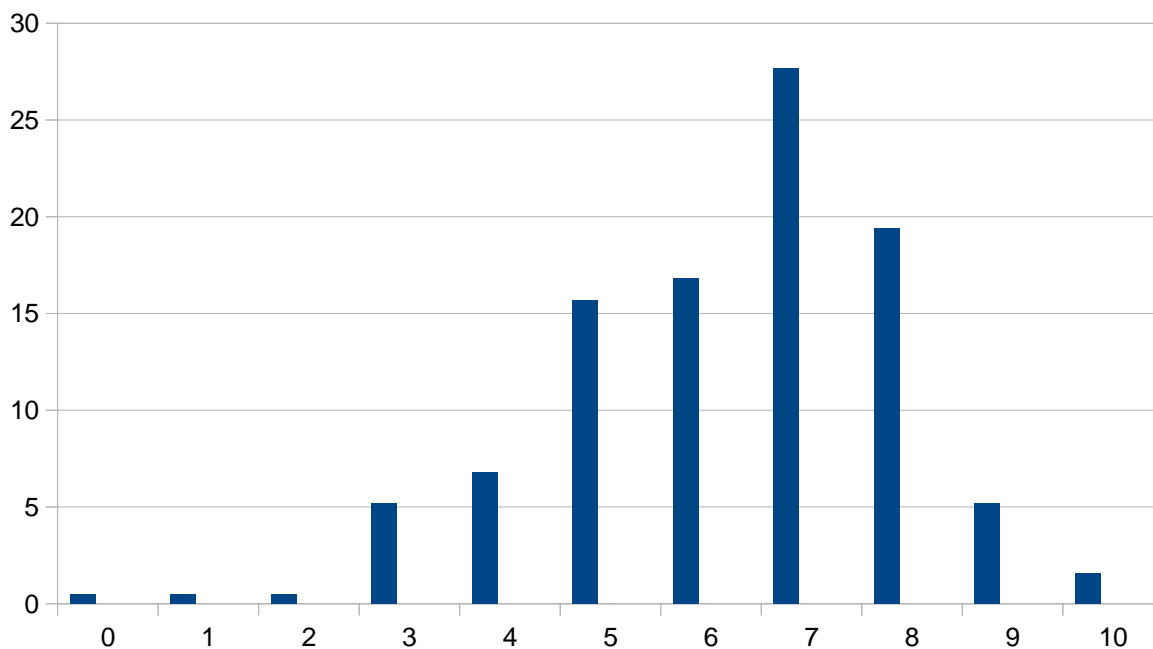


Рис. 3. Самооцінка фахівцями своєї професійної компетентності

На запитання щодо того, чи мають фахівці укладений ними, свій особистий професійний комплект методик, інструментів соціально-психологічної реабілітації для роботи з різними віковими категоріями учасників освітнього процесу, в якій не менше 22-25 інструментів, ми отримали такі результати. 28,3% зазначили про існування такого особистого комплексу. Переважна більшість опитаних, а саме 50,8%, зазначили що мають окрему папку, або в роздрукованому або в електронному форматі. Також частина (20,9%) фахівців вказали, що професійний комплект є та вони системно і повністю. Використовують техніки, які запропоновані в конкретному/конкретних посібнику/посібниках.

На завершальному етапі респонденти поділились інформацією про те, які засоби для відновлення стану після втоми, стресових реакцій вони використовують для себе особисто і вважають найефективнішими.

Найефективнішими серед фахівців є: дихальні техніки (квадратне дихання, метелик, квітка, свічка); задоволення базових фізіологічних потреб (повноцінний сон, здорове харчування, зберігати водний баланс); арт методи (вишивка, малювання, каракулі, ліплення, пісок); тілесно орієнтовані методи;

відпочинок (прогулянки, на природі, подорожі, мандрівки в гори) та фізична праця біля дому або побутові соціально-психологічна реабілітація; заняття спортом; техніки емоційної саморегуляції: медитації, техніки заземлення, релаксації, техніки вдячності, ТТТ, Basic Ph, майндфулнес, техніка 5-4-3-2-1, ресурсна вправа “Я є. Я маю. Я можу. Я буду”, проєктивний тест “Ваші життєві цінності”, техніка “Сфери життя”, “4 стихії”; зміна виду діяльності; музикотерапія (прослуховування/написання музики, спів).

Також ефективними методами відновлення стану менша кількість респондентів зазначали: час проведений наодинці; щоденник спостережень (трекер емоцій); час з домашніми улюбленцями; соціальна підтримка (час з рідними та друзями); тілесний контакт (обійми); інформаційний детокс (від телефону); професійна допомога фахівця; читання.

Висновки. Підсумовуючи зазначимо, що одержані результати свідчать про те, що період завершення пандемії COVID-19 в умовах війни актуалізував потребу у здійсненні ефективної соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу. Працівники психологічної служби системи освіти доволі ефективно здійснюють соціально-психологічну реабілітацію всіх учасників освітнього процесу та інших членів територіальних громад, переважна більшість з них пройшла навчання практик соціально-психологічної роботи і має свій особистий професійний комплект методик, інструментів соціально-психологічної реабілітації для роботи з різними віковими категоріями учасників освітнього процесу. Найчастіше соціально-психологічної реабілітація здійснюється саме зі здобувачами освіти, а найменше - з внутрішньо переміщеними особами, що проживають в територіальній громаді, представниками адміністрації та жителями громади.

Виявлено також, що у працівників психологічної служби наявна потреба у підвищенні свого фахового рівня щодо методів і технологій здійснення соціально-психологічної реабілітації постраждалих від пандемії COVID-19 та воєнних дій.

Центральними поняттями, що потребують як окремих досліджень, так і подальшого розроблення реабілітаційних методик і програм соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу мають бути: робота з втратами, формування резильєнтності (життєстійкості), посткатастрофне зростання (розвиток), соціально-психологічна абілітація, соціальне благополуччя як кінцева мета реабілітаційних заходів.

Література:

1. Панок В. Г. Теоретико-методологічні питання постковідної соціально-психологічної реабілітації учасників освітнього процесу в умовах війни. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей)*: збірник наукових праць за матеріалами VII Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Харків, 26-28 жовтня 2023 р. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2023. С. 68–69. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10156872>

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 11(45) 2024

2. Подолання наслідків пандемії COVID-19 у закладі освіти : навчально-методичний посібник / В. Г. Панок та ін. ; за наук. ред. В. Г. Панка. Київ : ДІА, 2021. 224 с. URL : <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729074>

3. Про затвердження професійного стандарту “Практичний психолог закладу освіти” : Наказ МОН України № 6/1427-20 від 30.11.2020 року. URL: https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf .

4. Романовська Д. Д. Специфіка постковідної соціально-психологічної реабілітації у закладах освіти в період війни. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей)* : збірник наукових праць за матеріалами VII Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Харків, 26-28 жовтня 2023 р., ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2023. С. 81–90.

References:

1. Panok, V. G. (2023). Teoretyko-metodolohichni pytannia postkovidnoi sotsialno-psykholohichnoi rehabilitatsii uchasykyv osvithnoho protsesu v umovakh viiny [Theoretical and methodological issues of post-COVID socio-psychological rehabilitation of participants in the educational process during the war]. *Kharkivskyi osinnii marafon psykhotekhnolohii (kataloh psykhotekhnolohii; tezy dopovidei)*: zbirnyk naukovykh prats za materialamy VII Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu, m. Kharkiv, 26-28 zhovtnia 2023 r. Kharkiv – In *Kharkiv Autumn Marathon of Psychotechnologies (catalog of psychotechnologies; conference abstracts): Collection of scientific papers based on the materials of the VII All-Ukrainian Scientific and Practical Conference with international participation, Kharkiv, October 26-28, 2023, 68–69 [in Ukrainian].*

2. Panok, V. G. (Eds.). (2021). *Podolannia naslidkiv pandemii COVID-19 u zakladi osvity: navchalno-metodychnyi posibnyk [Overcoming the consequences of the COVID-19 pandemic in educational institutions: A teaching guide].* Kyiv: VTD [in Ukrainian].

3. *Nakaz MON Ukrainy Pro zatverdzhennia profesiinoho standartu “Praktychnyi psykholoh zakladu osvity” : № 6/1427-20 vid 30.11.2020 roku [Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine on the Approval of the Professional Standard “Practical Psychologist of an Educational Institution” : No. 6/1427-20 dated November 30, 2020]*[in Ukrainian].

4. Romanovska, D. D. (2023). *Spetsyfika postkovidnoi sotsialno-psykholohichnoi rehabilitatsii u zakladakh osvity v period viiny [Specifics of post-COVID socio-psychological rehabilitation in educational institutions during the war].* *Kharkivskyi osinnii marafon psykhotekhnolohii (kataloh psykhotekhnolohii; tezy dopovidei)*: zbirnyk naukovykh prats za materialamy VII Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu, m. Kharkiv, 26-28 zhovtnia 2023 r. Kharkiv – In *Kharkiv Autumn Marathon of Psychotechnologies (catalog of psychotechnologies; conference abstracts): Collection of scientific papers based on the materials of the VII All-Ukrainian Scientific and Practical Conference with international participation, Kharkiv, October 26-28, 2023, 81–90 [in Ukrainian].*