



**Wspieramy
Ukrainę**

**Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological assistance
in war conditions**
International Research & Training Conference

Ukraine: a year of indomitability.

Effective practices of psychological assistance in war conditions

Polish-Ukrainian project

4 March 2023

Lublin, Poland - Kyiv, Ukraine

Instytut Profilaktyki I Psychoterapii w Lublinie
Stowarzyszenie Natanaelum

Projekt jest finansowany w ramach Programu „Wspieramy Ukrainę”, utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji.





**Wspieramy
Ukrainę**

**Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological assistance
in war conditions**

International Research & Training Conference

CONFERENCE PROCEEDINGS

International research & training conference

**‘Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological
assistance in war conditions’**

4 March 2023

Lublin, Poland – Kyiv, Ukraine

Advisor of conference – dr hab. Julia Gorbaniuk, prof. KUL – Department of
Psychology of Emotions and Motivation, John Paul II Catholic University of Lublin

Scientific & Programme Committee:

dr Joanna Chwaszcz – Department of Social Psychoprophylaxis, John Paul II
Catholic University of Lublin

dr Tetyana Yablonska, professor, Taras Shevchenko National University of
Kyiv

dr Tetyana Melnychuk, PhD, Senior researcher, H.S. Kostyuk Institute of
Psychology, National Academy of Sciences of Ukraine

Projekt jest finansowany w ramach Programu „Wspieramy Ukrainę”, utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności,
realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji.



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI



References

- Bowen M. Family therapy in clinical practice. NJ: Jason Aronson, 1978. 556 p.
- Heppner P.P., Petersen Ch. H. Розвиток та Implication of Personal Problem Solving Inventory. «*Journal of Counseling Psychology*», 1982 №29, P.66-75.
- Kerr M. E., Bowen M. Family evaluation: An approach based on Bowen theory. NJ: W.W. Norton&Co, 1988. 402 p.
- Levy K. N., Draijer N., Kivity Y., Yeomans F. E. Transference-Focused Psychotherapy. *Current Treatment Options in Psychiatry*. 2019. P. 55-67.
- Minuchin S. Families and family therapy. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1974. 261 p.
- Noriega, G., Ramos, L., Medina-Mora, M. E., Villa, A. R. Prevalence of codependence in young women seeking primary health care and associated risk factors. *American Journal of Orthopsychiatry*. 2008. P. 199-210.

Людмила Колісник,

кандидат психологічних наук, практичний психолог,
Сумський державний університет,
заступник голови АПВШУ
e-mail: kolisnyk24lyu@gmail.com

Тетяна Неминуца,

психолог студентської соціальної служби НТУУ КПІ ім. І.Сікорського
e-mail: tataneman73@gmail.com

ІННОВАЦІЙНІ ФОРМИ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ В УКРАЇНІ У ВОЄННИЙ ЧАС

Ключові слова: студентська молодь, психологічна допомога.

Консолідація зусиль зарекомендувала себе ефективним прийомом покращення продуктивності роботи. Професійні об'єднання є одним з прикладів того, як згуртування фахівців певної галузі позитивно позначається як на їх професійному розвитку, так і на якості їх товарів чи послуг (Аряєв та ін., 2021; Гурник, Литовченко, & Куньо, 2019; Логвиненко, 2022; Пришляк, 2014) Значення психологічних асоціацій детально описане у зарубіжній науковій



Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological assistance in war conditions

International Research & Training Conference

літературі (Grossman, 2012; Guite, 2022; Langhorne 1961; Markova et al. 2013). В українській науці наразі бракує представлення результатів роботи психологічних професійних об'єднань. Водночас сьогодні в Україні існує низка громадських організацій, які позитивно себе зарекомендували та користуються повагою та попитом у колег.

Однією з таких є Асоціація психологів вищої школи України (АПВШУ), яка об'єднує зусилля практичних психологів ЗВО України. Заснована влітку 2020 року, сьогодні вона налічує більше 110 психологів з понад семидесяти ЗВО. Метою створення Асоціації є об'єднання зусиль професійної спільноти психологів, які працюють у закладах вищої освіти, задля забезпечення соціально-психологічного супроводу освітнього процесу через розвиток системи психологічної служби вищих навчальних закладів та підтримання належного рівня психічного здоров'я всіх учасників освітнього процесу.

Виникнення АПВШУ є реакцією, з одного боку, на підвищений попит на психологічні послуги під час пандемії COVID-19, а з іншого – на потребу психологів у створенні вузькоспеціалізованої професійної спільноти. Особливості етики роботи практичного психолога, специфіка сфери діяльності та обмежена кількість штатних психологів у ЗВО (або взагалі їх відсутність) спонукали колег до пошуку однодумців для підвищення ефективності як окремих психологічних служб ЗВО, так і всього напрямку в цілому.

АПВШУ створила умови для обміну знаннями та досвідом на спільних внутрішніх практичних та методичних семінарах, а також під час роботи інтерв'язійної групи. Можливість спільних психопросвітницьких, психопрофілактичних, психодіагностичних, психокорекційних проектів психологів різних ЗВО значно розширює охоплення цільової групи.

Окремим викликом для фахівців психологічної сфери стало повномасштабне вторгнення РФ на територію України. Кількість запитів до психологів значно зросла, у той час як навіть у тих ЗВО, де були психологічні служби, стало не можливо отримати психологічну допомогу внаслідок активних бомбардувань.

Projekt jest finansowany w ramach Programu „Wspieramy Ukrainę”, utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji.



Так у буремні часи лютого 2022 року АПВШУ стала базою для створення ініціативи «АПВШУ та друзі», яка була покликана професійно відреагувати та ситуацію, що склалася. До команди психологів ЗВО (членів АПВШУ) приєдналася команда психологів, психіатрів та психотерапевтів України, які на волонтерській основі почали працювати зі студентами, викладачами та співробітниками ЗВО України. Перевагами такого об'єднання зусиль стали:

- всі без виключення студенти ЗВО України одержали можливість звернутися до психолога в індивідуальному чи груповому форматі»;
- у перші тижні надзвичайної ситуації фахівці були на зв'язку 24/7;
- комплексний підхід до реагування на запит за необхідності забезпечувала команда психологів, психіатрів та психотерапевтів;
- індивідуальний підхід у роботі полягав як у виборі студентом бажаної форми одержання допомоги, так і у виборі фахівцем зручної форми взаємодії та інколи навіть запиту;
- швидке інтегрування нових колег у спільноту вже попередньо згуртованих членів АПВШУ сприяло активній та ефективній внутрішній комунікації;
- окрема робота з вузькими цільовими групами: студентами та викладачами.

Сервіси, які були створені у рамках ініціативи:

- цілодобові групи психологічної підтримки на платформі Zoom у перші тижні повномасштабного вторгнення, де фахівці позмінно чергували;
- щоденні групи психологічної підтримки на платформі Zoom, обмежені у часі;
- щотижневі групи психологічної підтримки на платформі Zoom різного спрямування (психоаналітичні групи, гештальт, EMDR тощо);
- індивідуальні консультації з попереднім записом;
- тематичні психопросвітницькі семінари;



**Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological assistance
in war conditions**

International Research & Training Conference

- інформаційна кампанія з поширення актуальних психологічних знань через сервіси психологічних служб ЗВО, соціальні мережі, створений телеграм-канал Ініціативи, ресурси партнерів.

На окрему увагу заслуговує створений телеграм-чат, який став прихистком одночасно для близько 200 студентів. Особливістю чату є не лише дружнє спілкування ровесників, а затверджені правила спілкування та модерація психолога. Така організація надання психологічної допомоги забезпечила:

- стабільність, неперервність роботи сервісу, підтримку зв'язку не зважаючи на дистанцію, переміщення, якість стільникового з'єднання;
- відчуття приналежності, причетності, можливість уникнення ізоляції;
- поглиблену відвертість спілкування, якій сприяла, зокрема, анонімність реєстрації у додатку;
- унікальну позицію психолога (саморозкриття, рівноцінна участь у діалозі, анонімність, взаємозамінність психологів у чаті, психоедукація через дружню бесіду, мотивування через емоційне зараження);
- практику рівний-рівному (досвідчені учасники чату ставали підтримуючими фігурами для нових);
- розширенню світогляду студентів через взаємозбагачення;
- безбар'єрність одержання психологічної допомоги (серед учасників чату молодь з особливими потребами, для якої текстове спілкування інколи єдиний доступний спосіб взаємодії);
- можливість відчувати приналежність через знаходження «в тіні» (частина учасників чату лише читає переписку інших, які є для них живою книгою/п'єсою);
- отримання ресурсів та психологічних інструментів для підтримки свого оточення.

Варто також відзначити, що розроблений у рамках ініціативи алгоритм роботи сприяє профілактиці професійного вигорання психологів. Такий позитивний вплив спричинений: внутрішньою комунікацією, регулярними

Projekt jest finansowany w ramach Programu „Wspieramy Ukrainę”, utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji.



**Ukraine: a year of indomitability. Effective practices of psychological assistance
in war conditions**

International Research & Training Conference

інтервізіями, можливістю взаємозамінності та гнучкого графіку, довільний вибір форм роботи та запитів.

Результатом описаної ініціативи «АПВШУ та друзі», яка продовжує функціонувати, є розширення можливостей психологічних служб ЗВО України та забезпечення доступу всіх студентів до якісних психологічних послуг.

Література

- Аряєв, М. Л., Капліна, Л. Є., Сеньківська, Л. І., Павлова, В. В., Усенко, Д. В., Стрельцов, М. С., & Георгієв, П. В. (2021). Роль професійних асоціацій у системі безперервного професійного розвитку педіатрів і сімейних лікарів. одеський медичний журнал.
- Гурник, А. В., Литовченко, А. О., & Куньо, М. Д. Значущість взаємодії різнорідних сил для підвищення ефективності їх дій у надзвичайних ситуаціях. Розвиток цивільного захисту в сучасних безпекових умовах: Матеріали 21 Всеукраїнської науково-практичної конференції (за міжнародною участю).– Електронне видання комбінованого використання. Київ: ІДУЦЗ, 2019. 324 с.
- Логвиненко, Т. (2022). Міжнародні організації та професійні асоціації як суб'єкти розвитку соціальної роботи та професійної підготовки до неї. Наука і техніка сьогодні, (4 (4)).
- Пришляк, О. Ю. Розвиток фахівців соціономічної сфери в професійних асоціаціях й об'єднаннях. Науковий вісник Ужгородського національного університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота / гол. ред. І.В. Козубовська. Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2014. Вип. 32. С. 159–161.
- Grossman. (2012). The Benefits of Joining Professional Organizations. In Getting Better at Private Practice (pp. 150–163). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118089972.ch9>
- Guite, Jessica et al. “What Do Psychologists Most Value in Their State Organizations? The Connecticut Psychological Association (CPA) Perspective.” Professional psychology, research and practice 53.4 (2022): 325–332. Web.
- Langhorne, M. C. (1961). The roles of psychological associations. American Psychologist, 16(1), 41–43. <https://doi.org/10.1037/h0045196>
- Markova, G., Ford, R.C., Dickson, D.R. and Bohn, T.M. (2013), Professional Associations and Members' Benefits: What's in It for Me? Nonprofit Management and Leadership, 23: 491-510. <https://doi.org/10.1002/nml.21076>