

Інвестиції у психологічне здоров'я здобувачів сьогодні є інвестиціями у здорове, продуктивне та щасливе суспільство завтра. Здорові психологічно, випускники краще адаптуються до професійного життя, будують міцні стосунки та вносять позитивний вклад у розвиток країни. Тому питання психологічного здоров'я у вищій освіті має залишатися пріоритетом для всіх зацікавлених сторін.

Олександр Черненко,

доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України,
кандидат медичних наук, доцент;

Кирило Пасинчук,

доцент кафедри підвищення кваліфікації та
спеціалізованої підготовки у сфері цивільного захисту
Національного університету цивільного захисту України,
кандидат педагогічних наук, доцент

ПІДТРИМКА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

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 добробуту людини в країні визначає загальний стан суспільства й суспільних відносин зокрема.

Система освіти відіграє вирішальну роль у забезпеченні становлення, розвитку та саморозвитку молоді особистості, формуванні соціальних відносин та соціальної компетентності, набутті навичок і компетентностей молодих громадян України. В умовах катастрофічних подій сьогодення 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. Стійкість системи освіти – це насамперед результат самовідданої роботи педагогічних працівників, працівників психологічної служби та місцевої громадськості. Питання захисту та підтримки ментального здоров'я здобувачів освіти сьогодні є одним із першочергових завдань усіх освітян [1; 2].

У контексті розв'язання загальної проблеми захисту та підтримки ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану слід виокремити низку організаційно-методичних проблем надання психологічної допомоги різним категоріям постраждалих від війни осіб. Основні проблеми такі. Брак кваліфікованих фахівців. Ця проблема зумовлена об'єктивною нестачею спеціалістів, що мають відповідну кваліфікацію та підготовку для роботи як з

воєнними травмами, так і з іншими спричиненими війною травмівними для цивільного населення наслідками. Важливим аспектом цієї проблеми є високий рівень стресу та професійного вигорання, що властиво фахівцям, які надають психологічну допомогу.

Проблема доступності послуг зумовлена проблемами географічної доступності та наявності об'єктивних фінансових бар'єрів, а також недостатнім рівнем інформування населення щодо можливості одержання відповідної професійної допомоги. Адже психологічні послуги у віддалених або окупованих районах є важкодоступними.

Проблема методичного забезпечення в Україні наразі немає єдиних стандартів і протоколів надання психологічної допомоги в умовах війни. Так само нагальною є потреба в розробленні та адаптації методик, які би враховували специфіку воєнних травм. Організаційні проблеми. Пов'язані з недостатньою координацією між різними організаціями та установами, що надають психологічну допомогу, і браком ефективних механізмів моніторингу та оцінювання якості наданих психологічних послуг [1; 2].

Проблеми ефективної психоедукації та поліпшення обізнаності полягають у зазвичай недостатній обізнаності населення щодо доступних послуг і важливості ментального здоров'я, а також у соціальній стигматизації, пов'язаній з отриманням психологічної допомоги. Доцільним є впровадження для населення освітніх програм, у яких би йшлося про важливість ментального здоров'я та способи його підтримки в умовах війни. Проблема інтердисциплінарного підходу. Впливає з об'єктивної необхідності тісної співпраці психологів з медичними працівниками, соціальними службами та правоохоронними органами та формування міждисциплінарних команд для комплексного підходу до надання допомоги. Проблема належного рівня підтримки на рівні держави та громадських організацій. Полягає в нечіткій сфокусованості державної політики, що мала би забезпечувати розроблення та впровадження державних програм з підтримки ментального здоров'я, зокрема за умови активного залучення неурядових організацій у процес надання психологічної допомоги. Проблема забезпечення ефективної підготовки та навчання фахівців. Її вирішення потребує організації постійних тренінгів і навчальних програм для психологів, соціальних і медичних працівників з метою підвищення їхньої кваліфікації в умовах воєнного стану, а також використання міжнародного досвіду та практик для розроблення навчальних програм і методик надання допомоги [2; 3].

Проблема забезпечення психологічної підтримки для фахівців, які працюють з постраждалими від війни. Така підтримка спрямовується на запобігання професійному вигоранню фахівців та підтримку їхнього емоційного стану. Вона може полягати у впровадженні регулярних супервізійних та інтервізійних сесій для обміну досвідом та отримання зворотного зв'язку. Необхідність постійного здійснення моніторингів, наукових досліджень, збирання та аналізу даних. Такі дослідження мають бути спрямовані на встановлення особливостей впливу війни на ментальне здоров'я різних груп населення та визначення ефективності різних методів втручання.

Також важливим є завдання розроблення систем моніторингу та оцінювання для постійного вдосконалення програм психологічної допомоги.

Проблема належного фінансування та забезпечення ресурсами полягає в недостатньому забезпеченні стабільного фінансування програм психологічної допомоги з боку держави та міжнародних донорів, а також недостатньому забезпеченні необхідним обладнанням та іншими ресурсами для надання якісної психологічної та медичної допомоги [4; 5].

Проблема недосконалості законодавчого регулювання. Її вирішення потребує вдосконалення законодавства, що регулює надання медико-психологічної допомоги в умовах воєнного стану та забезпечення правового захисту для фахівців, що надають психологічну допомогу, і для самих постраждалих. Проблема забезпечення широкої суспільної підтримки та участі. Важливим завданням є більш активне залучення громадян до процесів надання допомоги та підтримки постраждалих від війни, а також подальший розвиток волонтерських програм для надання психологічної підтримки та допомоги.

Розв'язання означених організаційно-методичних проблем потребує системного підходу й тісної співпраці між різними зацікавленими сторонами, включно з державними органами, міжнародними організаціями, громадськими організаціями, науковими установами та професійними спільнотами. Завданням науковців тут є інформування державних установ і суспільства загалом про актуальні проблеми захисту психічного здоров'я громадян України та розроблення науково обґрунтованих рекомендацій для найбільш ефективного розв'язання ідентифікованих проблем [5; 6].

Список використаних джерел

1. Гуцол К. В. Дискурсивні контексти формування життєвої компетентності української молоді під час війни. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. №6 (76). 29 – 36 с.

2. Кокун О. М. та ін. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: методичний посібник. Київ-Одеса: Фенікс. 2022.

3. Кремень В. Г. Вища освіта України в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення: виклики і відповіді: науково-аналітична доповідь. Київ. 2023.

4. Кузьменко Ю. Психологічні особливості стану та наслідків для осіб, що пережили втрату близьких їм людей під час війни. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2022.

5. Максименко С. Д. Деркач Л. М. Розуміння сучасної когнітивної війни в глобальному вимірі, її генезис в українському контексті: огляд та напрямки майбутніх досліджень. *Оборона і стратегія. Університет оборони БРНО*. 2023. 23 (1). с. 126 – 148.

6. Панок В. Г. Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. № 5(1). С. 1–12.