

**Про роботу Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України
щодо надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок
кризових травмівних подій**

Доповідь заступника директора з науково-інноваційної
роботи Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України
Кокуна О.М.

Шановний Василю Григоровичу,
шановні члени Академії, шановні присутні!

Проблема ефективної психологічної допомоги населенню стала для фахівців-психологів одним із найнагальніших викликів сьогодення. Адже, як показала практика, ні суспільство в цілому, ні відповідні служби, ні самі учасники часто виявлялися не готовими до тих жахливих за своїми масштабами та наслідками подій, які спіткали країну останнім часом. Враховуючи тривалі та вкрай негативні наслідки для сотень тисяч наших співвітчизників викликані цими подіями, зрозуміло, що проблема психологічної допомоги постраждалим в них буде вкрай актуальною ще багато років.

Вирішення цієї проблеми стало справжнім громадянсько-професійним викликом для багатьох співробітників Інституту психології імені Г.С. Костюка. Вони, поряд із виконанням планової і теж суспільно актуальної наукової роботи, об'єднали свої зусилля в діяльності Кризового центру медико-психологічної допомоги.

Цей центр вже більше року діє на волонтерських засадах під патронатом директора Інституту, академіка С.Д. Максименка за трьома основними напрямками:

1) надання практичної психологічної допомоги постраждалим внаслідок кризових травматичних подій, а саме: вимушеним переселенцям з Криму та східних регіонів України; військовослужбовцям, які поранені чи зазнали психологічних травм в зоні АТО;

2) організація науково-психологічної та практичної допомоги Збройним силам України, зокрема проведення профілактичної та реабілітаційної роботи з військовослужбовцями у зоні АТО та членами їх сімей;

3) здійснення навчально-методичної роботи.

Коротко зупинюся на кожному з напрямів.

Відразу після створення центру було організовано відбір та навчання волонтерів для практичної роботи з постраждалими, відкрито гарячу лінію «Телефон довіри» з цілодобовим чергуванням. Одними із перших його абонентів у березні 2014 року стали моряки Чорноморського флоту, заблоковані в бухті Донузлав. За рік надано 440 очних консультацій, а службою «Телефон довіри» прийнято 2680 звернень. Окрім роботи в самому Центрі, співробітники Інституту також працювали у складі мобільних груп.

Люди, які звертались за допомогою, були активними учасниками або свідками подій, які відбувались на Майдані в січні-лютому 2014 року, переселенці із зони АТО, мешканці Києва, військовослужбовці. Коло проблем, з яким найчастіше зіштовхувалися консультанти, охоплювали наступне: переживання тривоги, страхів, депресивні стани, увесь спектр симптоматики гострої реакції на стрес, ознаки посттравматичного стресового розладу тощо.

Важливою складовою діяльності Центру стала психологічна кризова допомога переселенцям з Криму та сходу України. Вона надавалася переважно в приймальному пункті переселенців, а також у санаторіях, де їх тимчасово розміщували. Всього була надана допомога 487 сім'ям.

Внаслідок зростання масштабів військової агресії на сході України пріоритетним напрямом роботи стало надання науково-психологічної та практичної допомоги Збройним силам України. Для цього було сформовано волонтерську групу, в тому числі мобільні групи психологів – волонтерів, які виїжджали у зону АТО та місця постійної дислокації військових частин. Також організовано науково-практичну співпрацю із Державною прикордонною службою України та Науково-дослідним центром гуманітарних проблем Збройних сил України.

Загалом, різними формами роботи було охоплено понад 2000 військовослужбовців. Це – індивідуальні консультації, просвітні заходи, лекції з демонстрацією навичок надання першої психологічної допомоги, тренінги з формуванням навичок самопомоги, групова психотерапія.

З липня 2014 р. було розпочато активне надання психологічної допомоги бійцям, які були поранені чи зазнали психологічних травм в зоні АТО. Спочатку волонтери Центру опікувалися пораненими бійцями в Головному військовому клінічному шпиталі МО України та у Ірпінському військовому шпиталі. За період з липня по жовтень 2014 року психологічна допомога у різних її формах була надана понад 600 пораненим бійцям. В кінці жовтня було укладено договір про співпрацю з Клінікою професійних захворювань Інституту медицини праці НАМН України, відповідно до якого,

за спільною ініціативою медиків і психологів відкрито реабілітаційне відділення для учасників АТО, які потребують подальшої медико-психологічної реабілітації після проходження курсу лікування у шпиталю. У межах роботи цього відділення психологічна допомога здійснюється в індивідуальній (8 - 10 сесій) та груповій (6 - 8 зустрічей) формах. З листопада 2014 року до березня 2015 року таку допомогу надано 80 бійцям, з якими проведено понад 1280 зустрічей в індивідуальному і груповому форматах.

Важливим напрямом роботи Кризового центру стало проведення навчальної та психогігієнічної роботи з волонтерами, а також розроблення для неї дієвого методичного забезпечення. У цій роботі брали участь наступні групи волонтерів: психологи-психотерапевти, волонтери – представники інших допоміжних професій (соціальні працівники, педагоги, шкільні психологи), медичні працівники (лікарі, медичний персонал), волонтери з різних благодійних фондів та громадських організацій (наприклад, “Крим – SOS”).

Для всіх груп волонтерів характерними стали вікарна (опосередкована) травматизація та емоційне вигорання. З метою профілактики та опрацювання таких станів у волонтерів здійснюються: 1) тематичні семінари та тренінги по роботі з травмою, посттравматичними стресовими розладами, принципам та методам кризового консультування (всього центром було проведено 63 заняття); 2) постійно діючі групи підтримки (проведено більше 40 занять); 3) балінтовські та супервізійні групи (проведено 42 зустрічі). Психологи Центру активно проводять також навчальні семінари та тренінги для фахівців інших закладів і центрів по роботі з постраждалими.

Отримані на основі результатів практичної роботи дані знайшли відображення у виданому науковцями Інституту методичному посібнику «Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових, травматичних подій».

Однак, враховуючи, що різноспрямована робота з надання психологічної допомоги постраждалим проводиться співробітниками Інституту на волонтерських засадах, подальше її ефективне здійснення та підвищення масштабності, згідно до запиту сучасності, потребує відповідного законодавчого та організаційно-матеріального забезпечення.

Дякую за увагу.