

ДЕМОГРАФІЯ, ЕКОНОМІКА ПРАЦІ, СОЦІАЛЬНА ЕКОНОМІКА І ПОЛІТИКА

УДК 316.6/331.5

DOI: <https://doi.org/10.32782/business-navigator.72-16>**Бондаревська К.В.**

доктор економічних наук, професор,
професор кафедри соціального забезпечення та податкової політики
Університет митної справи та фінансів

Івашина А.В.

здобувач освіти
Університет митної справи та фінансів

Озерян К.С.

здобувач освіти
Університет митної справи та фінансів

Bondarevska Kseniia

Doctor of Economic Science, Professor,
Professor of Department of Social Security and Tax Policy
University of Customs and Finance

Ivashina Anastasiia

Student
University of Customs and Finance

Ozeryan Kateryna

Student
University of Customs and Finance

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Бондаревська К.В., Івашина А.В., Озерян К.С. Психосоціальна підтримка населення в умовах воєнного часу. У статті висвітлено концепцію авторського проекту психосоціальної підтримки населення в умовах воєнного часу (на прикладі Дніпропетровського регіону), що включає тренінговий курс психологічної діагностики та допомоги, а також формування соціальних комунікацій задля розвитку психологічної стійкості та соціальної згуртованості у часи війни. Обґрунтовано напрями навчально-практичного курсу, спрямованого на формування психологічної стійкості та ефективних соціальних комунікацій, з урахуванням результатів опитування «Роль психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу». У межах дослідження було проведено діагностику потреб населення Дніпропетровської області у психосоціальній підтримці з урахуванням наявності стресових подій та змін професійного/матеріального/соціального статусу; розроблено навчально-практичний модуль психологічної діагностики та допомоги в умовах воєнного часу та навчально-практичний модуль з формування соціальних комунікацій в часи війни.

Ключові слова: психосоціальна підтримка, психологічна допомога, соціальні комунікації, психологічна підтримка, соціальна підтримка, навчально-практичний тренінг, тренінговий курс психосоціальної підтримки.

Bondarevska Kseniia, Ivashina Anastasiia, Ozeryan Kateryna. Psychosocial support of the population in wartime conditions. The concept of the author's project of psychosocial support of the population in wartime conditions (on the example of the Dnipropetrovsk region), which includes a training course in psychological diagnosis and assistance, as well as the formation of social communications for the development of psychological stability and social cohesion in times of war is defined in the article. The directions of the educational and practical course, aimed at the formation of psychological stability and effective social communications, are substantiated, taking into account the results of the survey "The role of psychosocial support in wartime conditions". Within the framework of the study, the diagnosis of the needs of the population of the Dnipropetrovsk region in psychosocial support was carried out, taking into account the presence of stressful events and changes in professional/material/social status; the educational and practical module on psychological diagnosis and assistance in wartime conditions and the educational and practical module on the formation of social communications in wartime were developed.

Monitoring the effectiveness of the program of psychosocial support of the population involves taking into account both quantitative and qualitative indicators of the effectiveness of its implementation. It was determined that the implementation of the proposed measures within the psychosocial support program will allow to achieve both short-term and long-term results. In particular, in the short term, the following is expected: improvement in the psycho-emotional and physical health of project participants; finding internal and external resources to restore strength and psychological stability; increasing the level of cohesion of citizens and forming new social ties. According to the results of the training courses within the project, in the long term, a significant improvement in the psychological and physiological state of the participants is expected due to the use of psychological self-help practices in difficult situations, the knowledge of which was obtained during the project. In addition, participation in the educational and practical module on the formation of social communications will provide an opportunity for long-term strengthening of social ties and strengthening of people's cohesion, which is of great importance in times of war, increasing the morale of the population and its role in approaching victory.

Key words: psychosocial support, psychological assistance, social communications, psychological support, social support, educational and practical training, training course of psychosocial support.

Постановка проблеми. Повномасштабне російське вторгнення на територію України викликало цілий ряд факторів, що негативно впливають на психологічний стан населення та руйнують соціальні комунікації між людьми. Враховуючи наявність гострих стресових ситуацій у воєнний період, втрату власного емоційного ресурсу, відсутність можливостей для відновлення стану як фізичного, так і психічного здоров'я, особливої актуальності набуває формування механізмів підтримки населення у складний період. Особливої уваги у напрямі надання психосоціальної підтримки потребують мешканці прифронтових регіонів, зокрема Дніпропетровської області. Військові дії, масовані ракетні атаки, вибухи, негативні новини, інформаційна війна на просторах мережі Інтернет, страх за своє життя і життя рідних, наявність особистих проблем – це все тим чи іншим способом впливає на психоемоційний стан людей, а відтак і на якість їх життя. Масштаби проблеми психоемоційного стану населення та соціальних комунікацій у часи війни пов'язані насамперед з військовими подіями та стосуються кожного громадянина України.

Серед наслідків проблеми: зростання кількості людей з психологічними проблемами та психічними розладами, погіршення стану фізичного здоров'я на фоні постійного стресу, почуття безсилля і неможливості приймати рішення, які впливають на щоденне життя; проблеми задоволення основних потреб; зниження рівня та якості життя; погіршення криміногенної ситуації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженням психологічної та соціальної підтримки населення присвячені праці таких вчених як: Луценко Ю., Коробка Л., Панок В., Максименко С., Лунченко Н., Корнієнко І., Васютинський В., Климчук К., а також інших науковців [1–8]. Зокрема, у вищезгаданих дослідженнях визначається актуальність та значущість вказаної проблеми, проводиться оцінка ефективності існуючих інструментів підтримки населення у психологічному та соціальному аспекті. У той же час, проблема психосоціальної підтримки населення та залучення відповідних інструментів потребує детального дослідження з урахуванням реалій війни в Україні. Варто відзначити позитивний досвід надання психологічної допомоги населенню Дніпропетровщини у форматі тренінгової роботи. Так, компанія STEP-IN team організувала та провела у м. Дніпро «Тренінг з надання

першої психологічної допомоги» (01-03.02.2023 р.). Тренінг складався з теоретичної та практичної частин: зокрема, було опрацьовано шкалу емоційного дистресу та напрями допомоги людині у шоківому та нешоковому станах; техніки емоційної стабілізації, відновлення почуття контролю, техніки, що застосовуються при фізичній нарузі та стресі, негативних емоціях та апатії [9]. У той же час, існує нагальна потреба у проведенні курсу тренінгів для більш широкої аудиторії, яка потребує відновлення емоційного та психологічного ресурсу у воєнний час.

Постановка завдання дослідження. Метою дослідження є розробка та визначення напрямів впровадження програми психосоціальної підтримки населення Дніпропетровської області, що включає тренінговий курс психологічної діагностики та допомоги, а також формування соціальних комунікацій задля розвитку психологічної стійкості та соціальної згуртованості у часи війни. Серед завдань дослідження варто відзначити наступні:

- діагностика потреб населення Дніпропетровської області у психосоціальної підтримці з урахуванням наявності стресових подій та змін професійного/матеріального/соціального статусу;
- розробка навчально-практичного модулю психологічної діагностики та допомоги в умовах воєнного часу;
- розробка навчально-практичного модулю з формування соціальних комунікацій в часи війни;
- апробація тренінгового курсу психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу з урахуванням необхідності досягнення запланованих результатів.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою нейтралізації негативних наслідків впливу війни в Україні на психоемоційний стан населення та соціальні комунікації нами було розроблено проект, спрямований на впровадження програми психосоціальної підтримки населення Дніпропетровської області, що включає тренінговий курс психологічної діагностики та допомоги, а також формування соціальних комунікацій задля розвитку психологічної стійкості та соціальної згуртованості у часи війни. У якості цільової аудиторії проекту передбачено залучення населення, що проживає на території Дніпропетровської області. Саме Дніпропетровщина в часи війни стала своєрідним форпостом України, забезпечуючи не лише військові потреби держави, а й надаючи максимальну підтримку військовослужбовцям та внутрішньо пере-

міщеним особам, а також визначаючи можливості для діяльності підприємств, переміщених із зон активних бойових дій. Регіон був обраний з урахуванням максимальної наближеності до лінії фронту, складної безпекової ситуації (за рік війни Дніпропетровщина була у числі регіонів, де спостерігалася максимальна кількість оголошених повітряних тривог), а також важливості підтримки психологічного потенціалу населення Дніпропетровщини.

У межах запропонованого проєкту було проведено опитування «Роль психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу». Згідно отриманих результатів, більшість учасників дослідження є мешканцями Дніпропетровської області (73,6%). У гендерному розрізі більшість відповідей були надані представницями жіночої статі (87%). Більшу частку осіб, що узяли участь в опитуванні, склали люди віком від 18 до 30 років. Саме вищезазначені параметри і виступили критеріями визначення цільової аудиторії. У процесі визначення особистого досвіду під час війни більшість респондентів займалися волонтерством (55,6%), при цьому сумарна кількість осіб, які вимушено виїхали з місця свого постійного проживання, склала 32% (рис. 1). Серед іншого досвіду було відзначено активну професійну діяльність, перебування у місці постійного проживання, активну громадську діяльність тощо (19,1%).

За результатами оцінки змін професійного статусу під час війни, більшість опитаних не зазначають наявності суттєвих змін (73,1%). При цьому близько 14 % втратили місце роботи, ще 10,2% були змушені перейти на іншу роботу чи посаду (рис. 2).

При цьому у більшості респондентів погіршився матеріальний стан (44,4%). Про суттєве погіршення матеріального стану зазначили 16,7% опитаних, 32,4% респондентів не спостерігали змін матеріального стану (рис. 3).

Таким чином, незважаючи на відсутність змін професійного статусу громадян, більшість респондентів відчували на собі зниження рівня доходів та матеріальної забезпеченості (у загальному підсумку – 61,1%), що стало однією з причин погіршення їх психологічного стану. Саме про це свідчать результати оцінки наявності гострих стресових подій та ситуацій (рис. 4).

Відтак, 63% респондентів постійно знаходяться у стані стресу та потребують психосоціальної підтримки. Ще 38 % переживають вимушену розлуку з близькими через війну. Особливої уваги потребують громадяни, рідні яких отримали поранення чи інші фізичні пошкодження, втратили житло, мають пошкодження житла тощо.

За результатами порівняльної оцінки емоційного стану на початку війни та на даний час спостерігається суттєве зменшення питомої ваги респондентів, які оці-



Рис. 1. Результати визначення особистого досвіду респондентів під час війни

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

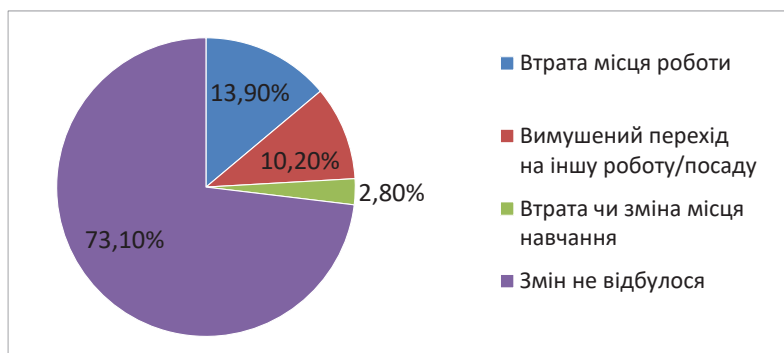


Рис. 2. Результати оцінки змін професійного статусу респондентів під час війни

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

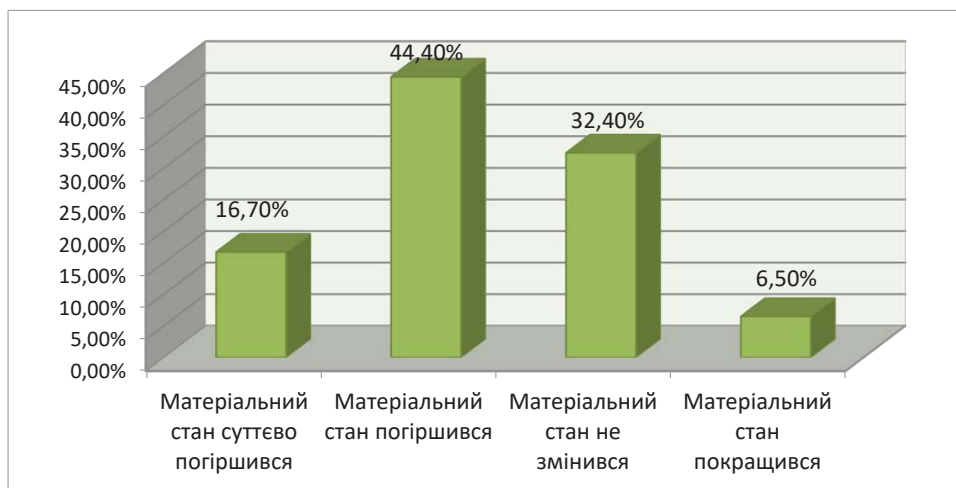


Рис. 3. Зміни матеріального статусу учасників опитування під час війни

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

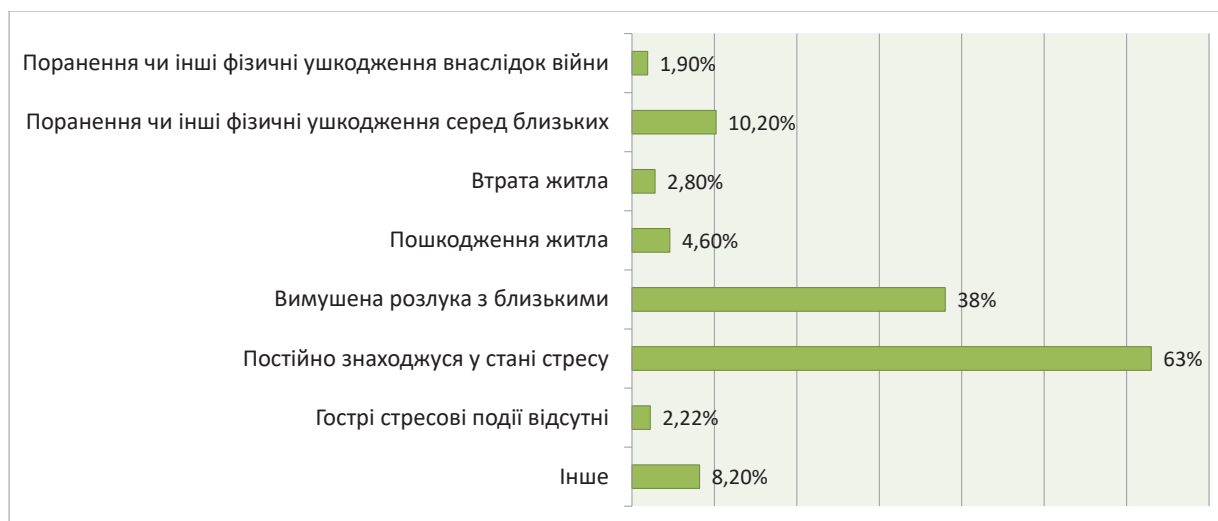


Рис. 4. Оцінка наявності гострих стресових подій та ситуацій

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

Таблиця 1

Оцінка емоційного стану респондентів на початку війни та на даний час*

Бали	Питома вага респондентів, що відзначили відповідний рівень свого емоційного стану у перші місяці війни (%)		Відхилення (+/-)
	на початку війни	на даний час	
1	14,8	2,8	-12,0
2	13	4,6	-8,4
3	12	1,9	-10,1
4	9,3	10,2	0,9
5	13	23,1	10,1
6	3,7	15,7	12,0
7	3,7	14,8	11,1
8	6,5	13,9	7,4
9	8,3	5,6	-2,7
10	15,7	7,4	-8,3

* у балах, від 1 до 10 (де 1 бал є мінімальною, 10 балів – максимальною оцінкою)

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

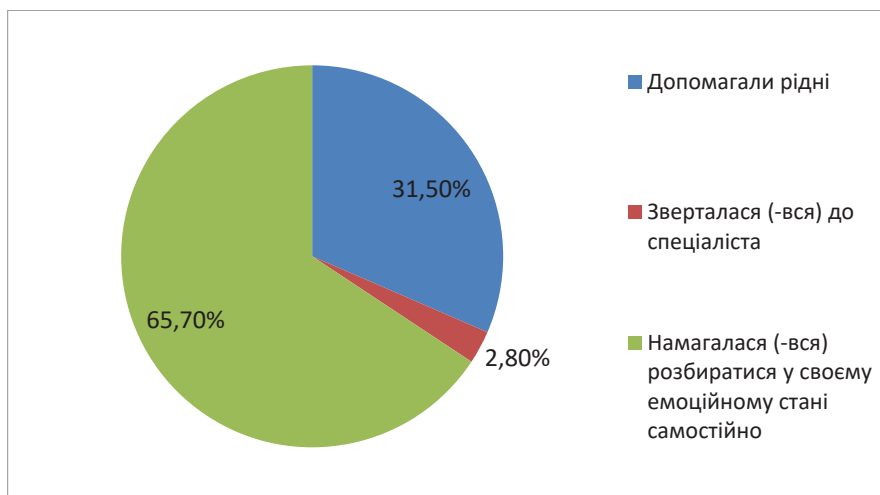


Рис. 5. Оцінка джерел психологічної підтримки

Джерело: розробка авторів за даними проведеного опитування [10]

нювали свій емоційний стан на мінімальному рівні (від 1 до 3 балів). У той же час кількість респондентів, які оцінили свій емоційний стан у діапазоні середніх оцінок (від 4 до 7 балів) збільшилася (табл. 1). Все це є логічним підтвердженням того, що упродовж року повномасштабного російського вторгнення українцям вдалося частково стабілізувати свій емоційний стан, наскільки це взагалі є можливим в умовах війни. Однак варто відзначити тенденцію погіршення емоційного стану серед респондентів, які ще на початку війни оцінювали його на 9-10 балів. Це можна пояснити зниженням власного психологічного ресурсу та емоційне виснаження, що в черговий раз підтверджує необхідність надання психологічної підтримки населенню Дніпропетровщини.

Більшість опитаних при цьому намагалися розібратися у своєму емоційному стані самостійно (65,7%); допомогу від рідних отримали 31,5% респондентів, і лише 2,8% осіб зверталися за психологічною допомогою до спеціаліста (рис. 5). Крім того, 47,2% респондентів засвідчили частковий вплив власного емоційного стану на своє оточення. Все це свідчить про необхідність формування механізму надання професійної психосоці-

альної підтримки, що є вкрай актуальним та важливим інструментом виживання у воєнний період.

Запропонована програма психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу включає два навчально-практичних модулі та містить перелік тем як теоретичного, так і практичного наповнення. Розподіл годин теоретичного навчання та практичного опрацювання отриманих навичок наведений у таблиці 2.

Задля досягнення мети проєкту є доцільним проведення комплексу заходів, серед яких:

1) Періодична діагностика потреб населення Дніпропетровської області у психосоціальній підтримці з урахуванням наявності стресових подій та змін професійного/матеріального/соціального статусу за допомогою он-лайн опитування «Роль психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу».

2) Розробка навчально-практичного модулю психологічної діагностики та допомоги в умовах воєнного часу, що надасть можливість отримання психологічної допомоги, а також навчитися застосовувати відповідні інструменти та практики для покращення свого емоційного стану.

Таблиця 2

Розподіл годин теоретичного навчання та практичного опрацювання отриманих навичок

Перелік навчально-практичних модулів та тем	Кількість годин	
	Теоретична частина	Практична частина
Навчально-практичний модуль «Психологічна діагностика та допомога в умовах воєнного часу»	1,5	4,5
Тема № 1. Діагностика емоційного стану та його критерії	0,5	1,5
Тема № 2. Техніки та інструменти психологічної стабілізації в умовах воєнного часу	0,5	1,5
Тема № 3. Психологічна стійкість та джерела психологічного відновлення	0,5	1,5
Навчально-практичний модуль «Формування соціальних комунікацій в часи війни»	1,5	4,5
Тема № 1. Комунікативні бар'єри та їх подолання	0,5	1,5
Тема № 2. Технології ефективних соціальних комунікацій	0,5	1,5
Тема № 3. Практики формування соціальної згуртованості в часи війни	0,5	1,5

Джерело: розробка авторів проєкту

3) Розробка навчально-практичного модулю з формування соціальних комунікацій в часи війни, що надасть можливість сформулювати необхідні соціальні зв'язки задля вирішення нагальних проблем та задоволення пріоритетних потреб громадян через взаємодію учасників тренінгу.

4) Апробація тренінгового курсу психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу з урахуванням необхідності досягнення запланованих результатів.

Моніторинг результативності програми психосоціальної підтримки населення передбачає врахування як кількісних, так і якісних показників ефективності його реалізації. Зокрема, серед кількісних індикаторів можна виокремити:

- кількість осіб (%), які покращили свій психоемоційний стан (за результатами опитування учасників);
- кількість осіб (%), які засвідчили покращення свого фізичного стану (за результатами опитування учасників);
- кількість осіб (%), які навчилися застосовувати практики психологічної самопомоги та самодіагностики (за результатами опитування учасників).

Якісними показниками результативності проекту є:

- рівень формування соціальних комунікацій серед учасників проекту (за результатами тестування);
- якість формування соціальних комунікацій серед учасників проекту (за результатами тестування);
- кількість позитивних відгуків учасників про проєкт (за результатами опитування).

Висновки. Якщо проблема психосоціального стану населення не буде вирішена у найближчій перспективі – в країні з'явиться значний відсоток людей з психологічними травмами, які не зможуть повноцінно працювати, спрямовувати зусилля на відновлення економіки, сплачувати податки, відбудовувати Україну, сприяти покращенню демографічної ситуації. Саме тому наразі вкрай важливим завданням є забезпечення повноцінної психосоціальної підтримки населення. Імплементация запропонованих заходів у межах програми психосоціальної підтримки дозволить досягти як короткострокових, так і довгострокових результатів. Зокрема, у короткостроковій перспективі очікується: покращення психоемоційного та фізичного стану здоров'я учасників проєкту; знаходження внутрішніх та зовнішніх ресурсів задля відновлення сил та психологічної стійкості; підвищення рівня згуртованості громадян та формування нових соціальних зв'язків. За результатами проходження тренінгових курсів у довгостроковій перспективі очікується суттєве покращення психологічного та фізіологічного стану учасників за рахунок використання практик психологічної самопомоги у складних ситуаціях, знання з яких були отримані на проєкті. Крім того, участь у навчально-практичному модулі з формування соціальних комунікацій надасть можливість довгострокового зміцнення соціальних зв'язків та посилення згуртованості людей, що має величезне значення у часи війни, підвищуючи моральний дух населення та його роль у наближенні перемоги.

Список використаних джерел:

1. Луценко Ю.А. Теоретико-методологічні аспекти надання психосоціальної підтримки окремим категоріям населення на основі салотогенного підходу. *Габітус*. 2021. Вип. 27. С. 204–208.
2. Герило Г. та ін. Організація соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які постраждали внаслідок військових конфліктів / заг. ред. Луценко Ю. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. С. 128.
3. Лунченко Н. та ін. Діяльність психологічної служби в системі освіти з надання допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах унаслідок військових дій (за результатами моніторингу). Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. С. 105.
4. Антоновський А. Здоров'я, стрес та подолання. Сан-Франциско : Джоссі-Басса, 1997.
5. Васютинський В. Психологічні виміри спільноти : монографія. Київ : Золоті ворота, 2010. С. 120.
6. Васютинський В.О. Особистісна зарадність/безпорадність як чинник адаптації особи до умов воєнного конфлікту. Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості : матер. Всеукр. (із міжнар. участю) наук.-практ. конф. (5-6 жовтня 2017 р., м. Херсон). Херсон : Видавн. дім «Гельветика», 2017. С. 168. С. 25–27.
7. Климчук В.О. Посттравматичне зростання та як можна йому сприяти у психотерапії. *Наука і освіта*. 2016. № 5. С. 46–52.
8. Коробка Л.М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки : зб. наук. праць*. Київ : Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка, 2015. № 4 (29). С. 96–103.
9. Step-in. URL: <https://step-in-project.org/>
10. Авторське опитування «Роль психосоціальної підтримки в умовах воєнного часу». URL: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfQaAouqFdn1wK-tOd5qB-dWujchijWIM7KMK2CmduCI_yjA/viewform
11. Психологічна підтримка під час війни. URL: <https://dovidka.info/psychologichna-pidtrymka-v-umovah-vijny/>

References:

1. Lutsenko Yu.A. (2021) Teoretyko-metodolohichni aspekty nadannia psykhosotsialnoi pidtrymky okremym katehoriiam naselennia na osnovi salutohennoho pidkhodu [Theoretical and methodological aspects of providing psychosocial support to certain categories of the population based on the salutogenic approach]. *Habitus*, vol. 27, pp. 204–208.
2. Gerilo H. and others (2018) Orhanizatsiia sotsialno-psykholohichnoho suprovodu ditei, simej, yaki postrazhdaly vnasli-dok viiskovykh konfliktiv [Organization of social and psychological support for children and families affected by military conflicts]. General ed. Lutsenko Yu. Kyiv: UNMC of Practical Psychology and Social Work, p. 128.
3. Lunchenko N. et al. (2019) Diialnist psykholohichnoi sluzhby v systemi osvity z nadannia dopomohy ditiam i simiam, shcho opynylys u skladnykh zhyttievnykh obstavynakh unaslidok viiskovykh dii (za rezultatamy monitorynhu) [Activities of the psychological service in the education system to provide assistance to children and families who find themselves in difficult life

circumstances as a result of military operations (according to the results of monitoring)]. Kyiv: UNMC of Practical Psychology and Social Work, p. 105.

4. Antonovsky A. (1997) *Zdorovia, stres ta podolannia* [Health, stress and coping]. San Francisco: Jossey-Bassa.

5. Vasyutynskyi V. (2010) *Psykhologichni vymiry spilnoty* [Psychological dimensions of the community]: monohrafiia. Kyiv: Golden Gate, p. 120.

6. Vasyutynskyi V.O. (2017) Personal cheerfulness/helplessness as a factor in a person's adaptation to the conditions of a military conflict [Osobystisna zaradnist/bezporadnist yak chynnyk adaptatsii osoby do umov voiennoho konfliktu]. Sociocultural and psychological dimensions of personality development: Mater. All-Ukrainian (with international participation) scientific and practical conf. Kherson: Publ. "Helvetica" house, 168 p., pp. 25–27.

7. Klimchuk V.O. (2016) Posttravmatyчне zrostannia ta yak mozna yomu spriyaty u psykhoterapii [Post-traumatic growth and how it can be facilitated in psychotherapy]. *Science and Education*, no. 5, pp. 46–52.

8. Korobka L.M. (2015) Sotsialno-psykhologichna adaptatsiia spilnoty do umov i naslidkiv voiennoho konfliktu: teoretychni zasady doslidzhennia [Socio-psychological adaptation of the community to the conditions and consequences of the military conflict: theoretical foundations of research]. *Actual problems of sociology, psychology, pedagogy: coll. of science*, no. 4 (29), pp. 96–103.

9. Step-in. Available at: <https://step-in-project.org/>

10. Rol psykhosotsialnoi pidtrymky v umovakh voiennoho chasu: avtorske opytuvannia [The role of psychosocial support in wartime conditions: author's survey]. Available at: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfQaAouqFdn1wK-tOd5qB-dWujchijWIM7KMK2CmduCI_yjA/viewform

11. Psykhologichna pidtrymka pid chas viiny [Psychological support during the war]. Available at: <https://dovidka.info/psychologichna-pidtrymka-v-umovah-vijny/>