


Міністерство освіти і науки України
Бердянський державний педагогічний університет
Кафедра соціальної роботи та інклюзивної освіти

Допущено до захисту
Завідувач кафедру
 Катерина ПЕТРОВСЬКА
"24" листопада 2024

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РОДИНАМ ЗАГИБЛИХ

Кваліфікаційна робота магістра

Виконавець: здобувачка другого (магістерського)
рівня вищої освіти, групи м23СР-з
Галузь знань 23 Соціальна робота
Спеціальність 231 Соціальна робота
Освітньо-професійна програма: "Поствоєнна
соціально-психологічна реабілітація"
Оксана ШЕВЦОВА

Керівник: к. пед. н., доц. Катерина ПЕТРОВСЬКА

Рецензент: к. псих. н., доц. Наталія ЦИБУЛЯК

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНІ ЗАСАДИ НАДАННЯ ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІД ЧАС ВІЙНИ	6
1.1 Переживання втрати: фактори та особливості горювання	6
1.2 Перша психологічна допомога при втраті: поняття та зміст.....	14
1.3 Особливості надання першої психологічної допомоги родинам загиблих: алгоритм, техніки і прийоми	35
Висновки до першого розділу.....	43
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАДАННЯ ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РОДИНАМ ЗАГИБЛИХ.....	45
2.1 Дослідження особливостей надання фахівцями першої психологічної допомоги родинам загиблих	45
2.2 Навчальний курс для фахівців різного профілю з надання першої психологічної допомоги родинами загиблих.....	59
Висновки до другого розділу	71
ВИСНОВКИ.....	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	75
ДОДАТКИ.....	79

ВСТУП

Сучасне суспільство часто стикається з трагедіями, які залишають глибокий слід у житті багатьох родин. У зв'язку з повномасштабною війною на території України, яка триває вже одинадцятий місяць, виникла гостра потреба у наданні психологічної допомоги населенню, включаючи дітей і дорослих. З'явилася необхідність у розробці методологічного та методичного забезпечення цієї роботи, а також створенні програм та інструментів для надання першої психологічної допомоги постраждалим. Однією з найбільш травматичних подій є втрата близької людини. Родини, що втратили своїх рідних, потребують особливої підтримки та допомоги, яка має бути надана негайно та професійно. Одним із важливих аспектів такої допомоги є перша психологічна допомога, що сприяє зменшенню гостроти психічних переживань, запобіганню розвитку серйозних психологічних проблем та адаптації до нових життєвих умов.

Перша психологічна допомога є комплексом невідкладних заходів, спрямованих на стабілізацію емоційного стану постраждалих осіб та надання їм первинної підтримки. Особливої уваги потребують родини загиблих, як військових, так і цивільних громадян, адже втрата близької людини викликає складні емоційні переживання, що можуть мати тривалий негативний вплив на психічне здоров'я та соціальне функціонування членів родини.

Надання першої психологічної допомоги населенню під час війни активно вивчають і розвивають практично ізраїльські психологи (А. Антоновський, А. Гершанов, Г. Петрова, М. Лаад, М. Фархі, М. Шерман Р. Дорум та інші).

Починаючи з 2014 року, темою першої психологічної допомоги більш активно стали займатися і вітчизняні психологи, науковці і практики, зокрема А. Терещук, М. Сидоркіна, Н. Довгань, Н. Мілорадова, О. Скнар, Р. Попелюшко, С. Гальцова, С. Уварова, Ю. Цуркан-Сайфуліна,

Я. Каплуненко та інші. Окрім того, розроблено та перекладену низку посібників з надання першої психологічної допомоги.

В умовах, коли військові дії та інші насильницькі конфлікти стають все більш поширеними, зростає кількість родин, які потребують спеціалізованої допомоги. Важливо забезпечити готовність фахівців до роботи в таких умовах, розробити ефективні методики та програми навчання, які підвищать їхню професійну компетентність.

Незважаючи на значний інтерес до проблеми надання психологічної допомоги в кризових ситуаціях, питання особливостей надання першої психологічної допомоги саме родинам загиблих потребує більш детального вивчення, чим є обумовлений вибір теми нашого дослідження "Особливості надання першої психологічної допомоги родинам загиблих".

Об'єкт дослідження: перша психологічна допомога.

Предмет дослідження: особливості надання першої психологічної допомоги родинам загиблих.

Мета дослідження: виявлення та аналіз особливостей надання першої психологічної допомоги родинам загиблих, визначення основних проблем та потреб фахівців у цій сфері, а також розробка навчального курсу для підвищення ефективності та якості психологічної підтримки постраждалих родин.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати зміст та сутність "першої психологічної допомоги".
2. Визначити методи та техніки надання першої психологічної допомоги родинам загиблих.
3. Дослідити особливості надання фахівцями першої психологічної допомоги родинам загиблих.
4. Розробити навчальний курс для фахівців різного профілю з надання першої психологічної допомоги родинам загиблих.

Методи дослідження: теоретичні методи: аналіз літературних джерел, порівняльний аналіз, синтез та узагальнення інформації); емпіричні методи:

анкетування, методи обробки даних (кількісний аналіз, якісний аналіз), методи математичної статистики.

Структура дослідження: кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 127 сторінок, із них основного тексту - 74 сторінок.

ВИСНОВКИ

В умовах воєнних дій в Україні громадяни стикаються з тривалим психологічним стресом, що призводить до зниження індивідуальних ресурсів та погіршення якості життя. Втрата близької людини є одним із найтяжчих випробувань, яке може спричинити депресію, тривогу та посттравматичні стресові розлади.

У дослідженні було проаналізовано загальні засади надання першої психологічної допомоги під час війни, зосереджуючись на переживанні втрати та особливостях горювання. Визначено особливості процесу горювання, його стадій та симптомів. Зазначено, що перша психологічна допомога при втраті має на меті зменшення впливу стресу, створення відчуття безпеки та сприяння здоровому відновленню постраждалих.

Особлива увага була приділена наданню першої психологічної допомоги родинам загиблих. Правильна організація допомоги на різних стадіях горювання є критично важливою для запобігання розвитку серйозних психологічних розладів та сприяння адаптації до нових життєвих умов. Алгоритм надання допомоги включає підготовку, чітке повідомлення про втрату, емоційну підтримку, практичну допомогу та планування подальших дій. Використання технік активного слухання, нормалізації дихання, методів "заземлення" та тактильних об'єктів сприяє стабілізації емоційного стану постраждалих.

Проведено експериментальне дослідження особливостей надання першої психологічної допомоги родинам загиблих. Анкетування 23-х фахівців різних сфер діяльності показало, що лише незначна частина респондентів має спеціалізовані знання та вміння надавати першу психологічну допомогу. Більшість фахівців не проходили спеціальних тренінгів або курсів, що впливає на їхню готовність та впевненість у наданні допомоги постраждалим родинам.

Високий відсоток респондентів (70%) висловили потребу в додатковому навчанні, а 74% вважають, що суспільство має забезпечити більшу підтримку

фахівцям, які працюють із сім'ями загиблих. У відповідь на виявлені потреби було розроблено навчальний курс для фахівців різного профілю з надання першої психологічної допомоги родинам загиблих. Курс складається з 15 занять і охоплює ключові теми, такі як основи першої психологічної допомоги, психологічні реакції на втрату, етичні та правові аспекти, техніки та методи надання допомоги в різних кризових станах, кризова інтервенція, співпраця та направлення до спеціалізованих служб.

Метою курсу є підготовка фахівців до ефективного надання першої психологічної допомоги у кризових ситуаціях, розвиток практичних навичок стабілізації емоційного стану клієнтів, а також підвищення професійної впевненості та готовності працювати з родинами загиблих.

Таким чином, дослідження підкреслює важливість системного підходу до надання першої психологічної допомоги в умовах війни та необхідність спеціалізованої підготовки фахівців. Розробка та впровадження навчального курсу є ключовим кроком у забезпеченні якісної підтримки постраждалих родин, сприяє професійному розвитку фахівців та зміцненню психологічного здоров'я суспільства в цілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аврамчук О. Клініко-психологічні аспекти переживання втрати та діагностики ускладненого горювання. *Problems of modern psychology* : зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка. 2019. № 45. С.11-39.
2. Арістов М., Шиліна А. Особливості надання першої психологічної допомоги в умовах воєнного часу. *Особистість, суспільство, війна* : тези доп. учасників міжнар. псих. форуму. 15 квітня 2022 р. Харків : ХНУВС, 2022. С. 17-19.
3. Вишньовський В. Психологічні особливості горювання членів сім'ї загиблого воїна. *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки* : матер. IV Міжнар. наук. конф. 18-19 квітня 2024 року. 2024. С. 19-22.
4. Власенко І., Вінник Н. Переживання втрати: специфіка, конфлікт, трансценденція, подолання. *Теорія і практика сучасної психології* : зб. наук. праць. Запоріжжя, 2019. № 3. Т. 1. С. 33-37.
5. Войтович М. Горе як реакція на втрату під час війни. *Особистісні та психофізіологічні ресурси життєстійкості* : матер. III наук.-метод. семінар. 26 вересня 2022 р. Київ, 2022. С. 10-14.
6. Диса О., Василюк О. Шляхи подолання особистістю синдрому втрати. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : зб. наук. праць. Суми, 2016. С. 244-248.
7. Дудник О. Втрата та горювання: психологічний аспект. *Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів* : матеріали п'ятих Всеукр. псих. чит. С. 31-35.
8. Жданова І. Перша психологічна допомога при афективно-шокових реакціях під час воєнних дій. *Особистість, суспільство, війна* : тези доп. учасників міжнар. псих. форуму. 15 квітня 2022 р. Харків : ХНУВС, 2022. С. 47-49.

9. Каплуненко Я. Перша психологічна допомога: досвід міжнародних організацій. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. Київ, 2020. Т. 3. С. 36-41.
10. Кирпенко Т. Перша психологічна допомога в кризових ситуаціях. *Сучасні проблеми екологічної психології: життєві стратегії особистості в умовах воєнного стану* : матеріали XX всеукр. наук.-практ. конференції 14-15 травня 2024 р. Київ, 2024. С. 60-66.
11. Клевака Л. Втрати є квінтесенцією війни: етапи переживання та психологічний супровід військовослужбовців. *Прояви резилентності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни* : зб. наук. матер. I міжнар. наук.-практ. конференція. 23 листопада 2023 р. Полтава, 2023. С. 73-81.
12. Когут О. Первинна психологічна допомога потерпілим із симптомами гострого стресового розладу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2023 Вип. 1. С. 31-38.
13. Комісія УГКЦ у справах душпастирства охорони здоров'я. Перша психологічна допомога. Львів : Друкарські куншти, 2015. 184 с.
14. Комплекс освітніх тренінгів з першої психологічної допомоги особам у кризових ситуаціях : навч. наоч. посібник / за заг. ред. В. Огоренко. Дніпро : ЛПРА, 2023. 268 с.
15. Косолапов О., Кердивар В. Психологічна підтримка дітей, батьки яких перебувають у полоні. *Особистість в екстремальних умовах* : матер. XI Всеукр. наук.-практ. конф 24 травня 2024 року, Львів. 2024. С. 100-104.
16. Мартиновська О. Проблема психологічної адаптації першокурсників у ЗВО, діяльність яких пов'язана з роботою в особливих умовах. *Наука про цивільний захист як шлях становлення молодих вчених* : матер. всеукр. наук.-практ. конференції. 26 травня 2022 р. Черкаси, 2022. С. 180-182.
17. Мохорєва О. Специфіка надання психологічної допомоги під час переживання втрати. *Особистість, суспільство, війна* : тези допов. учасників міжнар. псих. форуму. 7 квітня 2023 р. Харків, 2023. С. 164-166.

18. Огоренко В., Густерман Т. Перша психологічна допомога в кризовій ситуації "страх". *Стратегія якості в промисловості і освіті* : XVII міжнар. конференція. 5-8 червня 2023 р. Варна. 2023. С. 200-201.

19. Огоренко В., Ніколенко А., Шустерман Т. Симуляційний тренінг "перша психологічна допомога у кризових ситуаціях" для здобувачів медичної освіти на післядипломному етапі. *Медична освіта*. С.132-138.

20. Олійник Ю., Романів А., Параняк Н. Домедична психологічна допомога в умовах війни. *Габітус*. 2022. Вип. 37. С. 174-179.

21. Осадча Л. Перша психологічна допомога та психологічна реабілітація молоді в умовах воєнного стану. *Фізична культура в університетській освіті: світова практика та сучасні тренди* : матер. міжнар. наук.-практ. конференції. 13 квітня 2023 р. Дніпро, 2023. С. 191-192.

22. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посібник. Т. 2. / Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович та ін. : за заг. ред. Л. Ціренко. Київ : ОБСЄ, 2018. 240 с.

23. Перша психологічна допомога : навч.-практ. посібник / А. Моргунова, О. Федоренко, Н. Мілорадова та ін. Харків : Харківський національний університет внутрішніх справ, 2022. 88 с.

24. Перша психологічна допомога : посібник для тренера / уклад. А. Боднар. Київ : Університетське вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 98 с.

25. Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях. Київ : Університетське вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 66 с.

26. Подкоритова Л. Особливості першої психологічної допомоги під час війни: аналіз теоретичних підходів. *Psychology Travelogs*. 2023. № 2 Р. 81-90.

27. Посібник для членів загону швидкого реагування Товариства Червоного Хреста України. Київ : ТЧХУ, 2017. 42 с.

28. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності : посібник / О. Колесніченко, Я. Мацегора, І. Приходько.; за заг. ред. проф. І. Приходька. Харків : НА НГУ, 2018. 40 с.

29. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос, та ін.; за ред. З. Кісарчук. Київ : ТОВ "Видавництво "Логос". 207 с.
30. Психологія переживання війни: досвід України. URL: <http://knukim.edu.ua/psychologiya-perezhyvannya-vijny-dosvid-ukrayiny-2/> (дата звернення: 29.06.2024 р.).
31. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. Вольнова. Київ, 2012. 275 с.
32. Рева М. Перша психологічна допомога в рамках психосоціальної підтримки особистості, що пережила психотравму. *Синергетичний підхід до проектування життєвого простору особистості* : зб. наук. матер. III міжнар. наук.-практ. конференції. 27-28 квітня 2023 р. Полтава, 2023. С. 229-232.
33. Рибик Л. Психологічна допомога під час переживання втрати - чи можемо ми допомогти людям пережити горе? *Psychological Journal*. 2018. №10(20). С. 61-75.
34. Романовська Д. Психологічна допомога у закладах освіти в період війни: запити, методики, алгоритми дій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. Ужгород, 2022. Вип. 1. С. 148-152.
35. Саннікова О. Переживання кризи: диференціально-психологічний аналіз. *Наука і освіта*. Психологія. Одеса, 2015. № 10. С. 16-22.
36. Стьопін М. Методика психосоціальної допомоги під час горювання. *Соціально-психологічна робота: інновації, стратегії та можливості* : зб. матер. круг. столу з міжнар. участю. 19 березня 2024 року. 2024. С. 32-35.
37. Терапія Горя / перекл. та адапт. В. Зликов. Київ. 2021. 259 с.
38. Уварова С. Концептуальна модель психологічної допомоги особистості в умовах суспільної кризи. *Психологія і особистість*. 2019. № 1 (15). С. 236-239.
39. Ясточкіна І. Перша психологічна допомога дітям та підліткам. *Наукові записки БДПУ. Серія: Педагогічні науки*. Бердянськ, 2022. Вип. 3. С. 205-215.