

## Психосоціальна підтримка населення під час війни – важливий напрямок діяльності Комітету медичної допомоги в Закарпатті

Закарпатська область у 2022 році надала прихисток багатьом внутрішньо переміщеним особам, офіційна кількість яких перевищила 300 тисяч осіб, а транзитом регіон відвідали понад 3 мільйони ВПО. Після повномасштабного російського військового вторгнення на Закарпатті почали свою роботу багато релокованих громадських організацій та міжнародних неурядових інституцій, що спеціалізуються на наданні послуг у сфері ментального здоров'я. Комітет завжди був дотичним до цієї сфери, але не займався питанням безпосередньо, зосередившись на наданні гуманітарної допомоги у різних областях країни, передусім прифронтових, облаштуванні прихистків для внутрішньо переміщених осіб. Так, наразі Комітету медичної допомоги в Закарпатті належать **три заклади тимчасового проживання ВПО** (у м. Ужгород, м. Тячів, с. Нижнє Селище Хустського району).



У 2022 році на запит Ужгородського національного університету Комітет спільно з Європейською асоціацією психологів пожежних бригад та Університетом Савуа Монблан проводив навчальний курс для 10 українських викладачів – тих, які формують у студентів компетенції з екстреної психології та



поведінкової і когнітивної терапії. Нові знання та навички молоді фахівці застосовуватимуть для допомоги особам, які першими реагують на критичні ситуації, та постраждалим внаслідок надзвичайних подій. Відповідні методики та практики викладачі Ужгородського національного університету інтегрували в навчальну програму підготовки майбутніх спеціалістів з психології.

Вказані ініціативи реалізовані Комітетом медичної допомоги в Закарпатті реалізовані за підтримки [Fondation de France](#).

У грудні 2022 року Комітет долучився до створення в області **Робочої групи з питань психічного здоров'я та психосоціальної підтримки**, позаяк з початку повномасштабної російсько-української війни багато організацій почали займатися наданням послуг в цій сфері, але процесу бракувало координації діяльності між усіма акторами. З грудня 2022 року постійно діє регіональний осередок робочої групи, який співкоординує раду, котра має регулярні засідання два рази на місяць і входить до національної робочої групи. Інформацію про цілі і завдання національної та регіональних робочих груп, діяльність яких ініційовано Всесвітньою організацією охорони здоров'я, партнерів та безпосередніх учасників фахового ком'юніті дивіться **ЗА ПОСИЛАННЯМ**.

У 2023 році ситуація почала змінюватися, багато міжнародних та релокованих інституцій оголосили про закриття своїх місій в області. Відтак Комітет разом із партнерами почав розробку плану надання комплексних психосоціальних послуг у регіоні. Так, з червня 2023-го протягом року організація реалізує спільну програму з **ГО «Щасливі діти»** у рамках проєкту **«Покращення захисту дітей у надзвичайних ситуаціях в Україні шляхом надання безпечних притулків, забезпечення продуктами харчування та непродовольчими товарами, а також психосоціальної підтримки»**. Активностями проєкту передбачено проведення:



- ✓ денних таборів для дітей молодшого шкільного віку (Ужгород) та дошкільнят «Kids Club» (Ясіня, Рахівський район), молодіжних таборів в горах (Ясіня, Рахівський район);
- ✓ туристичного еко-клубу для школярів (Ясіня, Рахівський район);
- ✓ груп психологічної підтримки для підлітків в умовах війни;
- ✓ програми реабілітації, відновлення та адаптації до життя в новій реальності для жінок і дітей, які постраждали внаслідок війни «Турбота» (для мам з дітьми зі східних регіонів України);

- ✓ театралізованих квест-екскурсій для дітей «Таємниці старовинного Ужгорода»;
- ✓ занять з логопедом-дефектологом для дітей дошкільного віку, які мають проблеми з мовленням, індивідуальних консультацій психолога/коуча та дитячо-батьківських групових занять з психологом;



- ✓ відновлюючих оздоровчих вікендів для жінок з дітьми «Сила Карпат» на базі санаторного закладу (для жінок-ВПО, які проживають на території Закарпаття, волонтерок, які тримають тил, дружин військових);
- ✓ групових арт-терапевтичних занять для жінок і дітей (кераміка, малювання);
- ✓ творчих екскурсійних природничих занять для дітей;
- ✓ зимового денного табору для дітей молодшого шкільного віку (Ужгород);

- ✓ майстерні помічників Святого Миколая;
- ✓ курсу підготовки до ЗНО для випускників шкіл;
- ✓ екскурсійно-анімаційного туру Ужгородщиною для дітей, які через російсько-українську війну втратили одного з батьків.



Вказаний проєкт Комітет медичної допомоги в Закарпатті реалізовує за підтримки «[terre des hommes Deutschland e.V.](#)» та фінансування [Федерального міністерства закордонних справ Німеччини](#).

У рамках проєкту, який Комітет медичної допомоги в Закарпатті реалізовує за підтримки



швейцарської асоціації «[NeSTU](#)» (Асоціація «Мережа «Швейцарія – Закарпаття / Україна»), влітку 2023 року проведено «**Освітній творчий клуб для дітей молодшого шкільного віку «Пташка»**». Мета проєкту – забезпечити підтримку дітям, які постраждали від війни в Україні, допомогти надолужити втрачене у навчанні, освоїти базові навички та вміння з найважливіших предметів, сприяти їхньому творчому розвитку, а також соціалізації та

інтеграції діток ВПО у новому місці проживання.

Влітку 2023 року КМДЗ спільно з [Європейським громадським форумом](#) та [Європейським кооперативом «Longo Mai»](#) організував семінар для соцпрацівників, співробітників шелтерів, волонтерів, психологів, які в умовах війни працюють з внутрішньо переміщеними особами. Супровід теоретичних та практичних модулів семінару здійснювали, у тому числі, досвідчені психологи зі Швейцарії та Франції – Марула Хаусвірс та Фредеріка



Дрогуль. Зокрема, фахівці ділилися своїм досвідом роботи з травматичною подією та втратою. Разом із цільовою аудиторією з Закарпаття до семінару долучилися члени БО «Світ для українців» (м. Запоріжжя), «People in Need SK» (м. Ужгород) та ГО «Проліска». До частини практик були запрошені мешканці шелтеру з с. Нижнє Селище.

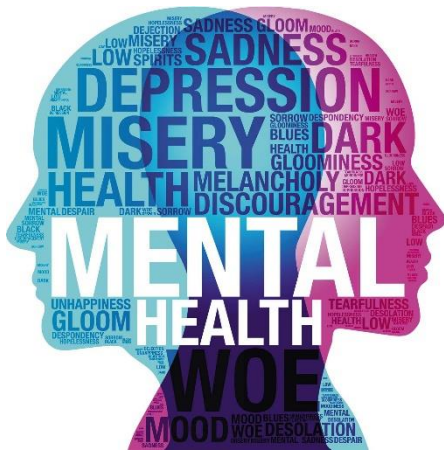
Проведений семінар був корисний у контексті побудови системної роботи усіх зацікавлених фахівців – і тих, які діляться власним позитивним досвідом, і тих, хто такий досвід здобуває. Захід є частиною системної роботи, яку веде Комітет медичної допомоги в Закарпатті як співкоординатор Технічної робочої групи з психологічного здоров'я та психосоціальної підтримки в області.

Як уже зазначалося, багато надавачів послуг із покращення психологічного здоров'я та психосоціальної підтримки почали залишати Закарпаття, адже фахівці були переважно з інших регіонів чи країн. Так як в області постала гостра потреба в плануванні довгострокових дій, Комітет наприкінці 2023 року спільно з ГО «Момент Міцності» за підтримки [Fondation de France](#) розробив програму «**Надання психосоціальної підтримки населенню Закарпатської області в умовах війни**». Йдеться передусім про безпосереднє надання послуг та посилення компетентностей практикуючих психологів. Проєкт також спрямований на покращення та розширення доступу до кваліфікованої психологічної підтримки та психосоціальних послуг у віддалених районах області.

У рамках проєкту передбачено два етапи: навчання команди психологів з різних регіонів науково обґрунтованому стандартизованому підходу СЕТА та надання психосоціальної підтримки через індивідуальні консультації внутрішньо переміщеним особам та сім'ям локального населення області, члени яких беруть участь у конфлікті. Клієнти отримають щонайменше 1100 годин індивідуальних консультацій протягом року, а спеціалізоване навчання пройдуть 11 психологів.



чи країн. Так як в області постала гостра потреба в плануванні довгострокових дій, Комітет наприкінці 2023 року спільно з ГО «Момент Міцності» за підтримки [Fondation de France](#) розробив програму «**Надання психосоціальної підтримки населенню Закарпатської області в умовах війни**». Йдеться передусім про безпосереднє надання послуг та посилення компетентностей практикуючих психологів. Проєкт також спрямований на покращення та розширення доступу до кваліфікованої психологічної підтримки та психосоціальних послуг у віддалених районах області.



З перших днів російсько-української війни Комітет медичної допомоги в Закарпатті всіляко підтримує медичні заклади по всій Україні (медикаментами, витратними матеріалами, обладнанням, лікарняними меблями). Завдяки тісним контактам з фахівцями з різних регіонів було виявлено іншу велику потребу – у розробці та реалізації спеціалізованої програми з ментального здоров'я для співробітників медичних закладів. Тому Комітет спільно з ГО «Момент Міцності» за підтримки [Fondation de France](#) розробив

програму **«Програма підтримки психічного здоров'я для медичних працівників українських лікарень»**. У березні 2024 року стартував перший етап цього проекту в **трьох лікарнях**: Обласному клінічному центру нейрохірургії та неврології (Ужгород), Лікарні Святого Миколая Львівського територіального медичного об'єднання, КЗОЗ «Міська клінічна дитяча лікарня № 16 Харківської міської ради».

Проєкт спрямований на підтримку психічного здоров'я медичного персоналу та розвиток психологічної культури самообслуговування, вміння піклуватися про себе «екологічним» способом. Пропонуючи унікальну програму для медичних працівників, ми плануємо поширювати психологічну



освіту в профільних спільнотах, включаючи доступ до низькоінтенсивних методів підтримки (горотерапія, майндфулнес) у поєднанні з доказовими методами профілактики травматизму (індивідуальне консультування та супервізія на основі травмофокусної та когнітивно-поведінкової терапії). Розроблена програма складається з 12 психосоціальних групових сесій по 8 годин кожна, 60 годин індивідуального консультування, 18 годин супервізії управління медичним персоналом для керівника, 15 годин взаємодії між командами впровадження, які працюватимуть у різних містах України.



З листопада 2023 року Комітет медичної допомоги в Закарпатті спільно з ГО «Творчі волонтери» втілює програму **«Турбота про себе»**, яка включає безкоштовні заходи із психосоціальної підтримки дорослого населення Ужгорода, зокрема творчі майстерні, зустрічі для особистісного зростання та ін.

У 2024 році Комітет почав інтенсивніше співпрацювати і спільно організовувати табори з партнерською організацією з Харкова – ГО «Ментальне здоров'я». У березні за підтримки швейцарської асоціації «NeSTU» (Асоціація «Мережа «Швейцарія – Закарпаття / Україна») розпочато **Кемпи з ресоціалізації сімей ВПО із дітьми**. Проект спрямований на психологічну та соціальну реабілітацію біженців, які були евакуйовані з окупованих та деокупованих територій. Ретрити розроблені для сімей з особливим акцентом на потребах дітей. Програма включає фізичну реабілітацію, психологічну підтримку та спільні активності, покликані покращити психічний стан та відновити взаємини в сім'ях.



Основними бенефіціарами проекту є родини ВПО з дітьми, переважно вивезені під час примусових евакуацій з Куп'янського та Вовчанського районів, які постраждали внаслідок активних бойових дій на Харківщині. Перший етап реалізації проекту засвідчив досягнення успіхів за такими показниками як нормалізація сну, спілкування між членами сім'ї та всередині всієї групи, довіра до волонтерів, психологів та міської влади.



У шелтерах, якими опікується Комітет медичної допомоги в Закарпатті, передусім у м. Ужгород, передбачено системне надання послуг психологом і, зокрема, дитячим психологом для усіх мешканок та їхніх дітей. Ця практика довела свою ефективність і виявилася затребуваною серед внутрішньо переміщених осіб, які у стресовому стані залишали свої домівки через війну.