



**Лілія КОНОНЕНКО**

*Доцент, кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри соціальної роботи,  
реабілітації та повоєнної адаптації  
Полтавський національний педагогічний  
університет імені В.Г. Короленка  
м. Полтава, Україна  
<https://orcid.org/0000-0002-7164-2305>*

**СОЦІАЛЬНА / СОЦІАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА  
НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ В УМОВАХ  
ВІЙНИ**

Десять років триває російсько-українська війна. Довготривала війна є чинником постійного стресу, в умовах якого живуть всі українці. Стрес розуміємо як травму, що є «неочікуваним раптовим чинником, який виходить за межі досвіду особистості» (Марута Н. О., 2022). Відомо, що короткочасний стрес може мобілізувати, сприяти підвищенню витривалості, працездатності. Однак, тривалий стрес виснажує організм людини, призводить до негативних психологічних / психофізіологічних наслідків. Разом із тим, постійний стрес призводить до соціальної дезадаптації, адже унеможливає реалізацію людиною своїх прав (бодай фундаментальних) і задоволення своїх потреб (хоча би базових). У соціальній роботі мирного часу означені дві умови були основними критеріями визначення уразливості. Із 24 лютого 2022 року маркер уразливості отримали всі українці.

Виходячи з цього, в умовах довготривалої війни актуалізується питання надання оперативної соціальної / соціально-психологічної підтримки населенню України, що є антиінвазивною умовою повернення до мирного життя.

Окреслимо концептуальні засади соціальної / соціально-психологічної підтримки в умовах війни. Разом із тим, наголосимо на найбільш ресурсних практиках і дієвих методах збереження ментального здоров'я, що реалізуються в Полтавській громаді.

Методологічною основою у реалізації соціальної / соціально-психологічної підтримки є низка принципів: адресність (*послуга йде за клієнтом, який індивідуально переживає СЖО та індивідуально розв'язує проблеми*), комплексність (*одночасна робота зі збереження психологічного, фізіологічного здоров'я, соціальної адаптації клієнта тощо*), безперервність і регулярність (*війна пропонуватиме безліч «нагадувань» у повоєнному житті, тому людина потребуватиме підтримки впродовж усього життя*), диференційованість (*важливим є розподіл на категорії клієнтів за соціально-демографічними характеристиками, характером втрати, інтенсивністю горювання тощо*).

У відповідь на виклики війни в Україні, зокрема в Полтавській громаді, ведеться робота за різними напрямками:

– Підготовка фахівців до роботи в надзвичайних ситуаціях, зокрема запровадження актуальних освітніх програм в закладах вищої освіти. (До прикладу, в Полтавському національному педагогічному університеті імені В.Г. Короленка на другому році війни стартували освітні програми «Соціальна реабілітація. Повоєнна адаптація», «Кризова психологія», «Кризова психологія. Соціально-психологічна реабілітація». За наведеними програмами готують як бакалаврів, так і магістрів).

– Окреслюються нові методологічні засади соціальної роботи з ветеранами та їх сім'ями. Зокрема, у листопаді 2024 року на міжрегіональному форумі «Реінтеграція ветеранів у громаді: обмін досвідом, мережування та партнерство» полтавці ознайомилися із дискусійним проєктом «Розробка методології (само)оцінки» готовності громад до (ре)інтеграції ветеранів /

ветеранок та членів їх родин. Проєкт розробляють спільно ПРООН (Програми розвитку ООН / United Nations Development Programme) із Острозькою академією.

– У режимі оперативного реагування відбувається перебудова практичної соціальної роботи в умовах воєнних дій. Нині надавачі соціальних послуг державної / комунальної власності можуть приймати рішення щодо екстреної допомоги й підтримки, зокрема надання послуг з консультування, натуральної допомоги, підтриманого проживання, надання притулку, догляду вдома, транспортних послуг (соціальне таксі) тощо. Терміново надаються послуги особам / сім'ям, які опинилися в СЖО через стихійні лиха, пожежі, бойові дії, терористичні акти, тимчасову окупацію та ін. (Закон України, 2022). Зокрема, Центри надання соціальних послуг Полтавського регіону реалізують програми стратегічного менеджменту. Від 29 червня 2024 року у Полтаві працює Ветеранський центр. У ньому надають багато послуг для ветеранів та членів їхніх родин: від інформаційно-консультативних до реабілітації та дозвілля.

– Посилюється соціально-економічний захист населення в умовах війни, загалом – в умовах надзвичайних ситуацій. Мова йде про оперативне реагування на негативні події, дослідження екстремальних умов, екстрений пошук шляхів і можливостей для нівелювання негативних умов.

– Інтенсивно розвиваються такі напрями, як: формування резильєнтності (стійкості) особистості під час випробувань; психосоціальна підтримка ветеранів та членів їхніх сімей; підготовка фахівців кризової медицини / психології. Упродовж останніх двох років у м. Полтаві реалізується низка профілактичних програм. Більшість із них охоплює найбільш уразливі категорії осіб – тих, які полишили свої домівки, зазнали трагічних втрат у родині, отримали каліцтво внаслідок війни та ін. Утім, певна частина програм орієнтована на всі категорії осіб (за запитом). До прикладу:

Із березня 20-24 року у Полтаві працює центр підтримки ментального здоров'я «Mental Hub». Центр був організований за програмою збереження ментального здоров'я «Ти як?», що ініціювала Олена Зеленська. Центр надає широкий спектр безплатних послуг для дітей і дорослих: індивідуальне консультування (психолог, психотерапевт, психіатр), групові арт-терапії, групові нейрографіки, тренінги для молоді з працевлаштування, «Моя самоцінність» та ін.

Упродовж року у Полтаві та області реалізується міжнародний проєкт «Діти і війна. Навчання технік зцілення» (проєкт ініційований канадсько-українською фундацією «Hope World Wide Canada»). Нині цей проєкт реалізується у ПНПУ імені В.Г. Короленка для студентів, у найближчій перспективі – для викладачів з метою їх психоемоційної підтримки).

Потужно в регіоні представлена програма травматерапії за методом М. Мюррей. Курс із соціально-психологічної реабілітації з відновлення емоційного здоров'я реалізується благодійною організацією «Вихід Є».

– Зміцнення позицій волонтерської діяльності, зокрема підвищення її суспільного престижу, розвитку, підтримки та заохочення такої діяльності серед учасників освітнього процесу (Закон України, 2025). Масштабні волонтерські програми реалізує Полтавський обласний благодійний фонд «Громадське здоров'я»: надання соціальної підтримки, здійснення соціального супроводу, забезпечення військових медичними препаратами, так званий «соціальний гардероб» та ін.

За окресленими напрямками найбільш дієвими інструментами соціальної / соціально-психологічної підтримки осіб, які постраждали внаслідок війни, нині є такі:

1) *Психотерапія*. Передбачає індивідуальну або групову підтримку (сприяння) в тому, щоби швидко знайти спосіб впоратися з травмами та стресом.

2) *Реабілітаційні програми*. Можуть вміщувати різноманітні медичні / психологічні / соціальні процедури, спрямовані на покращення фізичного та психічного здоров'я.

3) *Рейнтеграційні програми*. Здебільшого покликані надавати допомогу військовим у процесі повернення до цивільного життя. Це передбачає навчання нових професійних навичок, пошук роботи, пошук соціальних контактів та отримання підтримки від соціальних

інституцій. Реінтеграція своєю чергою передбачає надання військовим підтримки від родин, друзів, співробітників.

4) *Терапія природою*. Використання природних елементів – річки, лісу, гір та інших природних об'єктів. До прикладу, рибальство, похід у гори, кемпінг та інші активності.

5) *Терапія мистецтвом*. Передбачає використання технік і прийомів музики, живопису, хореографії з одного боку, для покращення фізичного й психічного здоров'я, з іншого – для розвитку креативності, зокрема для творчого розв'язання проблем.

6) *Соціальна активізація*. Пропонує залучення осіб уразливих категорій до різноманітних соціальних активностей та ініціатив, що допоможуть повернутися до мирного життя, а також знайти нових друзів і партнерів (спортивні змагання, мистецькі заходи, патріотичні проекти, волонтерство тощо).

**Висновок:** Важко переоцінити значення своєчасного надання соціальної / соціально-психологічної підтримки людині, яка живе в умовах війни. Усі наведені пропозиції успішно реалізуються в Україні значною мірою завдяки фінансовій і організаційно-методичній підтримці зарубіжних партнерів. Однак, важливо розуміти, що така робота має бути *системною* і *довготривалою* (у деяких випадках – довічною). Досвід переживання травматичних подій залишається з людиною назавжди. По-різному інтенсивним, але однозначно руйнівним буде як особистий травматичний досвід, так і досвід свідка. Жоден соціально-психологічний інструмент (метод, прийом, техніка) не здатен *повністю й назавжди* позбавити людину гнітючих спогадів (інтрузій), вгамувати надмірну фізіологічну збудливість, заблокувати уникання. На наш погляд, у найближчій перспективі соціально-психологічна підтримка має отримати цільове державне фінансування, системне запровадження в усі структури, які дотичні до просвітницької, профілактичної, корекційної роботи. Своєю чергою, це вимагатиме створення нових інституцій, нових робочих місць і нових освітніх програм в закладах вищої освіти, які би забезпечували підготовку цільових фахівців.

### **Література:**

Марута Н. О. Психологічні наслідки війни: проблеми та рішення. *NeuroNews: психоневрологія та нейропсихіатрія*. Інфо Бюлетень. 2022. С. 2-3. URL : [https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul\\_Ever-3.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul_Ever-3.pdf)

Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо надання соціальних послуг у разі введення надзвичайного або воєнного стану в Україні або окремих її місцевостях» 14 квітня 2022 року. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2193-20#Text> (дата звернення 26.08.2024)

Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо сприяння розвитку волонтерства серед здобувачів освіти» 08 січня 2025 року. URL : <https://ips.ligazakon.net/document/Л110910А> (дата звернення 27.01.2025)

<https://pnp.u.edu.ua/news/vykladachi-universytetu-projshly-navchannya-za-programoyu-dity-i-vijna-navchannya-tehnik-zczilen.html> – Програма «Діти і війна. Навчання технік зцілення»

[https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk_UA) – Благодійна організація «Вихід Є»

<https://www.facebook.com/mentalhubpoltava/> – Ментал Хаб Полтава

[https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk_UA) – Полтавський обласний благодійний фонд «Громадське здоров'я»

<https://www.facebook.com/veteranscenter.plt/> – Ветеранський центр Полтава

## Liliia KONONENKO

*Associate Professor, PhD (Pedagogical Sciences), Department of Social Work, Rehabilitation and Post-War Adaptation  
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University  
Poltava, Ukraine  
<https://orcid.org/0000-0002-7164-2305>*

The Russian-Ukrainian war has been going on for ten years. The long-term war is a factor of constant stress, in which all Ukrainians live. We understand stress as a trauma, which is “an unexpected sudden factor that goes beyond the experience of the individual” (Maruta N. O., 2022). It is known that short-term stress can mobilize, contribute to increasing endurance, and work capacity. However, prolonged stress exhausts the human body, leads to negative psychological / psychophysiological consequences. At the same time, constant stress leads to social maladjustment, because it makes it impossible for people to realize their rights (at least fundamental) and satisfy their needs (at least basic). In peacetime social work, these two conditions were the main criteria for determining vulnerability. Since February 24, 2022, all Ukrainians have received this vulnerability marker.

According to this situation, in the conditions of a long-term war, the issue of providing immediate social / socio-psychological support to the population of Ukraine is becoming more relevant, which is an anti-traumatic condition for returning to peaceful life.

We aim to outline the conceptual principles of social / socio-psychological support in war conditions. At the same time, we want to present the most resourceful practices and effective methods of preserving mental health, which are implemented in the Poltava community.

The methodological basis for implementing social/social-psychological support is a number of principles: targeting (*the service follows the client who is individually experiencing difficult life circumstances and individually solves problems*), comprehensiveness (*simultaneous work to preserve the client's psychological, physiological health, social adaptation, etc.*), continuity and regularity (*the war will offer many "reminders" in post-war life, so a person will need support throughout the life*), differentiation (*it is important to divide clients into categories according to socio-demographic characteristics, the nature of the loss, the intensity of grief, etc.*).

In response to the challenges of the war in Ukraine, in particular in the Poltava community, work is being carried out in various areas:

– Training specialists to work in emergency situations, in particular, the introduction of relevant educational programs in higher educational institutions. (For example, in 2023 the Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University introduced such educational programs as “Social Rehabilitation. Post-war Adaptation”, “Crisis Psychology”, “Crisis Psychology. Socio-Psychological Rehabilitation”. Both Bachelor’s and Master’s degree students are trained under these programs.)

– New methodological principles of social work with veterans and their families are being implemented. In particular, in November 2024, at the interregional forum "Reintegration of Veterans in the Community: Exchange of Experience, Networking and Partnership", Poltava residents got acquainted with the project "Development of a Methodology for (Self)Assessment" of the Readiness of Communities for the (Re)integration of Veterans and Their Family Members. The project is being developed jointly by the UNDP (United Nations Development Programme) and the Ostroh Academy.

– In the operational response mode, practical social work is being restructured in the context of war circumstances. Currently, state/municipal social service providers can make decisions on emergency assistance and support, including the provision of counselling services, in-kind assistance, supported living, shelter, home care, transport services (social taxi), etc. Urgent services are provided to individuals/families who have found themselves in a shelter due to natural disasters, fires, hostilities, terrorist acts, temporary occupation, etc. (Law of Ukraine, 2022). In particular, the Centres for Providing Social Services of the Poltava Region are implementing strategic management programs. Since June 29,

2024, the Veterans Centre has been organized in Poltava. It provides many services for veterans and their family members: from information and advisory to rehabilitation and leisure.

– The socio-economic protection of the population in wartime, and in general in emergency situations, is being strengthened. It is about a prompt response to negative events, investigation of extreme conditions, and an urgent search for ways and opportunities to eliminate these negative conditions.

– The following areas are being intensively developed: the formation of resilience (stability) of the individuals during trials; psychosocial support for veterans and their family members; training of crisis medicine / psychology specialists. Over the past two years, a number of preventive programs have been implemented in Poltava. Most of them cover the most vulnerable categories of people – those who left their homes, suffered tragic losses in the family, were disabled as a result of the war, etc. However, a certain part of the programs is focused on all categories of people (upon request). For example:

From March 2024, the “Mental Hub” – mental health support centre has been operating in Poltava. The centre was organized under the “How are you?” mental health preservation program, initiated by Olena Zelenska. The centre provides a wide range of free services for children and adults: individual counselling (psychologist, psychotherapist, psychiatrist), group art therapy, group neurographics, trainings for youth on employment, “My Self-Worth”, etc.

During last year, the international project “Children and War. Teaching Healing Techniques” is being implemented in Poltava and the region (the project was initiated by the Canadian-Ukrainian foundation “Hope World Wide Canada”). Currently, this project is being implemented at the Poltava V.G.Korolenko National Pedagogical University for students, and in the nearest future – for teachers with the aim of their psycho-emotional support).

The trauma therapy program according to the M. Murray method is powerfully presented in the region. The course on social and psychological rehabilitation to restore emotional health is implemented by the charitable organization “Vykhid Ye”.

– Strengthening the positions of volunteer activities, in particular increasing its public prestige, development, support and encouragement of such activities among participants in the educational process (Law of Ukraine, 2025). Important volunteer programs are implemented by the Poltava Regional Charitable Foundation “Public Health”: providing social support, military medical supplies, the so-called “social wardrobe”, etc.

According to the outlined areas, the most effective tools for social / socio-psychological support for persons affected by the war are currently the following:

1) *Psychotherapy*. Provides individual or group support (assistance) to find an immediate way to cope with trauma and stress.

2) *Rehabilitation programs*. May include a variety of medical / psychological / social procedures aimed at improving physical and mental health.

3) *Reintegration programs*. Mostly designed to assist military personnel in the process of returning to civilian life. This involves learning new professional skills, finding work and social contacts, receiving support from social institutions. Reintegration, in turn, involves providing military personnel with support from families, friends, and colleagues.

4) *Nature therapy*. The use of natural elements – rivers, forests, mountains and other natural objects. For example, fishing, hiking, camping and other activities.

5) *Art therapy*. It involves the use of techniques and methods of music, painting, choreography, on the one hand, to improve physical and mental health, and on the other hand, to develop creativity, in particular for creative problem solving.

6) *Social activation*. It offers the involvement of vulnerable groups in various social activities and initiatives that will help them return to a peaceful life, as well as find new friends and partners (sports competitions, art events, patriotic projects, volunteering, etc.).

Conclusion: It is difficult to overestimate the importance of timely provision of social / socio-psychological support to people living in war conditions. All of the above proposals are being successfully implemented in Ukraine to a large extent thanks to the financial and organizational and methodological support of foreign partners. However, it is important to understand that such work should be *systematic* and *long-term* (in some cases, lifelong). The experience of experiencing traumatic events remains with a

person forever. Both personal traumatic experience and the experience of a witness will be different in intensity, but definitely destructive. No socio-psychological tool (method, technique) is able to *completely* and *forever* rid a person of oppressive memories (intrusions), calm excessive physiological excitability, block avoidance. In our opinion, in the near future, socio-psychological support should receive targeted state funding, systematically introduced into all structures related to educational, preventive, and correctional work. In turn, this will require the creation of new institutions, new jobs, and new educational programs in higher education institutions that would provide training of necessary specialists.

## References

Марута Н. О. Психологічні наслідки війни: проблеми та рішення. *Heiponews: психоневрологія та нейропсихіатрія*. ІнфоБюлетень. 2022. С. 2-3. URL : [https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul\\_Ever-3.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul_Ever-3.pdf)

Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо надання соціальних послуг у разі введення надзвичайного або воєнного стану в Україні або окремих її місцевостях» 14 квітня 2022 року. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2193-20#Text> (дата звернення 26.08.2024)

Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо сприяння розвитку волонтерства серед здобувачів освіти» 08 січня 2025 року. URL : <https://ips.ligazakon.net/document/II10910A> (дата звернення 27.01.2025)

<https://pnp.u.edu.ua/news/vykladachi-universytetu-projshly-navchannya-za-programoyu-dity-i-vijna-navchannya-tehnik-zczilen.html> – Програма «Діти і війна. Навчання технік зцілення»

[https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk_UA) – Благодійна організація «Вихід Є»

<https://www.facebook.com/mentalhubpoltava/> – Ментал Хаб Полтава

[https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk_UA) – Полтавський обласний благодійний фонд «Громадське здоров'я»

<https://www.facebook.com/veteranscenter.plt/> – Ветеранський центр Полтава

Maruta N. O. Psychological consequences of war: problems and solutions. *NeuroNews: psychoneurology and neuropsychiatry*. InfoBulletin. 2022. P. 2-3. URL: [https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul\\_Ever-3.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/bulletins/2022/cherepno-mozkova-travma/infoByul_Ever-3.pdf)

Law of Ukraine “On Amendments to Certain Laws of Ukraine on the Provision of Social Services in the Event of the Introduction of a State of Emergency or Martial Law in Ukraine or Its Separate Localities” April 14, 2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2193-20#Text> (date of application 08/26/2024)

Law of Ukraine “On Amendments to Certain Legislative Acts of Ukraine on Promoting the Development of Volunteering among Students” January 8, 2025. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/II10910A> (access date 01/27/2025)

<https://pnp.u.edu.ua/news/vykladachi-universytetu-projshly-navchannya-za-programoyu-dity-i-vijna-navchannya-tehnik-zczilen.html> – Program “Children and War. Teaching Healing Techniques”

[https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/academy.murray/?locale=uk_UA) – Charitable Organization “There is a Way Out”

<https://www.facebook.com/mentalhubpoltava/> – Mental Hub Poltava

[https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk\\_UA](https://www.facebook.com/public.health.plt/?locale=uk_UA) – Poltava Regional Charitable Foundation “Public Health”

<https://www.facebook.com/veteranscenter.plt/> – Veterans Centre Poltava