

## Лікуємо травми війни

Нові послуги з психологічної підтримки допомагають українцям впоратися з пережитим під час війни і ключову роль у цьому відіграють гендерно чутливі підходи.

### Виклик: велика потреба в послугах з психосоціальної підтримки

Люди, які мають досвід переживання війни, насильства або були змушені лишити свої домівки, часто зазнають глибоких душевних травм. У деяких із них такий травматичний досвід може призводити до тривожних розладів, депресій та думок про самогубство. Тому надзвичайно важливо вчасно визнати наявність проблем з ментальним здоров'ям та звернутися за підтримкою. Проте чоловіки часто менш схильні звертатися по допомогу. Це пов'язано, передусім, з традиційними гендерними ролями та кліше «сильного чоловіка».

У зв'язку з російською агресією перед системою охорони здоров'я України постали великі виклики, тому вона не може належним чином реагувати на проблеми з психічним здоров'ям, з якими стикаються українці.



<b>Назва проєкту:</b>	Гендерно-чутливі підходи до ментального здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні
<b>Замовник:</b>	Федеральне міністерство економічного співробітництва та розвитку Німеччини (BMZ)
<b>Виконавець:</b>	Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH
<b>Бенефіціари:</b>	Міністерство у справах ветеранів України
<b>Місце реалізації:</b>	Київська, Дніпропетровська, Кіровоградська області
<b>Загальна тривалість:</b>	2023–2026
<b>Контактна особа:</b>	Inga Hipe, inga.niere@giz.de



Ветерани разом зі своїми дружинами та дітьми отримують доступ до якісної сімейної терапії.

В Україні бракує гендерно збалансованих підходів до психосоціальної підтримки для ветеранів, внутрішньо переміщених осіб, громадян, які повертаються до своїх домівок, та мешканців приймаючих громад, які також стикаються з труднощами. Країні не вистачає цілісних психотерапевтичних підходів у роботі з такими громадянами та спеціальних навчальних програм у цій сфері.

Окрім цього, закладам охорони здоров'я, школам та соціальним закладам часто не вистачає базових знань, навичок діагностики та ефективної практики перенаправлення пацієнтів до інших фахових лікарів в разі потреби. Для допомоги постраждалим також не вистачає спеціалізованих фахових знань, наприклад, у сфері травматерапії.

## Наш підхід до вирішення проблеми: ґрунтовна фахова підготовка та робота на рівні громад

За дорученням Федерального міністерства економічного співробітництва та розвитку (BMZ) проєкт «Гендерно-чутливі підходи до ментального здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні» допомагає покращити психосоціальну підтримку особливо вразливих груп громадян в Україні. Окрім тих, хто повертається з війни це також, передусім, їхні родичі та люди, які були змушені залишити свої домівки. Вирішальне значення при цьому має залучення усього українського суспільства: лише спільними зусиллями можна опрацювати досвід пережитого насильства та створити стратегії для кращого майбутнього.

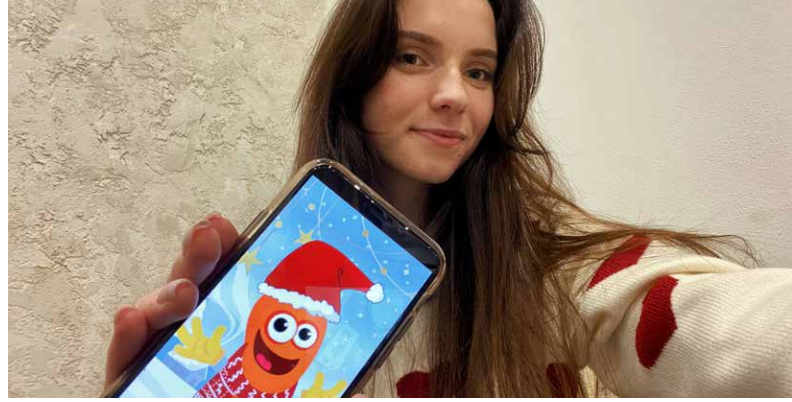
Ми проводимо навчання для соціальних працівників, психологів та інших фахівців у соціальній сфері, аби вони могли краще підтримувати людей, які травмовані війною. При цьому ми враховуємо гендерні аспекти для врахування потреб конкретних цільових груп. Фахівці застосовують набуті знання безпосередньо на місцях: в реабілітаційних закладах для ветеранів, а також в містах та селах, де вони працюють як з ветеранами та їх рідними, так і з внутрішньо переміщеними особами та мешканцями громад, які їх приймають.

Ми також пропонуємо прості програми психосоціальної підтримки для покращення психічного здоров'я та стійкості громадян. Головну увагу ми приділяємо жінкам та дітям задля їхньої кращої (ре)інтеграції у громадах.

Окрім цього, ми сприяємо налагодженню контактів у сфері психосоціальної підтримки задля кращого доступу до наявних програм підтримки систем перенаправлення пацієнтів та подальшого розвитку цього сектору. Ще одним важливим пунктом нашої роботи є поширення досвіду та висновків після роботи з ветеранами.



«Мистецький ранч» для жінок у Кам'янській громаді: спільний сніданок поєднується з форматами мистецької терапії.



Ігрове лікування з «Морквинкою»: застосунок допомагає дітям, які були змушені покинути свої домівки, освоїтися на новому місці проживання.

## Наші результати: терапія з урахуванням індивідуальних потреб

- ГО «Асоціація психологічного консультування та травматерапії» провела два чотириденні тренінги для психологів. 20 психологів з Київської, Дніпропетровської та Кіровоградської областей набули практичного досвіду роботи з родинами ветеранів. У тренінгах узяли участь 16 ветеранів з дружинами та дітьми. Тренінги допомогли психологам реалізувати схожі інструменти психологічної підтримки в інших громадах.
- У Кам'янському наш партнер, організація «Громадський дім», пропонує психосоціальну підтримку внутрішньо переміщеним особам: спеціально підготовлені психологи проводять групові сесії та індивідуальні консультації а діти отримують супровід психологів. Логопеди допомагають дівчатам та хлопцям, мовний розвиток яких зазнав негативного впливу через війну. Під час 286 індивідуальних та 196 групових сесій вдалося покращити мовні навички 1194 дітей.
- Спільно з організацією «Можливості. Мотивація. Медіа» ми застосовуємо цифрові рішення для терапевтичної підтримки дітей з урахуванням їх особливостей. Застосунок [MaPanda](#) допомагає дітям, які були змушені залишити рідні місця, краще освоїтися у новому для них середовищі. Психологи застосовують мультиплікаційного героя «Морквинку», яка допомагає спілкуватись з дітьми в ігровій формі. 971 дитина отримала психологічну підтримку в особистих розмовах з психологами. А також «Чарівна скринька», яку отримують маленькі учасники проєкту, пропонує ігри, які допомагають опанувати свої емоції й почуття та краще розуміти своє оточення та інших людей.
- В рамках проєкту «Мобільна служба підтримки» ГО «ВЕСТА» провела 51 консультацію та підготувала 8 доповідей з психологічних та юридичних питань. Ці заходи були проведені для ветеранів, їхніх членів родин та органів місцевого самоврядування дев'яти громад Київської області.



### «Проєкт допоміг моєму сину»

**Олена Здорикова**, мати Костянтина. Застосунок MaPanda та «Чарівна скринька» допомогли 5-річній дитині краще освоїтися у новому середовищі.

«Спочатку моєму сину Кості було важко звикнути до нашого нового помешкання – він дуже сумував за нашою рідною домівкою. Морквинка допомогла йому освоїтися в нашій новій квартирі в новому місті. Він почав щодня казати мені «мамо, я люблю тебе, як тобі допомогти?» Саме Морквинка навчила його цієї звички кожного разу говорити мені компліменти».

Видавець:  
Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Офіси компанії: Бонн та Ешборн

GIZ Україна  
Гендерно-чутливі підходи до ментального здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні  
вул. Велика Житомирська 20 (3-й поверх)  
01001 Київ, Україна  
[www.giz.de/ukraine-ua](http://www.giz.de/ukraine-ua)

Місце та рік публікації: Київ, 10/2024

Дизайн: Дмитро Нікулін

Фото: стор. 1: © GIZ/Оксана Проценко; стор. 2: © GIZ/Анна Негрій;  
© GIZ/ ГО «Громадський дім»

Текст: Йорн Леонхардт

GIZ несе відповідальність за зміст цієї публікації.

За дорученням  
Федерального міністерства економічного співробітництва та розвитку Німеччини (BMZ)