

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАУКА МАЙБУТНЬОГО

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ СТУДЕНТІВ,
АСПРАНТІВ ТА МОЛОДИХ ВЧЕНИХ

Випуск 2(10), 2022

Мукачево

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Інтернет
Вченою радою Мукачівського державного університету
(Протокол №10 від 19.12.2022 р.)

Головний редактор:

Гоблик Володимир Васильович – доктор економічних наук, професор, заслужений економіст України, перший проректор, Мукачівський державний університет

Заступник головного редактора:

Молнар Тетяна Іванівна – голова Наукового товариства студентів, аспірантів, молодих вчених, Мукачівський державний університет

Відповідальний секретар:

Гранчак Олена Василівна, Мукачівський державний університет

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Кабачій Василь Миколайович – к. ф-м. н., доцент;

Кобаль Василь Іванович – к. пед. н., доцент, проректор з науково-педагогічної роботи;

Козарь Оксана Петрівна – д-р. т. н., академік Української технологічної академії (м. Київ), професор кафедри інженерії, технологій та професійної освіти;

Корнієнко Інокентій Олексійович – д-р. психол. н., професор, доцент кафедри психології;

Лужанська Тетяна Юріївна – к. географічних наук, доцент;

Малець Олександр Омелянович – д-р. і. н., доцент;

Мілашовська Ольга Іванівна – д-р. е. н., професор, завідувач кафедри готельно-ресторанної та музейної справи;

Моргун Алла Володимирівна – к. філол. н., доцент кафедри філологічних дисциплін та соціальних комунікацій;

Попович Наталія Михайлівна – д-р. пед. н., доцент, завідувач кафедри музичного мистецтва;

Прокопович Лідія Сигізмундівна – к. філол. н., доцент, завідувач кафедри філологічних дисциплін та соціальних комунікацій;

Проскура Володимир Федорович – д-р е. н., професор;

Реслер Марина Василівна – д-р е. н., професор, академік Академії економічних наук, декан факультету економіки, управління та інженерії;

Стегней Маріанна Іванівна – д-р. е. н., професор кафедри економіки та фінансів;

Теличко Наталія Вікторівна – д-р. пед. н., професор, завідувач кафедри англійської мови, літератури з методиками навчання;

Товканець Ганна Василівна – д-р пед. н., професор, завідувач кафедри теорії та методики початкової освіти;

Фізеші Октавія Йосипівна – д-р. пед. н., професор кафедри педагогіки дошкільної, початкової освіти та освітнього менеджменту;

Черепаня Наталія Іванівна – к. пед. н., доцент, завідувач кафедри дошкільної та спеціальної освіти;

Черничко Тетяна Вікторівна – д-р. е. н., професор, завідувач кафедри економіки та фінансів.

- Подільського національного університету ім. Івана Огієнка. Серія: Педагогічна. – 2016. – Вип. 22. – С. 35–39.
4. Дробін А. А. Використання оцінювальних задач у олімпіадах з фізики / А. А. Дробін // Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. – 2018. – Вип. 173. – С. 84–88.
 5. Вовкотруб В. П. Олімпіадні експериментальні задачі з фізики на базі комплектів набірних полів / В. П. Вовкотруб // Наукові записки. Серія: Проблеми методики фізико-математичної і технологічної освіти. – 2016. – Т. 1, № 9(1). – С. 71–78.
 6. Подласов С. О. Олімпіада з фізики як індикатор готовності абітурієнтів до навчання в університеті / С. О. Подласов // Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. – 2019. – Вип. 3. – С. 346–355.

УДК 159.9.07-048.88:341.31(477)

Желізняк Я.І.
здобувач вищої освіти ОС Магістр,
спеціальність 053 «Психологія»,
Мукачівський державний університет
Корнієнко І.О.
доктор психологічних наук, професор,
доцент кафедри психології,
Мукачівський державний університет

ОСОБЛИВОСТІ КОНСУЛЬТУВАННЯ ПСИХОЛОГА-ПОЧАТКІВЦЯ ПІД ЧАС РОБОТИ З ПОСТРАЖДАЛИМИ ВІД ВОЄННИХ ДІЙ

У статті порушено проблему консультування психологами-початківцями постраждалих від воєнних дій та їх емпатичність під час консультування. Проблема консультувань полягає в неготовності до реалій війни і її психологічних наслідків. Ключовою складовою є супервізія самого психолога, який має бути сам в стані спокою на нейтральності. Одним із важливих шляхів удосконалення процесу фахової підготовки майбутнього психолога, організації симулятивних умов для успішного засвоєння теоретичних знань, оволодіння практичними вміннями ефективно та швидко реагувати на гострі стресові ситуації має стати обов'язковий тренінг для відпрацювання знань на майбутнє.

Ключові слова: перша психологічна допомога, фахова підготовка, психолог, професійна компетентність, емпатія.

The article deals with the problem of counseling by young psychologists victims of war and their empathy during counseling. The problem with counseling is unpreparedness for the realities of war and its psychological consequences. The key component is the supervision of the psychologist himself, who must be calm and neutral. One of the important ways to improve the process of professional training of the future psychologist is the organization of simulation conditions for the successful assimilation of theoretical knowledge, mastering practical skills to respond effectively and quickly to acutely stressful situations should be mandatory training to develop knowledge for the future.

Key words: first psychological aid, professional training, psychologist, professional competence, empathy.

З початком повномасштабного вторгнення Росії в Україну, життя багатьох українців перевернулося з ніг на голову. На плечі психологів лягла велика відповідальність не лише за себе і за свою сім'ю, а ще й за тисячі постраждалих, які опинилися під обстрілами та були змушені тікати або ховатися від атак. Психологічну допомогу потребували мільйони, але не всі психологи, навіть практикуючі, змогли надати першу психологічну допомогу постраждалим. Головним правилом психолога в роботі з клієнтом є знаходитися в максимально нейтральному, емпатичному і споглядаючому стані, а, враховуючи обставини, це дуже не просто. Знаходячись в стресі, психолог, як пересічна людина, тоне в емоціях гніву, страху та ярості. І під емоційним стресом некоректно сприймає афективні переживання клієнта, а отже не може надати конструктивну допомогу [1]. Згідно К. Роджерса, «бути в стані емпатії означає сприймати внутрішній світ іншої людини точно, зі збереженням емоційних і смислових відтінків. Як нібито стаєш цим іншим, але без втрати відчуття «як ніби-то». Так, відчуваєш радість чи біль іншої людини, як вона їх відчуває, і сприймаєш їх причини, як вона їх сприймає. Емпатійний психотерапевт проникливо уловлює сенс стану, який переживає пацієнт у даний конкретний момент, і вказує на цей сенс, щоб допомогти пацієнту сконцентруватися на ньому і спонукати пацієнта до подальшого і більш повного безперешкодного переживання» [2]. Тобто, налагодити контракт та дисоціюватися від внутрішніх оцінок. Що в перші місяці війни було складно опанувати.

Метою статті є розкриття важливості вивчення протоколів і технік першої психологічної допомоги, супервізії психолога, а також запозичення та

імплементування алгоритму першої психологічної допомоги від колег з Ізраїлю та США.

Постають питання “Чому, маючи величезний фонд психологів, на початку війни був брак тих, хто міг допомогти?”, “Чому колеги зі США і звичайні американці знають алгоритм першої психологічної допомоги, а ми, країна, яка живе у війні з 2014 року – ні?”, “Що допомогло жителям Ізраїлю зберегти психологічне здоров'я?”

Відповідь одна – підготовленість. Ще за часів Другої Світової війни, американські психологи почали планувати методи допомоги в 1939 році, коли війна лише починалася в Європі [3]. Істотно скорочувалися терміни наукових розробок. Як писав прозаїк В. Чалмаєв, “роки були втиснуті в місяці, тижні спресовані в години” [4].

Американські психологи використовували програмний підхід до вирішення військової психології, де з початком воєнних дій психологи з різних відомств активізували розробку програм для швидкого виявлення осіб із низькою нервово-психічною стійкістю. У результаті було створено такі універсальні тести, як "тест сукупності якостей особистості" (повний і короткий варіант) і "корнельський індекс для військовослужбовців". В кінці війни в асоціацію психологів США увійшли 50 вчених, які в подальшому допомагали та розвивали алгоритм лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР) на основі психічних проблем ветеранів В'єтнамської війни [5]. Кожен третій американець знає протокол надання першої психологічної допомоги. Тренінги запроваджують з 9 класу, в автошколах та на робочих місцях. На територіях з підвищеною загрозою (наприклад, Каліфорнія) з одного кварталу мають бути обов'язково 4 представники (не психологічної професії) з питань психічного здоров'я в умовах надзвичайних ситуацій (Disaster Mental Health Worker – CERT program) [6]. Вони також зобов'язані проходити власну терапію, щоб у випадку катастрофи змогли надати безоцінкову допомогу. І при передачі постраждалих, психологи можуть продовжувати роботу з травмою.

Якщо розглянути психологічний стан та повсякденне життя ізраїльтян, які живуть у довготривалому стані війни, вони знають правила поведінки при повітряних тривогах, як спілкуватися з постраждалими та що робити в наступні пару годин, тижнів для профілактики свого психологічного здоров'я.

У випадку українських психологів-початківців, яких не готували ні до війни, ні до гострих стресових ситуацій, ми змушені були вивчати правила роботи з потерпілими за лічені години. Наші колеги з Ізраїлю за 48 годин підготували алгоритм роботи з ПТСР і активно проводять лекції, навчальні програми та експрес курси підвищення кваліфікації.

Обов'язковим були і залишаються етичні стандарти, пов'язані з супервізією психологів любого рівня, та навчальні рекомендації покликані як захистити клієнтів, та забезпечити мінімальний рівень компетентності психологів в різних життєвих ситуаціях. Однак, як впливають на етичні зобов'язання супервізорів підготовка психологів до потенційно небезпечної роботи або до ролей у нових сферах практики? Коли супервізор знає, що його або її стажер може бути підданий безпосередньому ризику психологічної, професійно-етичної, або навіть фізичної шкоди в силу робочих умов, з якими стажер зіткнеться під час або після припинення навчання, це знання формує підхід супервізора. На сьогоднішній день, дякуючи програмам колег з різних куточків світу, які якось стали причетними до воєнних дій, українські психологи та психотерапевти дають знання молодим спеціалістам в знаходженні свого внутрішнього балансу, емпатії та нейтральності під час консультування постраждалих.

На прикладі закордонних колег та виходячи з особистого досвіду, хотілось би наголосити, що будь-яка програма першої психологічної допомоги та власна терапія має стати обов'язковою протягом кожного навчального року здобувача кваліфікації психолога.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Сельє Г. Стресс без дистресса [Електронний ресурс] / Г.Сельє. – Режим доступу: <http://www.rulit.net/books/stress-bez-distressa-read-15443-1.html>.
2. Роджерс К. Емпатия / К. Роджерс // Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. В. Фаликман. – М.: ЧеРо, 2002. С. 428-430.
3. Bairdain E. F. Final Technical Report: Psychological Operations Studies – Vietnam / E. F. Bairdain, E. M. Bairdain. – Washington, DC: Advanced Research Projects Agency, 1971. – Vol. I.
4. Бондарев Г. В. Основи військової психології: навч. посібник / Г. В. Бондарев, П. П. Круть; Харків. нац. ун-т внутр. справ. – Харків, 2020.
5. Посттравматичний стресовий розлад: навч. посіб. для студентів вищ. мед. навч. закл. МОЗ України / О. П. Венгер та ін.; ДВНЗ «Тернопіль. держ. мед. ун-т ім. І. Я. Горбачевського МОЗ України». – Тернопіль: ТДМУ, 2016. – 260 с.
6. Schmidt James B. A Community Emergency Response Team in the Marshfield Fire and Rescue Department / James B. Schmidt. – Wisconsin, 2011. – 50 p.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>