

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ВНЕСОК ОРГАНІЗАЦІЙ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

Безродна Віра Ілвіна

кандидат політичних наук, доцент,
доцент кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки
Одеського національного економічного університету
ORCID ID: 0000-0002-5602-1930
Researcher ID: AAE-8118-2022

Статтю присвячено ролі організації громадянського суспільства в забезпеченні психологічної підтримки населення України в умовах повномасштабної війни. У роботі проаналізовано основні напрями діяльності організацій громадянського суспільства у сфері психологічної підтримки різних груп населення; охарактеризовано форми її надання; досліджено досвід взаємодії громадських організацій з державними інституціями в цій сфері.

Доведено, що організації громадянського суспільства стали ключовим елементом системи психологічної підтримки населення України під час війни. Професійна спільнота психологів продемонструвала високу здатність до швидкої мобілізації, адаптації та інноваційної діяльності у відповідь на масштабні виклики війни. Передумовою швидкої відповіді стала наявність організованої професійної спільноти психологів із розвинутою структурою, високим рівнем організації та ефективними механізмами самоврядування.

Основними напрямками діяльності організацій громадянського суспільства стали: безоплатне індивідуальне консультування за запитом через волонтерські групи та проекти; створення спеціалізованих онлайн-платформ і гарячих ліній психологічної підтримки; психологічна допомога військовослужбовцям різних категорій; створення й розповсюдження просвітницьких та освітніх матеріалів із психологічної допомоги; підвищення кваліфікації психологів через проведення спеціалізованих тренінгів із кризового консультування; організація супервізійної підтримки та заходів із профілактики професійного вигорання фахівців.

Виявлено формування моделі міжсекторальної співпраці у сфері психологічної підтримки, за якої державні інституції забезпечують системність, масштабність і ресурсну базу, натомість громадські організації привносять гнучкість, інноваційні підходи й адресну відповідь на потреби конкретних вразливих груп. Таке поєднання зусиль дає змогу максимально ефективно використовувати наявні ресурси й охоплювати більше людей, які потребують психологічної підтримки.

Визначено, що накопичений досвід відкриває перспективи для подальшого розвитку системи психологічної підтримки через стабільне партнерство між державою та організаціями громадянського суспільства, а також інтеграцію напрацьованих моделей у національну систему охорони психічного здоров'я для посилення соціальної згуртованості та життєстійкості суспільства.

Ключові слова: громадянське суспільство, громадські організації, психологічна підтримка, психічне здоров'я, міжсекторальна співпраця.

Bezrodna V. PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE POPULATION IN WARTIME: THE ROLE OF CIVIL SOCIETY ORGANIZATIONS

The article focuses on the role of civil society organizations in providing psychological support to the population of Ukraine amid the full-scale war. It analyzes the main areas of activity of civil society organizations in the field of psychological support for various population groups, outlines the forms of such support, and explores the experience of cooperation between public organizations and state institutions in this sphere.

It is argued that civil society organizations have become a key element of the psychological support system during wartime. The professional community of psychologists has demonstrated a high capacity for rapid mobilization, adaptation, and innovative action in response to the large-scale challenges of war. A major precondition for this swift response was the presence of a well-structured professional community with a high level of organization and effective self-governance mechanisms.

Key areas of activity include: free individual counseling through volunteer groups and projects; the creation of specialized online platforms and psychological support hotlines; psychological assistance to various categories of military personnel; the development and dissemination of educational and awareness-raising materials on mental health; professional development of psychologists through specialized crisis counseling trainings; and the organization of supervision and burnout prevention for mental health professionals.

The study reveals the formation of an intersectoral cooperation model in psychological support, where state institutions provide systemic capacity, scale, and resources, while civil society organizations contribute flexibility, innovative approaches, and targeted responses to the needs of vulnerable groups. This synergy allows for more efficient use of available resources and broader coverage of those in need of psychological support.

The accumulated experience opens up prospects for further development of the psychological support system through stable partnerships between the state and civil society organizations, and for the integration of these models into the national mental health system to enhance social cohesion and resilience.

Key words: civil society, civil society organizations, psychological support, mental health, intersectoral cooperation.

Вступ. Повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну серйозно вплинуло на психологічний стан населення нашої країни. Громадяни України опинилися в умовах довготривалого стресу, що пов'язаний із безпосередньою участю в бойових діях, життям у прифронтовій зоні, досвідом окупації, вимушеним переміщенням в інші регіони або країни, а також втратою відчуття безпеки через постійну загрозу ракетних ударів і атак безпілотників на всій території країни. Додатковий негативний вплив на ментальне здоров'я мають і супутні наслідки війни, як-от невизначеність майбутнього, постійна тривога за рідних і близьких, втрата роботи та звичного способу життя, фінансові труднощі, побутові проблеми, соціальна ізоляція. За цих умов підтримка психічного здоров'я населення є одним із завдань, що забезпечує життєстійкість країни під час масштабних загроз. До розв'язання цього завдання від початку повномасштабного вторгнення активно долучилося громадянське суспільство.

Феномен мобілізації громадянського суспільства у відповідь на російську військову агресію привертає значну увагу науковців. Дослідники приділяють увагу як загальному стану громадянського суспільства, так і конкретним практикам і формам діяльності організацій громадянського суспільства. При цьому фіксується тенденція до виразної спеціалізації організацій громадянського суспільства стосовно сфер діяльності [1, с. 4]. Однією з найважливіших сфер такої спеціалізації стала психологічна підтримка населення.

Тож існує потреба в дослідженні цієї спеціалізованої діяльності організацій громадянського суспільства та її значення в забезпеченні стійкості українського суспільства.

Мета статті – проаналізувати роль організацій громадянського суспільства в забезпеченні психологічної підтримки населення України в умовах повномасштабної війни. Для досягнення цієї мети були поставлені такі дослідницькі **завдання**: проаналізувати основні напрями діяльності організацій громадянського суспільства у сфері психологічної підтримки різних груп населення; охарактеризувати форми надання психологічної підтримки; дослідити досвід взаємодії громадських організацій з державними інституціями у цій сфері.

Методи дослідження. В основу дослідження покладено загальнонаукові методи (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення), які використано для вивчення функціонування організацій громадянського суспільства в умовах війни, форм реалізації психологічної підтримки та досвіду міжсекторальної взаємодії.

Результати. Психологічна підтримка населення стала одним з основних напрямів діяльності громадянського суспільства з перших днів повномасштабного вторгнення. Численні волонтери та громадські організації долучилися до допомоги різним категоріям населення: внутрішньо переміщеним особам, тим, хто виїхав за кордон через воєнні дії, мешканцям зон потенційних і активних бойових дій, особам, які пережили окупацію або перебувають під нею, дітям різних вікових груп. Особливим напрямом стала психологічна підтримка військових.

Передумовою швидкої відповіді на нові виклики стала наявність в Україні організованої професійної спільноти психологів і психотерапевтів. Спільнота налічує десятки тисяч фахівців різних напрямів психологічної практики та характеризується розвиненою структурою і високим рівнем організації. Вона базується на солідному законодавчому підґрунті, керується професійними стандартами практики й етики, а також має ефективні механізми самоврядування та саморегуляції. На національному рівні професійна психологічна спільнота представлена такими організаціями, як Національна психологічна асоціація України, Українська асоціація когнітивно-поведінкової терапії, Українська юнґіанська асоціація, Українська асоціація транзакційного аналізу й іншими [2; 3; 4; 5]. Відразу з початком повномасштабного вторгнення ця професійна спільнота активно включилася в роботу з подолання психологічних наслідків війни.

Першою та найпоширенішою формою допомоги з боку психологів-практиків стало безоплатне індивідуальне консультування за запитом. У перші дні повномасштабного вторгнення багато фахівців повністю або частково перейшли на волонтерську діяльність, щоб своєчасно й адресно підтримувати тих, хто найбільше цього потребував.

Однак через значне емоційне навантаження та високий ризик професійного вигорання ця форма волонтерства почала трансформуватися. Психологи поступово переходили від безоплатного надання послуг до моделей, за яких їхня робота фінансується за кошт бізнесу або донорських програм. Такий підхід дає змогу зберігати ресурсність фахівців і забезпечувати сталість їхньої роботи.

Водночас окремі фахівці об'єднувалися у формальні й неформальні волонтерські групи та проекти, щоб надавати консультаційні послуги через більш централізовану систему прийому запитів від населення та спрямування їх до конкретних спеціалістів. Наприклад, Національна психологічна асоціація (НПА) у червні 2022 року відкрила в Україні безоплатну гарячу лінію, яка працює у форматі аудіо-та відеоконсультацій [6]. За підтримки міжнародних партнерів НПА створила подібні лінії також у 21 європейській країні. На цих лініях працюють кваліфіковані психологи з досвідом кризового консультування. Це особливо важливо для українських біженців, які не завжди мають доступ до психологічної допомоги в країнах перебування. Крім того, такі гарячі лінії допомагають українцям за кордоном підтримувати ментальний зв'язок із Батьківщиною.

Схожу модель роботи реалізували громадська організація «Фундація Суспільність» і центр «Брейнкульт» через спільний проєкт «Хаб стійкості», до якого долучилися близько 50 фахівців різних

спеціалізацій [7]. Проект пропонує безплатні індивідуальні консультації у форматі відеоконференції та матеріали для психологічної самодопомоги.

Аналогічно працює онлайн-платформа UA Mental Help, яка надає безплатну професійну психологічну допомогу українцям під час війни [8]. Команда психологів-волонтерів спеціалізується на довготривалій підтримці та працює із широким спектром емоційних станів – від тривоги до переживання втрати.

Ці та інші проекти різного масштабу – від місцевих громадських організацій до великих національних платформ – створюють розгалужену мережу психологічної допомоги по всій країні.

Безперечно, пріоритетним напрямом в умовах війни є збереження та підтримка психічного здоров'я військовослужбовців, адже його стан значно гірший порівняно з рештою населення. Тривожні та великі депресивні розлади трапляються серед військових удвічі частіше, ніж серед цивільних. Від 20 до 40 % військовослужбовців потребують психологічної допомоги. Симптоми гострої травми виявляють у 60–80 % захисників, які були очевидцями загибелі побратимів чи мирного населення або бачили тіла померлих. Симптоми ПТСР розвиваються приблизно у 12–20 % вояків, які перенесли бойову травму, але не звернулися по психологічну допомогу через страх стигматизації та можливих негативних наслідків для військової кар'єри. Військові частіше вдаються до вживання речовин, що змінюють психічний стан, зокрема зловживання алкоголем серед них трапляється у 2,3 рази частіше [9].

Водночас забезпечення Збройних Сил України психологами є недостатнім. За результатами аудиту ресурсів системи надання послуг у сфері психічного здоров'я, у ЗСУ недоукомплектовано 29 % штату, один психолог працює на 400–500 військовослужбовців. Для порівняння: в армії Ізраїлю цей показник становить один психолог на 70–90 військовослужбовців [10]. Крім того, лише 62 % офіцерів-психологів мають освіту за відповідною спеціальністю.

В умовах обмежених можливостей державної системи психологічної допомоги військовим важлива роль належить громадським організаціям і волонтерським ініціативам, які спеціалізуються на різних аспектах психологічної підтримки. Наприклад, громадська організація «Вільний вибір», заснована волонтерами-психологами, зосереджується на комплексній психологічній підтримці ветеранів та їхніх сімей [11]. Громадська організація «Блакитний птах» працює з особливо вразливою категорією – колишніми військовополоненими та їхніми сім'ями. Вона забезпечує професійний супровід від моменту полону до постізоляційної адаптації. Така спеціалізація є критично важливою, оскільки досвід полону потребує специфічних підходів до реабілітації [12]. Платформа VeteranHub пропонує безплатні психологічні консультації у телефонному й онлайн-форматах, що дає змогу охопити більшу кількість осіб, які потребують допомоги [13].

Громадські організації та волонтерські ініціативи частково компенсують дефіцит державної системи психологічної підтримки військовослужбовців, проте масштаб потреби в психологічній допомозі все ще значно перевищує наявні ресурси.

Поряд із безпосереднім наданням психологічної допомоги різним категоріям населення професійна спільнота психологів активно працює над створенням і розповсюдженням просвітницьких та освітніх матеріалів. Так, Служба турботи про психічне здоров'я благодійного фонду «Право на захист» створила курс лекцій про надання психологічної допомоги. Лекції можна переглянути як під час вебінарів, так і в запису на каналі Служби в YouTube. Також Служба створила телеграм-канал «Психолог на зв'язку», у якому розміщує статті з рекомендаціями, як проживати війну, та анонси заходів [14].

У цьому ж напрямі працює волонтерський проект «Як ти, брате?», який зосереджується на збереженні міжособистісних зв'язків у воєнний час. Ініціатива збирає найкращі практики збереження стосунків, відновлення контакту та надання підтримки одне одному під час війни [15]. Команда розробляє практичні посібники з простими алгоритмами взаємодії в різних ситуаціях та проводить освітні лекції. Усі матеріали доступні безоплатно.

Завдяки цим і подібним ініціативам українці отримують можливість підвищити свою психологічну грамотність та опанувати навички самодопомоги.

Не менш важливим напрямом діяльності стало підвищення кваліфікації самих психологів. Високий рівень травматизації населення України потребував фахівців, які вміють працювати з різними аспектами травми, проте до лютого 2022 року кількість таких фахівців в Україні була обмеженою. Професійна психологічна спільнота швидко відгукнулася на цей виклик. Вітчизняні та іноземні фахівці, які мали досвід роботи з травмою, активно розпочали проводити тренінги з підвищення кваліфікації на теми кризового консультування. Наприклад, у березні 2022 року Український інститут когнітивно-поведінкової терапії організував тренінг «Кризова психологічна допомога у часі війни» за участі кризового психолога з Ізраїлю О. Гальчинського [16].

У липні 2023 року громадська організація «Вектор прав людини» провела дводенний тренінг «ПТСР та життя в пролонгованому стресі», присвячений роботі з посттравматичним стресовим розладом і тривалим стресом [17]. Участь у заході взяли психологи, психіатри та інші фахівці, які працюють із постраждалими від війни. Програму тренінгу становили лекції та практичні заняття з міжнародною

командою експертів: американським кризовим терапевтом доктором Джошуа Креймейером, українськими психологинями Русланою Руденко та Іриною Ратцке-Рибак, а також лікаркою-психіатричнею Наталею Підкалюк. Експертна команда представила теми диференційної діагностики стресових розладів, роботи з родинами військових і ветеранів, протоколів лікування ПТСР та профілактики втоми від співчуття. Особливу увагу було приділено профілактиці емоційного вигорання та розвитку навичок саморегуляції у фахівців професій, що допомагають.

У вересні 2024 року Центр ЯРМІЗ провів перший в Україні спеціалізований тренінг «Особливості парного консультування родин військовослужбовців та ветеранів» [18].

Ці приклади ілюструють лише невелику частину масштабної роботи з підвищення кваліфікації психологів, яка триває і сьогодні та дає змогу швидко реагувати на нові виклики війни. Саме завдяки цій роботі за короткий час тисячі психологів змогли опанувати спеціалізовані навички, що в мирний час потребувало б років систематичного навчання.

Інтенсифікація роботи психологів та збільшення навантаження актуалізували ще один напрям – супервізію і профілактику вигорання самих фахівців. Найдосвідченіші практики з високою кваліфікацією взяли на себе ведення підтримки колег (через чати, консультації, супервізії, терапевтичні групи тощо). Особливостями цієї роботи стали її гнучкість і доступність. Супервізійні сесії адаптувалися до воєнних реалій, вони проводились онлайн, у зручний для учасників час, з урахуванням можливих переривань через повітряні тривоги. Створені професійні чати стали цілодобовими майданчиками взаємодопоміжки, де колеги могли швидко отримати пораду в складних ситуаціях або просто поділитися своїми переживаннями. Терапевтичні групи для психологів, з одного боку, допомагали опрацьовувати професійні виклики, з іншого – ставали місцем для роботи з власними травматичними переживаннями учасників. Така комбінована підтримка виявилася важливою для збереження працездатності та психічного здоров'я професійної спільноти, що забезпечило стабільність та якість психологічної допомоги населенню навіть в екстремальних умовах війни.

Розвиток різноманітних напрямів діяльності громадських організацій відбувався паралельно з посиленням їхньої співпраці з державними інституціями. Від початку повномасштабної російської воєнної агресії пріоритетним стає створення національних програм психологічної підтримки, поєднання державних форм допомоги та різних форматів, запропонованих професійною спільнотою, профільними громадськими організаціями.

Зокрема, для забезпечення широкого доступу населення країни до психологічної допомоги за ініціативи Першої леді О. Зеленської та підтримки Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) створено Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Програму розробляє та впроваджує Міністерство охорони здоров'я у тісній співпраці з українськими та міжнародними фахівцями. Завдання Програми передбачають: вибір моделі системи ефективного надання допомоги; створення системи навчання, сертифікації та моніторингу якості підготовки психологів, психотерапевтів і лікарів-психологів, що працюють у різних міністерствах; навчання сімейних лікарів, психологів, соціальних працівників і освітян швидких методик психологічної підтримки; формування реєстру фахівців і методик, систематизацію даних, розробку моделей перенавчання та перепідготовки кадрів і системи їх залучення. У межах програми навчання пройшли близько 60 тис. фахівців з МОЗ, Мінсоцполітики, МОН, Мінветеранів, МВС, Міноборони, Мінреінтеграції, а також представники «Укрзалізниці», «Укрпошти», «Ощадбанку», неурядових і міжнародних організацій.

Розроблено оперативну дорожню карту «Пріоритетні багатосекторні заходи із психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні під час та після війни», яка визначає пріоритети для всіх, хто працює у сфері підтримки психічного здоров'я.

Підписано Меморандум між МОЗ, ВООЗ і 15 партнерами щодо розбудови спроможностей первинної медичної ланки, а МОЗ та НСЗУ запровадили новий пакет «Супровід і лікування дорослих та дітей з психічними розладами на первинному рівні медичної допомоги» в межах Програми медичних гарантій [19].

Паралельно із цією масштабною ініціативою було розроблено й інші міжсекторальні проекти, спрямовані на підтримку конкретних вразливих груп. Дитячий фонд ООН (UNICEF) спільно з Міністерством освіти і науки України, Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії та Всеукраїнським громадським центром «Волонтер» започаткували проєкт психологічної підтримки «Поруч» [20]. Це онлайн та очні групи психологічної підтримки для підлітків та батьків, звичне життя яких зруйнувала війна. Психологи працюють над тим, щоб отриманий досвід війни не залишився непереборною травмою на все життя.

Ще одним прикладом ефективної міжсекторальної взаємодії став проєкт «Інтегрована підтримка через міждисциплінарні мобільні команди», започаткований Українською фундацією громадського здоров'я спільно з Міністерством соціальної політики України, Національною соціальною сервісною службою України за підтримки Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. Проєкт був спрямований на комплексну соціально-психологічну допомогу внутрішньо переміщеним особам (ВПО)

безпосередньо в місцях їх перебування. Таку допомогу надавали мультидисциплінарні мобільні команди, які склалися з різних спеціалістів: психологів, соціальних працівників, юристів та медиків.

У межах проєкту було створено 70 мультидисциплінарних мобільних команд, які надали понад два мільйони послуг майже 380 тисячам осіб у 18 регіонах України. Команди працювали в 768 евакуаційних центрах та 260 об'єднаних територіальних громадах. Найчастіше люди зверталися за психологічною підтримкою, соціальним та юридичним консультуванням, медичною допомогою і гуманітарною підтримкою. Майже кожен клієнт отримав від двох до п'яти видів послуг одночасно. Завдяки проєкту вдалося не лише стабілізувати психоемоційний стан постраждалих, а й допомогти їм у вирішенні нагальних побутових і правових питань, сприяти адаптації на новому місці та зменшити ризики вторинної травматизації [21].

Досвід реалізації цих ініціатив демонструє формування моделі міжсекторальної співпраці у сфері психологічної підтримки населення в умовах війни. Державні інституції забезпечують системність, масштабність і ресурсну базу, натомість громадські організації та міжнародні партнери привносять гнучкість, інноваційні підходи й адресну відповідь на специфічні потреби конкретних вразливих груп. Таке поєднання зусиль дає змогу максимально ефективно використовувати наявні ресурси й охоплювати якомога більше людей, які потребують психологічної допомоги.

Висновки. Проведене дослідження демонструє, що організації громадянського суспільства стали ключовим елементом системи психологічної підтримки населення України в умовах повномасштабної війни. Професійні спільноти психологів продемонстрували високу здатність до швидкої мобілізації, адаптації та інноваційної діяльності у відповідь на масштабні виклики.

Основними напрямками діяльності організацій громадянського суспільства у сфері психологічної підтримки стали:

- безоплатне індивідуальне консультування за запитом, що здійснювалось як окремими психологами-волонтерами, так і через формальні й неформальні громадські проєкти та ініціативи;
- створення спеціалізованих онлайн-платформ і гарячих ліній психологічної підтримки, які забезпечують доступ до професійної допомоги як в Україні, так і за кордоном;
- психологічна допомога військовослужбовцям різних категорій, включно з роботою з ветеранами, пораненими, звільненими з полону;
- створення й розповсюдження просвітницьких та освітніх матеріалів з психологічної допомоги й самопомоги;
- підвищення кваліфікації психологів через проведення спеціалізованих тренінгів з кризового консультування та роботи з травмою;
- організація супервізійної підтримки та заходів з профілактики професійного вигорання для фахівців.

Важливим аспектом діяльності громадських організацій стала їхня успішна співпраця з державними інституціями. Від початку повномасштабної російської воєнної агресії спостерігається активізація міжсекторальної взаємодії, результатом якої стало створення комплексних програм психологічної підтримки населення. Основою такої взаємодії є поєднання державних ресурсів і стратегічного бачення з гнучкістю, професійною експертизою та інноваційними рішеннями громадських організацій. Утворена під час цієї співпраці багаторівнева система допомоги охоплює не тільки гострі потреби воєнного часу, а й довготривалі завдання післявоєнного відновлення.

Накопичений досвід відкриває перспективи для подальшого розвитку системи психологічної підтримки через стабільне партнерство між державою та організаціями громадянського суспільства, а також шляхом інтеграції напрацьованих моделей у національну систему охорони психічного здоров'я. Це дасть можливість у післявоєнний період зберегти ефективні практики психологічної допомоги й розвивати їх для посилення соціальної згуртованості та життєстійкості суспільства під час відновлення.

Література:

1. Стан розвитку громадянського суспільства в Україні у 2023–2024 роках : аналіт. доп. / [Каплан Ю., Скворцова В., Валевський О. та ін.] ; за ред. В. Потапенка, Ю. Каплан, Ю. Тищенко, В. Токмана. Київ : НІСД, 2024. 47 с.
2. Національна психологічна асоціація України. URL: <https://npa-ua.org/>
3. Українська асоціація когнітивно-поведінкової терапії. URL: <https://uacbt.org.ua/>
4. Українська юнганська асоціація. URL: <https://uja.com.ua/>
5. Українська асоціація транзакційного аналізу. URL: <https://uata.org.ua/>
6. Лінія допомоги НПА. URL: <https://help.npa-ua.org/>
7. «Хаб стійкості». URL: <https://resiliencehub.com.ua/>
8. UA Mental Help. URL: <https://www.uamentalhelp.org/>
9. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny>
10. Аудит ресурсів системи надання послуг у сфері психічного здоров'я. URL: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Molodizhna_polityka/Zdorovui%20sposib%20gitty/2023/Bizya_modeli_audit_resurciv1.pdf
11. Громадська організація «Вільний вибір». URL: <https://www.vvybir.org.ua/>
12. Громадська організація «Блакитний птах». URL: <http://hostage.org.ua/>

13. VeteranHub . URL: <https://veteranhub.com.ua/>
14. Благодійний фонд «Право на захист». URL: <https://r2p.org.ua/>
15. «Як ти, брате?». URL: <https://yakty.com.ua/>
16. Тренінг «Кризова психологічна допомога у часі війни» від кризового психолога з Ізраїлю. URL: <https://mon.gov.ua/news/trening-krizova-psikhologichna-dopomoga-u-chasi-viyni-vid-krizovogo-psikhologa-z-izrailu>
17. Відбувся офлайн-тренінг «ПТСР та життя в пролонгованому стресі» для спеціалістів(-ок), які надають психологічну та психосоціальну допомогу. URL: <https://hrvector.org/podiyi/23-07-05-ptsr>
18. У Києві відбувся перший в Україні тренінг для психологів із консультування родини військовослужбовців та ветеранів. URL: <https://yarmiz.org.ua/ua/2024/10/01/pershiy-v-ukraini-trening/>
19. Втілення ініціативи першої леді зі створення Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки: кроки і здобутки у 2022 році. URL: <https://moz.gov.ua/uk/vtillennja-iniciativi-pershoi-ledi-zi-stvorennja-nacionalnoi-programi-psihichnogo-zdorovja-ta-psihosocialnoi-pidtrimki-kroki-i-zdobutki-u-2022-roci#!>
20. Поруч. Проєкт психологічної підтримки. URL: <https://poruch.me/>
21. Мультидисциплінарні мобільні команди. Звіт 2022 року. URL: https://www.healthright.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/finish_opysoviy-rich_zvit_diyalnist-70-mmk_ufgz-1.pdf

References:

1. Kaplan, Yu., Skvortsova, V., Valevskyi, O. (Eds). (2024). Stan rozvytku hromadianskoho suspilstva v Ukraini u 2023–2024 rokakh: analitychna dopovid [The state of civil society development in Ukraine in 2023–2024: Analytical report]. Kyiv: NISD, 47 p. Retrieved from: <https://doi.org/10.53679/NISS-analytrep.2024.15> [in Ukrainian].
2. Natsionalna psykholohichna asotsiatsiia Ukrainy [National Psychological Association of Ukraine]. Retrieved from: <https://npa-ua.org/> [in Ukrainian].
3. Ukrainska asotsiatsiia kohnityvno-povedinkovoi terapii [Ukrainian Association of Cognitive Behavioral Therapy]. Retrieved from: <https://uacbt.org.ua/> [in Ukrainian].
4. Ukrainska yunhianska asotsiatsiia [Ukrainian Jungian Association]. Retrieved from: <https://uja.com.ua/> [in Ukrainian].
5. Ukrainska asotsiatsiia tranzaktsiinoho analizu [Ukrainian Association of Transactional Analysis]. Retrieved from: <https://uata.org.ua/> [in Ukrainian].
6. Liniia dopomohy NPA [NPA Helpline]. Retrieved from: <https://help.npa-ua.org/> [in Ukrainian].
7. Khab stiikosti [Resilience Hub]. Retrieved from: <https://resiliencehub.com.ua/> [in Ukrainian].
8. UA Mental Help. Retrieved from: <https://www.uamentalhelp.org/>
9. Pidtrymka mentalnoho zdorovia v chasy viyny [Support for mental health in times of war]. Retrieved from: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny> [in Ukrainian].
10. Audyt resursiv systemy nadання posluh u sferi psykhiichnogo zdorovia [Audit of resources of the mental health service delivery system]. Retrieved from: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Molodizhna_polityka/Zdorovui%20sposib%20gitty/2023/Bizia_modeli_audyt_resursiv1.pdf [in Ukrainian].
11. Hromadska orhanizatsiia “Vilnyi vybir” [NGO “Free Choice”]. Retrieved from: <https://www.vvybir.org.ua/> [in Ukrainian].
12. Hromadska orhanizatsiia “Blakytyni ptakh” [NGO “Blue Bird”]. Retrieved from: <http://hostage.org.ua/> [in Ukrainian].
13. VeteranHub. Retrieved from: <https://veteranhub.com.ua/> [in Ukrainian].
14. Blahodiinyi fond “Pravo na zakhyst” [Charitable Foundation “Right to Protection”]. Retrieved from: <https://r2p.org.ua/> [in Ukrainian].
15. Yak ty, brate? [How Are You, Brother?]. Retrieved from: <https://yakty.com.ua/> [in Ukrainian].
16. Treninh “Kryzova psykholohichna dopomoga u chasi viyny” vid kryzovoho psykholoha z Izrailu [Training “Crisis psychological assistance during the war” by a crisis psychologist from Israel]. Retrieved from: <https://mon.gov.ua/news/trening-krizova-psikhologichna-dopomoga-u-chasi-viyni-vid-krizovogo-psikhologa-z-izrailu> [in Ukrainian].
17. Oflain-treninh “PTSR ta zhyttia v prolonhovanoho stresu” dlia fakhivtsiv, yaki nadayut psykholohichnu ta psykhosotsialnu dopomogu [Offline training “PTSD and life under prolonged stress” for specialists providing psychological and psychosocial assistance]. Retrieved from: <https://hrvector.org/podiyi/23-07-05-ptsr> [in Ukrainian].
18. Pershiy v Ukraini treninh dlia psykholohiv iz konsul'tuvannya rodyn viiskovosluzhbovtiv ta veteraniv [The first training in Ukraine for psychologists on counseling military families and veterans]. Retrieved from: <https://yarmiz.org.ua/ua/2024/10/01/pershiy-v-ukraini-trening/> [in Ukrainian].
19. Vtillennia initsiatyvy Pershoi ledi zi stvorennia Natsionalnoi prohramy psykhiichnogo zdorovia ta psykhosotsialnoi pidtrymky: Kroky i zdobutky u 2022 rotsi [Implementation of the First Lady's initiative to create a National Program of Mental Health and Psychosocial Support: Steps and achievements in 2022]. Retrieved from: <https://moz.gov.ua/uk/vtillennja-iniciativi-pershoi-ledi-zi-stvorennja-nacionalnoi-programi-psihichnogo-zdorovja-ta-psihosocialnoi-pidtrimki-kroki-i-zdobutki-u-2022-roci#!> [in Ukrainian].
20. Poruch: Proiekt psykholohichnoi pidtrymky [Poruch: Psychological support project]. Retrieved from: <https://poruch.me/> [in Ukrainian].
21. Multydystyplinarni mobilni komandy: Zvit 2022 roku [Multidisciplinary mobile teams: 2022 report]. Retrieved from: https://www.healthright.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/finish_opysoviy-rich_zvit_diyalnist-70-mmk_ufgz-1.pdf [in Ukrainian].

Статтю прийнято до публікації 26.05.2025 р.