

1. Бондаренко Т. В., Калініченко Т. С. Психологічні наслідки соціальної ізоляції в умовах пандемії. *Актуальні проблеми психології*. 2021. № 2. С. 134–145.

2. Зубалій В. В. Дистанційне консультування у соціальній роботі: виклики та перспективи. *Соціальна педагогіка*. 2022. № 3. С. 78–85.

3. Мельник О. О. Досвід організації дистанційної освіти під час пандемії COVID-19: соціально-педагогічні аспекти. *Освітні інновації*. 2020. № 3. С. 23–31.

4. Сердюк В. М. Соціальна педагогіка в умовах соціальної ізоляції: нові методи і підходи. *Вісник соціальної роботи*. 2021. № 4. С. 12–22.

#### **СЕКЦІЯ 4. Вплив соціальної освіти на забезпечення ментального здоров'я нації.**

*Анастасія Бас,*  
здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,  
спеціальність 231 Соціальна робота,  
факультету педагогіки і психології,  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка

Науковий керівник: **Людмила Петришин,**  
доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри соціальної роботи та  
менеджменту соціокультурної діяльності,  
Тернопільський національний педагогічний університет  
імені Володимира Гнатюка

#### **АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ МЕТОДИКИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ ЗАДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ**

**Постановка проблеми.** Військовий конфлікт в Україні, створює серйозні виклики не тільки для фізичної безпеки населення, але й для його ментального здоров'я, а бойові дії призводять до численних втрат, вимушеного переміщення та постійного стресу, що значно погіршує психологічний стан людей. Особливо важкі наслідки війна має для вразливих верств населення, таких як діти, особи з інвалідністю, ветерани та переселенці, люди літнього віку, які зазнають найбільших психологічних травм. У такій ситуації соціальна робота повинна адаптуватися до нових умов та застосовувати інноваційні підходи для допомоги постраждалим. Ці методи мають бути спрямовані не тільки на подолання короткострокового стресу, але й на забезпечення довготривалої реабілітації та відновлення, саме тому підготовка майбутніх фахівців соціальної сфери стає критично важливою, оскільки вони будуть забезпечувати допомогу людям, які зазнали важких психологічних травм [1; 2].

Наукові дослідження вказують на те, що нові підходи до соціальної роботи в умовах кризових ситуацій, включаючи військові дії, є невід'ємною частиною

реабілітації населення та відновлення ментального здоров'я. Адже ментальна складова здоров'я людини – це стан психічного благополуччя, який дає людині змогу ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями, розвивати свої здібності, навчатися, працювати та активно брати участь у житті громади. Це є невід'ємною складовою загального фізичного здоров'я та основоположним правом кожної людини. Психічний добробут слугує базою для здатності ухвалювати рішення, налагоджувати взаємини та впливати на навколишній світ, як на індивідуальному, так і на колективному рівні [6; 7]. Формування та розвиток професійних навичок соціальних працівників відіграють ключову роль у їхній здатності ефективно допомагати постраждалим у відновленні ментального здоров'я в умовах війни.

**Виклад основного матеріалу.** Підтримка ментального здоров'я в умовах військових дій полягає в наданні комплексної психологічної та соціальної допомоги тим категоріям населення, які зазнали психічних травм через бойові дії. Це є одним із ключових аспектів соціальної роботи, що має на меті зниження рівня стресу, попередження психічних розладів, допомогу в адаптації до нових умов життя.

Існує кілька підходів, які ефективно використовуються для реабілітації людей, що зазнали психічних травм під час війни:

1) когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), як одна з найбільш поширених та ефективних методик у роботі з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) та іншими наслідками психологічних травм. КПТ допомагає змінювати негативні мисленнєві установки та поведінкові патерни, що виникають як наслідок травматичних подій. Через роботу з думками та переконаннями, ця методика допомагає людині краще справлятися з тривогою, страхами та стресом;

2) методика арт-терапії, як неінвазивний і м'який підхід, який може бути особливо корисним для роботи з дітьми, людьми похилого віку або тими, хто не завжди може виразити свої емоції словами. Через малювання, ліплення, музику або інші види мистецтва людина отримує можливість вільно виражати свої почуття і переживання, що сприяє емоційному зціленню та відновленню;

3) психосоціальна підтримка, як підхід що орієнтований на створення умов для відновлення ментального здоров'я через зміцнення соціальних зв'язків і надання психологічної підтримки на рівні громади. Психосоціальні програми включають в себе різні види допомоги: організацію груп підтримки, проведення консультацій, а також соціальні заходи, які сприяють реінтеграції людей до активного громадського життя;

4) методика кризового втручання, як підхід що базується на наданні негайної допомоги людині, яка опинилася в кризовій ситуації через пережиту травму. Мета методики – знизити рівень стресу, стабілізувати психічний стан та забезпечити підтримку в перші критичні дні після травматичної події. Кризове втручання також допомагає уникнути розвитку серйозніших психологічних проблем у майбутньому[3; 7].

Комплексний підхід до відновлення ментального здоров'я включає гармонійне поєднання різних методик та стратегій підтримки на рівні індивідуумів, сімей та спільнот. Основні компоненти такого підходу включають:

- індивідуальна психологічна підтримка: надання спеціалізованих послуг психотерапевтів та психологів для роботи з окремими особами. Важливою складовою є побудова довірливих відносин та індивідуалізовані програми лікування;
- робота з родинами: підтримка близьких та членів сім'ї постраждалих. Адже вони часто також переживають стрес через військові події, і від їхньої психологічної стабільності залежить ефективність процесу реабілітації постраждалого;
- робота на рівні громади: відновлення соціальних зв'язків, створення безпечних середовищ для спілкування та відновлення психологічної рівноваги. Соціальні працівники та активісти відіграють важливу роль у створенні таких умов, де люди можуть отримати допомогу і підтримку з боку суспільства;
- фізична реабілітація та соматична допомога: важливо враховувати, що фізичний стан людини впливає на її ментальне здоров'я. Соціальна допомога, програми фізичної реабілітації, забезпечення якісного харчування, а також доступ до лікувальних засобів є важливими складовими загального процесу відновлення [5; 6].

**Висновки.** Соціальна робота в умовах військових дій вимагає комплексного підходу до підтримки ментального здоров'я населення. Впровадження інноваційних методик, таких як когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, кризове втручання та психосоціальна підтримка, є критично важливим елементом у процесі відновлення. Головною метою соціальних працівників має бути не лише подолання короткострокових наслідків стресу, але й забезпечення довготривалої реабілітації, що дозволить постраждалим повернутися до нормального життя. Таким чином, соціальна робота в умовах військових конфліктів повинна бути багатогранною, гнучкою і спрямованою на забезпечення довготривалого психічного благополуччя населення. Професійна підготовка соціальних працівників є основою для досягнення цих цілей, що в кінцевому результаті сприятиме загальному відновленню ментального здоров'я нації.

#### **Список використаних джерел:**

1. Уханова Н. С. Психологічна підтримка в умовах криз: проблеми і рішення. *Інформація і право*. № 2 (29). 2019. С. 156-166.
2. Варава І. П., Темченко Я. О., Григоренко М. О. Соціальна робота в умовах конфлікту: виклики і перспективи. *Молодий вчений*. № 1 (101), січень. 2022. С. 1-4.
3. Як на вас може впливати травматичний досвід. URL: <https://www.npa-ua.org/documents> (дата звернення: 20.10.24).
4. Петришин Л. Й. Основні аспекти мотиваційного інтерв'ювання у роботі соціального працівника. VII Міжнародна науково-практична конференція «Розвиток

професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності» 2024. С. 67-79.

5. Шевченко О. М. Ментальне здоров'я нації: роль соціальних працівників в умовах війни. *Соціальні дослідження*. № 5. 2021. С. 112-121.

6. Що таке ментальне здоров'я та як його покращувати? URL: <https://howareu.com/materials/shcho-take-mentalne-zdorovia> (дата звернення: 20.10.24).

7. Що таке когнітивно-поведінкова терапія? URL: <https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/cognitive-behavioral> (дата звернення: 20.10.24).

**Басараб Софія,**

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,  
спеціальність 231 Соціальна робота,  
факультету педагогіки і психології,  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка*

*Науковий керівник: Галина Лещук,  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри соціальної роботи та  
менеджменту соціокультурної діяльності,  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка*

## **СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ**

**Постановка проблеми.** Соціальне здоров'я є невід'ємною складовою загального соціального благополуччя, однак у сучасному суспільстві спостерігається загострення проблем, що впливають на його підтримку. Зростання соціальної нерівності, посилення економічних криз, екологічні загрози та пандемії вносять значні зміни в структуру суспільних відносин. Ці фактори збільшують ризики соціальної ізоляції, послаблюють соціальну інтеграцію та загострюють проблеми зі здоров'ям, як фізичним, так і психічним [1].

Незважаючи на значний прогрес у галузі медицини та соціальних наук, питання соціального здоров'я недостатньо враховується у формуванні стратегій розвитку суспільства. Багато державних і соціальних програм акцентують увагу на матеріальному добробуті та фізичному здоров'ї, залишаючи поза увагою такі аспекти, як емоційний комфорт, соціальна інклюзія, доступ до культурних цінностей та психологічне здоров'я. Це призводить до того, що чимало людей, навіть маючи доступ до медичних і освітніх послуг, все одно залишаються соціально вразливими [2; 5]. Проблема полягає в тому, що соціальне здоров'я ще не сприймається як комплексне поняття, яке має вирішальний вплив на добробут індивідів та суспільства загалом.