

Надія Єрохіна

заступник директора з виховної роботи,
спеціаліст вищої категорії, викладач-методист, ВСП «Технологічно-
економічний фаховий коледж Білоцерківського НАУ»,
erohinanm@ukr.net

МЕТОДИ ТА ПІДХОДИ ДО ПІДТРИМКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВОЄННИЙ ЧАС

Анотація: Стаття присвячена актуальній проблемі соціально-психологічної підтримки підлітків в умовах воєнного конфлікту. Розглядаються основні напрямки роботи з вразливою групою населення, а саме: забезпечення безпеки, психологічна, соціальна та освітня підтримка. Окреслено ключові інструменти, що використовуються в роботі з підлітками, такі як групові заняття, індивідуальні консультації, онлайн-підтримка, творчі методи та волонтерство.

Keywords: war, teenagers, socialpsychological support, psychical health.

Annotation: The article is sanctified to the issue of the day of socialpsychological support of teenagers in the conditions of military conflict. Basic work assignments are examined with the vulnerable group of population, namely: providing of safety, psychological, social and educational support. Key instruments that is used in-process with teenagers are outlined, such as group employments, individual consultations, on-line-support, creative methods and volunteering.

Ключові слова: війна, підлітки, соціально-психологічна підтримка, психічне здоров'я.

Війна – це завжди травматичний досвід, особливо для вразливих груп населення, таких як підлітки. Вони переживають не лише фізичну небезпеку, а й емоційну та психологічну кризу. У цей складний час важливо надати їм необхідну соціально-психологічну підтримку, щоб допомогти їм адаптуватися до нових реалій та зберегти психічне здоров'я.

Основні напрямки соціально-психологічної підтримки студентської молоді під час війни:

- **Забезпечення безпеки.** Головним є створення безпечного простору, де підлітки можуть вільно висловлювати свої почуття та переживання.
- **Психологічна підтримка.** Цей напрямок передбачає роботу практичного психолога коледжу із студентами, які потребують підтримки у формі індивідуальних та групових консультацій чи занять, на який відбувається навчання технік саморегуляції та управління стресом, робота з травматичними спогадами та методи творчої самовираження.
- **Соціальна підтримка.** Формат може бути від організації дозвілля та активностей, які допомагають відволіктися від негативних думок, до відновлення та підтримка соціальних зв'язків. Також студентам допомагають у доступі до соціальних послуг, інформують про права та можливості їх забезпечення.
- **Освітня підтримка.** Навчальний заклад забезпечує максимальний доступ до освіти в умовах війни через змішаний формат навчання та індивідуалізований підхід до кожного студента.

Серед інструментів соціально-психологічної підтримки варто виділити:

- **групові заняття.** В коледжі організовані групи підтримки, де підлітки можуть поділитися своїми переживаннями та отримати підтримку від однолітків. Психолог проводить ресурсні тренінги та заняття з розвитку навичок комунікації, саморегуляції та управління стресом. Куратори організують для студентів виховні заняття, присвячені різним аспектам життя під час війни.
- **Соціальним педагогом та практичним психологом** проводяться індивідуальне консультування для підлітків, які потребують індивідуальної допомоги. Це є ще однією формою допомоги у вирішенні особистих проблем, пов'язаних з війною.
- **Надається онлайн-підтримка:** це і онлайн-консультації зі спеціалістами та викладачами, інформування студентів через сайт коледжу та сторінки у

соціальних мережах, оформлення інформаційних ресурсів та матеріалів з психологічної підтримки.

- Під час роботи із молоддю використовують творчі методи: арт-терапія, музикотерапія, ігрова терапія.
- Волонтерство. Залучення підлітків до волонтерської діяльності допомагає їм відчувати свою корисність та відволіктися від негативних думок. У складних умовах війни соціально-психологічна підтримка підлітків стає не просто бажаною, а життєво необхідною. Вона є ключовим фактором для збереження їхнього психічного здоров'я, сприяє адаптації до нових реалій та допомагає подолати травматичні переживання.

Важливо пам'ятати, що кожен підліток унікальний, і підхід до нього повинен бути індивідуалізованим. Створення атмосфери довіри та безпеки, залучення батьків та співпраця з іншими фахівцями є ключовими елементами успішної підтримки.

Отже, соціально-психологічна підтримка підлітків під час війни – це інвестиція в майбутнє нашого суспільства. Це можливість допомогти молоді не лише пережити важкі часи, а й вирости стійкими, сильними та здатними долати будь-які виклики.