

<https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-3>

УДК 159.9:159.947:159.944.4:616.89-008.441.3:316.485-058.833(477)

Ольга ЛАЗАРЕНКО

кандидат психологічних наук, доцент,

Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна академія управління персоналом»

<https://orcid.org/0000-0002-6329-1314>

e-mail: lazarenkolga@gmail.com

ОСОБЛИВОСТІ ТРАВМА-ІНФОРМОВАНОЇ СУПЕРВІЗІЇ В ХОДІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВПО, ПОСТРАЖДАЛИМ ВІД ВІЙНИ В УКРАЇНІ НА ОСНОВІ KEYС-АНАЛІЗУ

У статті розглядається травма-інформована супервізія як важлива частина професійної підтримки психологів, які працюють із ВПО, постраждалими від війни. Здійснено теоретичний аналіз попередніх досліджень, виокремлено особливості такої супервізії. Підкреслено важливість застосування травма-інформованого підходу у супервізії, а також обізнаність з теми психологічних наслідків травматичного досвіду при роботі з постраждалими від війни. Проаналізовано можливості зменшення ризику втоми від співчуття та вторинного травматичного стресу за допомогою травма-інформованої супервізії. Метод кейс-аналізу дозволив деталізувати функціонування супервізії, зокрема роботу з емоційними викликами спеціаліста при роботі з групою волонтерів-ВПО. Наголошено на важливості валідації почуттів, психоедукації та створенні безпечного простору для супервізії. Узагальнено практичні рекомендації для супервізорів щодо проведення травма-інформованої супервізії.

Ключові слова: супервізія, психологічна допомога, травма-інформований підхід, ВПО.

Olha LAZARENKO

PJSC «Higher Education Institution «Interregional Academy of Personnel Management»

FEATURES OF TRAUMA-INFORMED SUPERVISION IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO IDPs, AFFECTED BY WAR IN UKRAINE, BASED ON CASE ANALYSIS

The article examines trauma-informed supervision as a crucial component of professional support for psychologists providing assistance to internally displaced persons (IDPs) due to the war in Ukraine. It highlights the relevance of supervision in the context of increased risks of professional burnout, secondary traumatization, and compassion fatigue among specialists. Based on the analysis of literature sources and empirical data, key principles of trauma-informed supervision are clarified, including ensuring safety, trust, peer-to-peer support, and consideration of cultural, historical, and gender aspects.

The study employs a case analysis method, which allows for a detailed exploration of the mechanisms of supervision in the context of psychological support for IDPs. A specific case of supervising a clinical psychologist working with volunteers who have themselves experienced forced displacement is analyzed. The emotional challenges faced by the supervisee are identified, including feelings of guilt, frustration, and confusion due to the emotional reactions of the group. Emphasis is placed on the importance of validating the supervisee's emotions, providing

psychoeducation on the dynamics of traumatic experiences, and creating a safe space for reflection.

The results of the analysis confirm the significance of trauma-informed supervision in supporting psychologists working with IDPs, as it not only enhances the quality of psychological assistance but also promotes the professional and emotional well-being of specialists. The article also presents practical recommendations for supervisors on preventing secondary traumatic stress and burnout among professionals working in trauma-related contexts. The recommendations outline the key requirements for supervisors, including deep knowledge and a humanistic approach.

Keywords: supervision, psychological support, trauma-informed care, IDPs.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Потреба фахівців в супервізії як частини професійної підтримки психологічної допомоги для постраждалих внутрішньо-переміщених осіб внаслідок війни в Україні є надзвичайно високою. Супервізія – це методична, навчальна, емоційна підтримка фахівців із професійною метою покращення якості наданих ними послуг та психологічної допомоги постраждалим. Особливості травма-інформованої супервізії, яка повинна надаватись як найбільш відповідна до контексту та потреб фахівців і отримувачів послуг, внутрішньо переміщених осіб, потребують додаткового визначення, обґрунтування та узагальнення. В статті уточнено найбільш значущі характеристики такої супервізії для спеціалістів, які працюють з ВПО, враховуючи характер стресових та травмуючих подій, тривалий характер війни та особливості надання психологічної допомоги. Значний внесок та практичний характер для майбутньої професійної підтримки містять методичні рекомендації супервізорам.

Аналіз досліджень та публікацій

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить про те, що підхід травма-інформованої супервізії поєднує в собі професійну підтримку спеціалістів та систему знань про психічну травму і стрес та шляхи зцілення, відновлення і посттравматичного зростання. Останні десятиліття демонструють більший інтерес науковців в дослідженні побудові інтервенцій, пов'язаних із ментальним здоров'ям та підтримкою фахівців, заснованих на травма-інформованому підході. Так як супервізія традиційно була зосереджена на професійній підтримці психологів, то важливо, щоб обізнаність про травму та її наслідки і проблеми, зумовлені таким досвідом, розглядалися фахівцями в ході їхньої практики [3].

В травма-інформованій супервізії до загальних особливостей супервізії, яка спрямована на підтримку психологів у виконанні їхніх

завдань (зосередження на застосуванні або вибору доречних інтервенцій до ситуації, розладу чи особливостей стану клієнта; динаміки стосунків психолога та клієнта, встановленні та пріоритизації запитів, емоційній підтримці фахівців, підтримка у дотриманні етики та ін.) додаються спеціальні принципи травма-інформованого підходу (безпека, довіра і прозорість, підтримка за моделлю «рівний – рівному», співробітництво та участь, вибір і контроль, культурні, історичні та гендерні аспекти) [2; 4].

Дослідники наголошують на більш складних та комплексних викликах та проблемах, які виникають внаслідок травматичного досвіду, при наданні психологічної допомоги постраждалим, а також відображення цих труднощів у супервізії. Деякі фахівці, зокрема, А. Тей та Д. Сілов розробляють свої підходи до роботи із травматичним досвідом біженців, переміщених осіб. Наприклад, ними розроблений підхід ADAPT – адаптація та розвиток після переслідування та травми [7]. Але також Е. Сміт, Т. Хаанс та ін. вважають травма-чутливість і врахування динаміки психотравми, значення її наслідків критично важливим для надання якісної супервізії [8; 5].

Крім специфічних особливостей травматичного досвіду, зокрема для переміщених осіб, є ще одна причина, з якої варто застосовувати травма-обізнаність та травма-інформовану супервізію для психологів, які працюють із постраждалими. Адже фахівці мають більший ризик отримати вторинну травматичний стрес, втому від співчуття, вікарну травму, працюючи із такою категорією постраждалих. На такому ризику наголошує Дж. Герман, дослідниця теми травми, а також К. Кнайт, зазначаючи, що консультанти, які працюють з тими, хто пережив травму, відчувають сильні емоційні реакції. Дослідники уточнюють, що замість того, щоб приділити цьому увагу, вони зосереджуються на клієнтах, професійних підходах і техніках. Якщо психологи не мають змоги висловлювати свої емоції, вони стають більш вразливими до розчарування, виснаження, професійного вигорання та вторинної травматизації [1; 6].

Відповідно травма-інформована супервізія здатна охопити як професійна підтримка якості роботи із темами, які стосуються травматичного досвіду та його наслідків, а також з іншого боку – здійснювати емоційну підтримку фахівців, давати можливість в неосудливий і безпечний спосіб опрацювати свої почуття та підкреслити важливість турботи про себе через емпатійне ставлення супервізора.

Спеціалісти-психологи в Україні в сучасних умовах працюють із досвідом внутрішнього переміщення через війну, що в контексті наслідків воєнних дій, означає зіткнення із наслідками травматичного

досвіду та стресових подій, включаючи триваючі бомбардування та обстріли; адаптацію до нових умов в нових соціальних спільнотах, створення соціальних зв'язків та отримання послуг у новому місці проживання.

Формулювання цілей статті

Як ми бачимо з попереднього аналізу досліджень, травма-інформована супервізія як форма професійної підтримки недостатньо вивчена в українському контексті, не виявлено особливості, які є специфічними для роботи з внутрішньо переміщеними особами в процесі тривалого і хронічного стресу через воєнні дії. Практично немає узагальнених методичних рекомендацій супервізорам для роботи з психологами з цією категорією постраждалих, враховуючи актуальний контекст.

Виклад основного матеріалу

З метою уточнення та дослідження особливостей травма-інформованої супервізії в ході психологічної допомоги постраждалим від війни ВПО було застосовано якісний метод дослідження кейс-аналіз і проведено аналіз одиничного описового кейсу травма-інформованої супервізії. Матеріал для кейс-аналізу (аудіозапис сесії) було зібрано в процесі проведення травма-інформованої супервізії в 2024 році, а потім транскрибовано і описано письмово. Супервізор та супервізантка надали письмову згоду на запис та участь в дослідженні, конфлікту інтересів не виявлено. Супервізор пройшов спеціалізацію із травмафокусованого підходу в роботі, а також навчання супервізії.

У цьому кейсі розглядається досвід супервізантки, клінічного психолога з психодинамічним підходом, яка провела групу психологічної підтримки для волонтерів громадської організації, що допомагає внутрішньо переміщеним особам. Група складалася з осіб, які пережили евакуацію з одного з зруйнованих українських міст і почали працювати в організації після переміщення. Цей досвід супервізантки став предметом супервізії, під час якої були проаналізовані її емоційні реакції та стратегії взаємодії з групою. Далі послідовно викладено такі частини аналізу кейсу: 1) опис контексту ситуації; 2) аналіз супервізії; 3) висновки.

1. Опис контексту ситуації травма-інформованої супервізії.

Під час першої зустрічі учасники групи висловлювали гнів і ворожість щодо супервізантки, мотивуючи це тим, що вона не пережила подібних травм і не може зрозуміти їхніх проблем. Гнів учасників був

спрямований на форму висловлювань супервізантки та на сам сетінг групи. Супервізантка відчувала роздратування і несправедливість, проте не страх перед гнівом учасників. Вона відчувала себе знеціненою і хотіла допомогти учасникам знайти позитивні аспекти їхнього життя.

2. Аналіз супервізії.

Під час супервізії було виявлено, що супервізантка відчувала провину за те, що не змогла виразити достатньо співчуття і солідарності під час групи. Було підкреслено, що гнів учасників є нормальною реакцією на травматичні переживання, а почуття провини супервізантки – це вияв солідарності з учасниками. Супервізор емпатійно приймав і розумів почуттів супервізантки, а також провів психоедукацію про феноменологію травми, яка свідчить про спрямування гніву на тих, хто надає допомогу.

3. Висновки.

Травма-інформована супервізія показала, що супервізантка змогла відчутно полегшення і почати бачити нові можливості роботи з групою після того, як її почуття були прийняті і підтверджені з емпатією супервізором. Психолог змогла перейти із негативного спогаду і небажання працювати з цією групою до конструктивного ставлення і турботи про цю групу. Цей досвід підкреслює важливість супервізії в роботі з групами ВПО та осіб, що допомагають, де емоційна підтримка фахівців є ключовим фактором успішності психологічної допомоги.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Отже, за допомогою аналізу кейсу було досліджено особливості травма-інформованої супервізії в ході психологічної допомоги ВПО. Було підтверджено ті аспекти травма-інформованої супервізії, які виявлено за допомогою теоретичного аналізу. Зокрема: обізнаність про психологічні наслідки травми та психологічну динаміку, яку створює травматичний досвід у стосунках психологів і клієнтів, бенефіціарів є важливим і центральним аспектом такої супервізії. Важливою особливістю також є валідація почуттів супервізанта та психоедукація з позиції «рівний-рівному», яка наголошується в травма-інформованому підході. Суттєвою особливістю, яку виявив аналіз даного випадку є також емпатія та емоційна підтримка з неосудливої позиції для дослідження і вираження почуттів супервізанта, яка в майбутньому може сприяти превенції втоми від співчуття та вторинного травматичного стресу.

Враховуючи вищезазначене, основні рекомендації для супервізорів, які надають професійну підтримку фахівцям, які

працюють з ВПО, постраждалими від війни, на наш погляд, можна сформулювати так:

1. Супервізори повинні володіти глибокими знаннями про роботу з різними видами травм, зокрема воєнного характеру та досвідом вимушеного переміщення. Крім того, їм потрібно пройти спеціальне навчання у підході травма-інформованої супервізії.

2. Супервізори повинні бути чутливими до власних меж, емоцій та відчуттів, а також дотримуватися етичних стандартів надання психологічної допомоги.

3. Важливо формувати довірливі та безпечні стосунки із супервізантами на основі рівності та колегіальності.

4. Супервізори повинні застосовувати глибоко гуманістичний погляд на роботу супервізантів та їх підтримку, що передбачає розуміння та прийняття їхнього досвіду.

5. Постійна і спеціальна увага повинна приділятися профілактиці втоми від співчуття та вторинного травматичного стресу серед фахівців, які працюють з ВПО.

Результати дослідження можуть бути використані для подальших розвідок та досліджень на тему травма-інформованої супервізії, психологічної допомоги постраждалим від війни, внутрішньо переміщеним особам.

Література

1. Герман Джудіт. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / Перек. з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2015. 416 с.

2. Організація «Making Cents International». Застосування травма-інформованого підходу у заходах моніторингу, оцінки, досліджень та навчання. Збірник рекомендацій, 2023. 20 с.

3. Berger R. Supervision for trauma-informed practice. *Traumatology*. Vol. 20. No. 4. 2014. P. 296-301.

4. Haans A., Balke N. Trauma-informed intercultural group supervision. *The Clinical Supervisor*. 37:1. 2018. P.158-181.

5. Haans, T., Lansen, J., & Ten Brummelhuis, H. Clinical supervision and culture: A challenge in the treatment of persons traumatized by persecution and violence. In J. Wilson & B. Drozdek (Eds.). *Voices of trauma across cultures: Treatment of posttraumatic states in global perspective*. New York. NY : Springer. 2007.P. 339-366.

6. Knight, C. Indirect trauma: Implications for self-care, supervision, the organization, and the academic institution. *The Clinical Supervisor*. 32. 2013. P. 224-243.

7. Tay, A., & Silove, D. The ADAPT model: Bridging the gap between psychosocial and individual responses to mass violence and refugee trauma. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 26. 2017. P. 142-145.

8. Smith, A. J. M. Listening to trauma: Therapists' countertransference and long term effects related to trauma work. Heemstede, Netherlands : Arq. 2009.

References

1. Herman Dzhudit. Psykholohichna trauma ta shliakh do vyduzhannia: naslidky nasylstva – vid znushchan u simi do politychnoho teroru / Perek. z anh. O. Lyzak, O. Nakonechna, O. Shlapak. Lviv : Vyd-vo Staroho Leva, 2015. 416 s.

2. Orhanizatsiia «Making Cents International». Zastosuvannia travma-informovanoho pidkhodu u zakhodakh monitorynhu, otsinky, doslidzhen ta navchannia. Zbirnyk rekomendatsii, 2023. 20 s.

3. Berger R. Supervision for trauma-informed practice. *Traumatology*. Vol. 20. No. 4. 2014. P. 296-301.

4. Haans A., Balke N. Trauma-informed intercultural group supervision. *The Clinical Supervisor*. 37:1. 2018. P.158-181.

5. Haans, T., Lansen, J., & Ten Brummelhuis, H. Clinical supervision and culture: A challenge in the treatment of persons traumatized by persecution and violence. In J. Wilson & B. Drozdek (Eds.). *Voices of trauma across cultures: Treatment of posttraumatic states in global perspective*. New York. NY : Springer. 2007.P. 339-366.

6. Knight, C. Indirect trauma: Implications for self-care, supervision, the organization, and the academic institution. *The Clinical Supervisor*. 32. 2013. P. 224-243.

7. Tay, A., & Silove, D. The ADAPT model: Bridging the gap between psychosocial and individual responses to mass violence and refugee trauma. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 26. 2017. P. 142-145.

8. Smith, A. J. M. Listening to trauma: Therapists countertransference and long term effects related to trauma work. Heemstede, Netherlands : Arq. 2009.