

книг, це багато запам'ятовування і серйозного вивчення природничих та математичних наук. Таким чином ведуть студента до розвиненого та структурованого інтелекту, роблять людину розумнішою, а не просто креативною та кмітливою, озброюють до дискусій, вчать взаємодіяти з іншими людьми. Однак основний аргумент в тому, що знання важливо тому, що це самоцінне знання.

Класична освіта корисна професійним психологам, їм варто знати історію розвитку людської думки, вивчати твори великих мислителів, які визнавали труднощі в розумінні природи людини, неможливості простого вирішення вічних питань і проблем людини. Класична освіта з її труднощами, запам'ятовуванням, вивченням джерел повинна стати частиною підготовки професійних психологів. Класичні освітні фрагменти необхідно включати в програми підготовки психологів, щоб остаточно не перетворити велику професію на інструмент нарцистичного прагнення рятувати інших, а професійне співтовариство психологів на об'єднання бездушних ерудованих екстравагантних професіоналів. Приймати в сучасні університети людей, яких треба переконувати в самоцінності класичної спадщини, є трагічною рисою освіти сьогодення. Але все ж ідеали освіти не мають бути простими. Освічений психолог має побачити себе не лише у своєму професійному світі, а й у діалозі культур, різних поглядів на світ у контексті історії та могутньої технологічної глобалізації сьогодення.

Коханенко Анастасія

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ ВОЛОНТЕРІВ ДО РОБОТИ З БІЖЕНЦЯМИ

ВСТУП. Робота з біженцями - це важлива і складна справа, яка вимагає від психологів волонтерів особливих знань і навичок. Біженці - це люди, які вимушені залишати свою країну через конфлікти, війни, природні катастрофи або переслідування з політичних, релігійних або інших причин та не по своєму власному бажанню. В сучасному світі проблема біженців є актуальною та нагальною. Це стосується не тільки країн, які зазнають війни та конфліктів, а й країн, які надають притулок та допомогу переселенцям. Однією з найважливіших складових допомоги біженцям є психологічна підтримка. Ця проблема потребує уваги та компетентної підготовки фахівців, які займаються цією справою.

Підготовка психологів волонтерів для роботи з біженцями має включати не тільки знання про психологію травми та розладів, але й культурні особливості країн, звідки прибувають біженці. Важливо зрозуміти, що культурні різниці можуть впливати на сприйняття та реакцію біженців на терапію. Під час підготовки психологів волонтерів для роботи з біженцями також важливо враховувати питання етики та безпеки. Психологи повинні

бути готові до можливих ситуацій, які можуть виникнути під час роботи з біженцями, таких як насильство, військові дії та травми.

Також важливо навчити психологів волонтерів спілкуватися з біженцями, які можуть мати різний рівень знання мови, та розуміти особливості їхньої мовної та культурної ідентичності. У підготовці психологів волонтерів для роботи з біженцями також важливо навчити їх розуміти особливості роботи з людьми, які пережили травми. Це може включати підготовку до роботи з людьми, які стали жертвами насильства, тортур або інших форм травматичного досвіду. Особливістю підготовки психологів-волонтерів є знання технік та методів роботи з біженцями. Наприклад, психолог-волонтер повинен мати знання технік психотерапії, а також навички роботи з травмою та гнучкості у виборі методів роботи з різними клієнтами, психолог-волонтер повинен бути свідомим своїх професійних меж. Він не може давати консультації та проводити сесії психотерапії в межах, які виходять за рамки його компетенції. Важливо відповідати за свої дії та забезпечувати безпеку клієнта.

Існує безліч дослідників, які досліджували тему роботи волонтерів психологів з біженцями. Деякі з них: Сара М. Стейнер - дослідник в сфері психічного здоров'я біженців та мігрантів, що працює в Університеті Джонса Хопкінса, Майкл Уїтбрід - дослідник в галузі міжкультурної психології та психології міграції, який працює в Університеті Сусексу в Англії, Сьюзен Ф. Шаул - дослідник в сфері психології біженців та травматичного стресу, яка працює в Університеті Южної Флориди. Дослідження у цій галузі проводяться в багатьох університетах та наукових організаціях по всьому світу. Як наприклад організація Agency for Migration and Adaption AMIGA в якій я працюю психологом та допомагаю біженцям як волонтер психолог також проводимо дослідження.

Виклад основного матеріалу. В цей непростий час, період війни, який так сильно вплинув і продовжує впливати на українців і не тільки, хочеться приділити особливу увагу людям, які добровільно допомагають справлятися з цими викликами. Я сама працюю психологом-волонтером в місті Прага вже майже рік і бачу, яка відповідальна і складна це робота. Люди звертаються з різними запитамі і історіями, кожна з них є унікальною та індивідуальною. Важливою особливістю є знання основних психологічних проблем, з якими можуть зіткнутися біженці, таких як травми, стрес, депресія, тривожність, посттравматичний стресовий розлад. Психолог-волонтер повинен бути готовим допомагати біженцям у подоланні цих проблем, а також вести профілактичну роботу, щоб запобігти появі психологічних проблем. Перед тим, як я розпочала свою практичну діяльність як психолог-волонтер, я підготувалася до цього, тому що розуміла рівень відповідальності, який ця робота несе з собою. Війна - це не тільки втрати рідних, друзів, майна, але й розлучення сімей, батьків та дітей, і це ставить перед психологами-волонтерами високі вимоги.

Організація, з якою я працюю, Аміга, співпрацює з українськими психологами в Чехії, тому я маю можливість отримувати підтримку та

допомогу від колег. Наприклад, до нас приїхали психологи з Ізраїлю, які вже тривалий час працюють з людьми, постраждалими внаслідок війни. Ми провели спільне навчання, де обмінювалися досвідом та методиками роботи з людьми, які пережили травму, робота з Пост Травматичним Синдромом, розглядали реальні приклади з життя кожного психолога який бачив війну. Також від Ізраїльської Коаліції Травми я брала участь в курсі щодо роботи з людьми, які пережили згвалтування та техніці роботи з дітьми з використанням іграшок хібукі, що допомагає розвивати їх емоції.

Для мене навчання та спілкування зі спеціалістами з інших країн було дуже корисним та цінним досвідом. Я зрозуміла, що важливо не тільки надавати психологічну підтримку, але й вчитися від колег з інших країн, щоб знайти нові підходи та методики роботи з людьми, які потребують допомоги. Однією з технік, яку я використовую у своїй роботі з дітьми, є гра з іграшкою хібукі. Ця техніка допомагає розвивати емоційну сферу дитини та навчати її регулювати свої емоції. Гра з іграшкою хібукі дозволяє дитині висловлювати свої почуття та емоції через мову тіла та образи, що вона створює.

Оскільки дітей дуже багато а дитячих психологів спеціалістів виявилось недостатньо, мене відправили на навчання арт терапевтичних технік до Чеського Еко Інституту. Спочатку я навчилась базових принципів та безлічі технік в роботі арт терапії та використання музики, казок та піску як інструментів арт-терапії. Та потім додатково я взяла собі також курс як правильно працювати з дорослими людьми в даному підході, курс щодо роботи з дорослими в арт-терапії допоміг мені розвинути навички для роботи з різними віковими групами та різними типами проблем. Це включає в себе роботу з людьми, що стикаються з тривожністю, депресією, посттравматичними розладами та іншими психологічними проблемами. Я навчилась ефективно співпрацювати з дорослими та допомагати їм знайти виходи зі складних ситуацій, використовуючи арт-терапію як засіб виразності та звільнення внутрішніх емоцій.

Працюючи з дорослими, я часто використовую методи релаксації та медитації, щоб допомогти їм зняти стрес та заспокоїтися. Також я допомагаю клієнтам зрозуміти та прийняти свої емоції, а не приховувати їх, що часто може призвести до погіршення психічного стану.

Робота психологом-волонтером є складною, але дуже важливою. Важливо надавати підтримку людям, які переживають труднощі та стрес, та допомагати їм знайти способи справлятися зі своїми емоціями та ситуацією, щоб повернути контроль над своїм життям.

Висновки. У підсумку, підготовка психологів волонтерів для роботи з біженцями має бути комплексною та забезпечувати їх знаннями, навичками та інструментами, щоб ефективно працювати з людьми, які пережили травму. Для успішної роботи з біженцями необхідно мати професійні знання, навички та готовність до роботи в екстремальних умовах, а також поважати та підтримувати ці людей в складному періоді їхнього життя. Важливо пам'ятати, що кожна людина - унікальна і має свої особливості, тому підготовка повинна включати індивідуальний підхід до кожного клієнта та

розуміння його потреб. Навички психолога волонтера повинні включати техніки для зменшення стресу, роботи з тривожністю, депресією, посттравматичним стресовим розладом, а також з невизначеністю, надією, культурними різницями, дискримінацією та злочинністю. Навички комунікації також мають велике значення у роботі з біженцями. Психолог волонтер повинен знати, як спілкуватися з біженцями, які мають різні культурні та мовні бар'єри, та мати розуміння культурної та релігійної різноманітності.

Отже, підготовка психологів волонтерів для роботи з біженцями повинна бути відповідною до складності цієї роботи, психологи-волонтери грають важливу роль у роботі з біженцями. Однак, для успішної роботи з цією категорією людей необхідно мати не лише професійні навички, а й знання культурних особливостей, психологічних проблем, методів роботи та готовність до роботи в екстремальних умовах. Підготовка психологів-волонтерів повинна бути системною та комплексною, щоб забезпечити їм необхідні навички та знання для успішної роботи з біженцями.

Важливо також пам'ятати про етичний аспект роботи з біженцями. Психолог-волонтер повинен поводитися з ними з повагою та толерантністю, уникати будь-якої дискримінації та створювати для них безпечну та сприйнятливую атмосферу. Важливо відповідати на їх потреби та надавати їм необхідну підтримку.

У підготовці психологів-волонтерів до роботи з біженцями важливу роль відіграє співпраця з представниками міграційної служби, правозахисних та громадських організацій. Вони можуть надати цінну інформацію про особливості культури, менталітету та психологічних особливостей біженців, а також надати допомогу у вирішенні проблем, що виникають під час роботи з цією категорією клієнтів.

Список використаної літератури

1. Інструктаж для волонтерів, що працюють з біженцями: підготовка до роботи та рекомендації. - UNHCR, 2015.
2. "Психологічні аспекти взаємодії з біженцями: підготовка психологів та волонтерів". - Т.А. Максименко, Н.А. Лисенко. - К.: МАУП, 2014.
3. "Практичні аспекти роботи з біженцями та переселенцями: психологічний підхід". - А.М. Крамаренко, І.О. Міхно. - К.: Видавництво "Центр навчальної літератури", 2017.
4. "Підготовка психологів до роботи з біженцями в Україні". - І.О. Голуб, О.В. Головань, А.В. Гайдамака та ін. - Харків: Видавничий дім "ІнШое", 2016.
5. "Особливості психологічної підготовки волонтерів до роботи з біженцями". - О.І. Гнатюк. - Київ: Видавництво "Києво-Могилянська академія", 2018.