

# Міжнародний благодійний проєкт “Рука допомоги Україні”

*Ініціатива психологічної підтримки*

## РІЧНИЙ ЗВІТ

### 24.02.2022 - 24.02.2023

Підготовлено для  
партнерів і донорів  
проєкту

**HOPE**  
*worldwide*  
UKRAINE



# Гуманітарна ситуація в Україні (лютий 2022 - лютий 2023)



ОСНА

Оперативне зведення

23 лютого 2023

## КЛЮЧОВІ ПОКАЗНИКИ 18 лютого 2022

До  
24.02.2022 р.

**2,9M**

люди, які потребують  
допомоги

**1,8M**

планується допомогти

## КЛЮЧОВІ ПОКАЗНИКИ 10 лютого 2023

Через рік після  
24.02.2022 р.

**17,7M**

люди, які потребують  
допомоги

**11,5M**

планується допомогти

**15,8M**

надано допомогу на 31  
грудня 2022 р.

**5,4M**

внутрішньо переміщені  
особи

**8M**

виїхали з України в  
країни Європи

URL: <https://reports.unocha.org/uk/country/ukraine>



## Міжнародний благодійний проєкт “Рука допомоги Україні”

- Надає психологічну допомогу – покращує соціоемоційний добробут дітей та батьків, травмованих російською агресією і війною проти України, які переміщені внутрішньо і за межі України.
- Розвиває і розширює можливості тренерів – тренує психологів, соціальних працівників, вчителів працювати з травмованими дітьми, використовуючи методологію “Діти та війна. Навчання технік зцілення”



# Міжнародний благодійний проєкт “Рука допомоги Україні”

## Мета проєкту:

- Покращити психологічний і соціо-емоційний стан дітей та дорослих з травмою війни (ВПО, біженці, мешканці деокупованих населених пунктів, і тих, які зазнали ракетних атак та обстрілів);
- Запобігти розвитку ПТСР і депресії у дітей, травмованих війною;
- Запобігти необхідності спеціалізованого лікування в майбутньому;
- Знизити рівень тривожності та навчити дітей самостійно долати стрес;
- Сприяти кращій соціальній адаптації внутрішньо переміщених осіб.



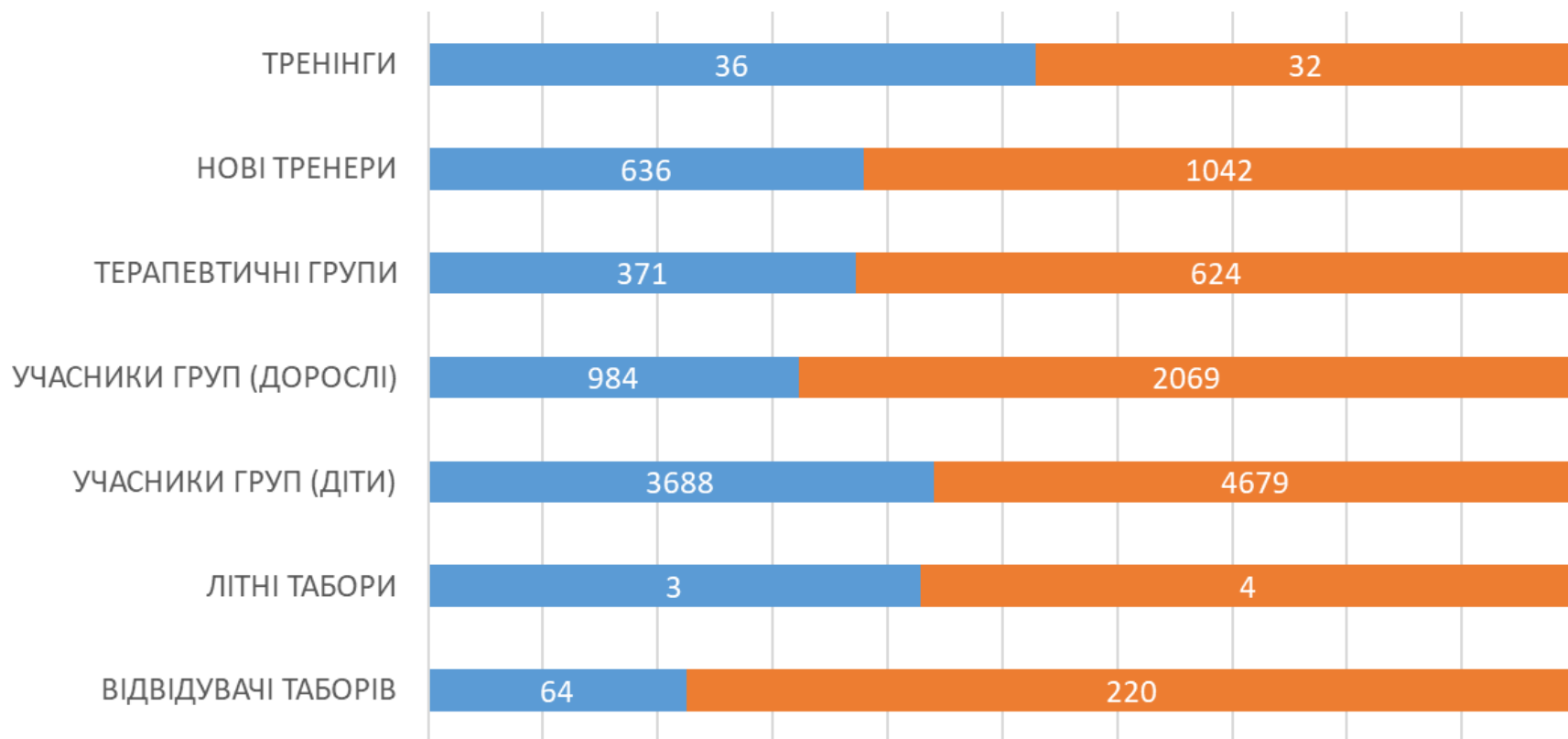
# Методологія “Діти та війна. Навчання технік зцілення”

Є дієвим інструментом психологічної самопомоги для людей із травматичними наслідками війни та інших катаклізмів. Вона чудово працює як з дітьми, так і з дорослими, оскільки є результатом сукупного багаторічного досвіду роботи з людьми, які пережили війну та катастрофи. Методику було розроблено в 1998 р. фахівцями Інституту психіатрії в Лондоні (Велика Британія) і Центру кризової психології в Бергені (Норвегія). Українською мовою програму перекладено й адаптовано фахівцями УІКПТ (Львів, Україна).



# Міжнародний благодійний проект “Рука допомоги Україні”

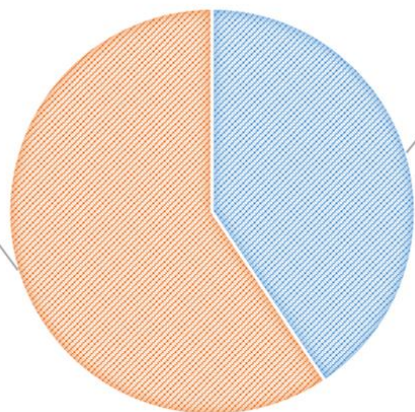
■ 2015-2021 ■ 2022-2023 (січ-лют)



# Тренінги “Діти та війна. Навчання технік зцілення”

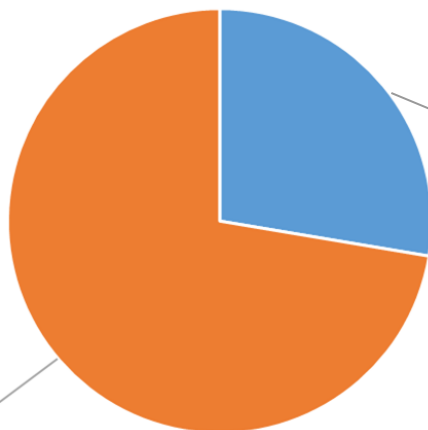
3-денні (офлайн) і 5-денні (онлайн) тренінги  
для майбутніх тренерів

Онлайн  
тренінги  
19 груп  
(59%)



Офлайн  
тренінги  
13 груп (41%)

Онлайн  
тренінги  
754 учасники  
(72%)



Офлайн  
тренінги  
288 учасників  
(28%)



# Психологічні заняття “Діти та війна. Навчання технік зцілення”

- 4 тижні
- 2 тренери
- 10 учасників у групі (окремо діти та батьки)





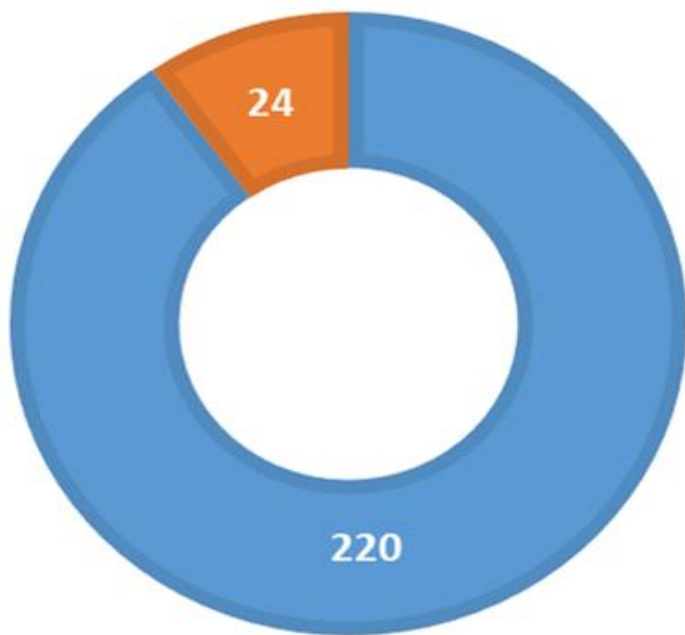
# Психологічні заняття “Діти та війна. Навчання технік зцілення”



# Реабілітація і рекреація: літні табори (психологічний компонент – програма “Діти та війна. Навчання технік зцілення”)

## 3 ТАБОРИ, 4 ЗМІНИ

■ Охоплено дітей    ■ Оплачено путівок в рамках проекту





# Історії учасників проєкту

## Аня, 15 років

Аня живе в Харківській області, в місті Дергачі, де залишалась разом з батьками від початку війни, доки не потрапила в табір. Аня активна і комунікабельна дівчина, вона займається танцями, багато читає і мріє стати журналісткою.

Під час перебування у таборі Аня разом з іншими дітьми відвідувала тренінгові заняття. На зустрічах вона переважно слухала та говорила, що у неї все добре, рідні живі та здорові. На четвертому занятті Аня поділилась своїми травматичними спогадами:

«Мій друг Вадим поїхав зі своїм братом забрати його дівчину з роботи. Коли вони під'їхали до школи стався «приліт», Вадима поранило і в результаті він втратив ногу. Це був жах і відчай, ми не знали чи він виживе... Я танцювала з ним понад десять років в танцювальному колективі, а тепер у нього протез і він вчиться заново ходити...» Після цього випадку Аня не танцювала. Не могла. Відчувала, що танцювати в той час, коли Вадим без ноги, — стане ніби зрадою друга.

Під час виконання вправи «Екран» Аня відмітила, що вона щоразу уявляє образ, де танцює з Вадимом на змаганнях у мирній Україні. Розповідаючи у групі про Вадима, Аня висловлювала сподівання на те, що її друг зможе повернутись до нормального життя. Аня пообіцяла, що буде допомагати Вадиму і докладати зусиль для того, щоб він знову ходив.

Малюючи «Травматичний спогад», Аня доповнила свою роботу — намалювала себе з Вадимом у танці разом. Аня вірить, що Вадим знову почне танцювати, і з часом вони разом зможуть тренувати і мотивувати до розвитку діток, які через війну отримали травми.

# Історії учасників проєкту

Артем, 14 років

Артем приїхав до табору з Харківської області (місто Дергачі). Підліток був активний, добре йшов на контакт, допомагав іншим. Здавалося б, військові події зовсім не вплинули на нього. Артем розповідав, що його сім'я вдома, усі живі.

Та на одному з занять він поділився і своїм травматичним спогадом: «Одного разу після сильних «прильотів» мої батьки вирішили поїхати до родичів у Полтавську область. На жаль, ми не змогли забрати нашого собаку, адже він досить великий і живе на вулиці, а родичі у квартирі. Ми залишили його і попросили сусідів годувати, адже за тиждень-два планували повернутися. Ми повернулися через два місяці, від будинку залишилося декілька стін, а собака загинув... Ми його поховали в саду, забрали те що вціліло і поїхали. Він часто сниться мені, я дуже сумую за ним...» Артем відчуває себе винним у тому, що покинув друга, а той загинув, чекаючи на сім'ю.

Під час тренінгу хлопець залюбки виконував дихальні та слухові вправи, розслаблення через напруження тощо. Коли практикував вправу «Малюнок травмуючого спогаду», то не відразу, але зміг трансформувати той негативний спогад: Артем домалював будинок (відновив його), навколо домалював багато дерев та квітів, а поряд із будинком намалював свого собаку. Хлопець відмітив, що спогади про ті події стали менш болючі. Він розповів, що тепер мріє допомагати покинутим тваринам, адже в його місті (і не тільки) є багато собак та котів, яких господарі залишили, і поїхали. Артем хоче докласти зусиль для того, щоб повернути їх господарям або знайти для них нову сім'ю.

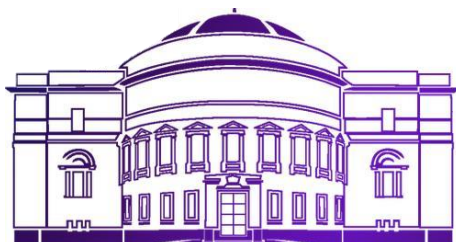
# Історії учасників проєкту

## Ліза, 9 років

Спочатку Ліза була мовчазна, лише спостерігала за тим, як діти спілкувалися між собою та з тренерами. Ліза не хотіла говорити про себе та власний травматичний досвід. На запитання відповідала, ухиляючись, говорила, що у неї немає ні спогадів, ні страхів. Під час одного із занять, коли учасники обговорювали власні страшні сни, Ліза була особливо сумна. Вона не розмовляла ні з ким, лише мовчки виконувала техніки. Коли тренери запропонували Лізі розповісти про її малюнок, дівчинка ледь чутно сказала: «Вибухи, машина швидкої допомоги, поруч лежать двоє дорослих, тече кров». У той день Ліза більше нічого не говорила.

Від вожатих тренери дізналися, що мама Лізи загинула, а тато поранений. Згодом Ліза розповіла тренерці про те, як вона з батьками мала йти на прогулянку. Ліза вийшла з будинку, за нею виходили батьки, але мама забула в кімнаті телефон, за яким повернулася. У ту хвилину в будинок влучила ракета. Мама загинула відразу, тато травмований, але живий. Ліза не знала, як далі жити без мами.

На останньому занятті Ліза старанно ховала свій малюнок, але тренерам вдалося розгледіти дівчинку з великими сльозами в очах. Ліза знову нічого не розповідала, малюнок забрала з собою... Та потім, коли отримала подарунок, поділилася з тренерами своїми цукерками. Коли тренери подякували та запитали Лізу, що їй найбільше сподобалося і чи хоче вона додому, дівчинка відповіла: «Звичайно» та пояснила, що тато чекає її, вона потрібна вдома і зможе навчити тата всім вправам, які тепер вміє сама.



БО «БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД  
"ЗА МАЙБУТНЄ УКРАЇНИ"»



## ПАРТНЕРИ ПРОЄКТУ

- Фонд «Діти та війна»
- Український інститут когнітивно-поведінкової терапії
- Штаб громадянської оборони SOS, м. Кам'янець-Подільський
- Донецький національний університет імені Василя Стуса
- Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
- БФ «Голоси дітей», м. Київ
- БФ «За майбутнє України», м. Дніпро
- Київський міський будинок учителя
- Проєкт «Спільно» від ЮНІСЕФ



*Rokada*



**УНІВЕРСИТЕТ  
ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ**

## ПАРТНЕРИ ПРОЄКТУ

- Університет Григорія Сковороди в Переяславі
- Подільська РО Товариства Червоного Хреста м. Києва
- БО «СОС Дитячі містечка»
- Проєкт «Психологи на війні» ГО «Українська асоціація психотерапевтів і бізнес-тренерів»
- ГО «Козацький набат» Центр освіти для дорослих, м. Нікополь
- Кам'янець-Подільський міський центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді
- «Зоряниця», простір відновлення ментального здоров'я дітей
- БФ «Рокада»





Activity supported by the  
Canada Fund for Local Initiatives

Activité réalisée avec l'appui du  
Fonds canadien d'initiatives locales



## ДОНОРИ ПРОЄКТУ

- Канадсько-українська фундація
- БО «HOPE worldwide Canada» (Канада)
- БО «HOPE worldwide» (США)
- БО «HOPE worldwide Zurich» (Швейцарія)
- БО «HOPE worldwide Switzerland-Geneve» (Швейцарія)
- БО «HOPE worldwide Norge» (Норвегія)
- HOPE worldwide Програма глобального реагування на катастрофи
- Програма сприяння розвитку співпраці та демократії МЗС Республіки Литва
- TELUS Friendly Future Foundation (Канада)
- Канадський фонд місцевих ініціатив і Посольство Канади в Україні

**ДЯКУЄМО за допомогу  
дітям з травмою війни!**



**Bringing hope,  
Changing lives**