



МІНІСТЕРСТВО  
ОСВІТИ І НАУКИ  
УКРАЇНИ



УКРАЇНСЬКИЙ  
ІНСТИТУТ  
НАЦІОНАЛЬНОЇ  
ПАМ'ЯТІ



# ПУБЛІЧНЕ УПРАВЛІННЯ В УКРАЇНІ: ІСТОРИЧНИЙ ДОСВІД ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції  
(Київ, 20 лютого 2024 р.)

За загальною редакцією  
Л. Г. Комахи, Н. М. Корчак, Л. В. Гонюкової

КИЇВ  
2024

Схвалено Вченою радою Навчально-наукового інституту публічного управління та державної служби Київського національного університету імені Тараса Шевченка  
(протокол № 10 від 6 березня 2024 р.)

**Публічне управління в Україні: історичний досвід та перспективи розвитку** : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Київ, 20 лют. 2024 р.) / за заг. ред. Л. Г. Комахи, Н. М. Корчак, Л. В. Гонюкової. Київ: Навчально-науковий інститут публічного управління та державної служби Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 2024. 294 с.

У виданні розміщено тези учасників Всеукраїнської науково-практичної конференції «Публічне управління в Україні: історичний досвід та перспективи розвитку», яку було проведено в рамках Зимової наукової школи в м. Києві 20 лютого 2024 р. Навчально-науковим інститутом публічного управління та державної служби разом із співорганізаторами – історичним факультетом і Навчально-науковим інститутом права Київського національного університету імені Тараса Шевченка та Українським інститутом національної пам'яті.

У тезах висвітлено питання публічного управління, політики національної пам'яті та розвиток громадянського суспільства в Україні, а також окреслено актуальні аспекти історичного досвіду українського державотворення і публічного управління.

Для широкого кола науковців, державних службовців, посадових осіб місцевого самоврядування, аспірантів, студентів та інших заінтересованих осіб.

**УДК 35:32](477)(091)(06)**

*Тексти публікуються в авторській редакції.*

*За науковий зміст і якість поданих матеріалів відповідають автори, а також (для студентів і аспірантів) наукові керівники.*

УДК: 159.9.072.533

**Ольга Пучина,**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Маріупольського державного університету, Київ

**Olga Puchyna,**

PhD (Psychology), Associate Professor of the Department of Practical Psychology, Mariupol State University, Kyiv

<https://orcid.org/0009-0001-7799-6454>

## ПРАКТИКА НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДЕРЖАВНИМ СЛУЖБОВЦЯМ В ОНЛАЙН ФОРМАТІ

### *PRACTICE OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL AID TO CIVIL SERVANTS IN AN ONLINE FORMAT*

*In the context of growing instability and crisis, the problem of preserving and restoring the mental health of Ukrainian society and civil servants in particular is becoming increasingly important. The article presents ways to provide psychological aid to civil servants in an online format.*

**Keywords:** *psychological aid, civil servants, online, mental health.*

Сьогодення потребує фахівців, які можуть ефективно працювати з великою кількістю людей та значними обсягами інформації, навіть в умовах постійного стресу. В професійному середовищі потрібні спеціалісти, які займаються розв'язанням питань безпеки, оборони, медицини, гуманітарної допомоги тощо. Державні службовці – це особи, які працюють у державних установах і виконують завдання, пов'язані з управлінням, забезпеченням законності та захистом інтересів держави та громадян. В Україні державні службовці виконують свої службові обов'язки, приймають управлінські рішення і забезпечують функціонування державних органів навіть у надскладних умовах війни та агресивного стресового середовища. Незважаючи на це, є відчутним дефіцит досліджень та настанов з питань психологічної допомоги державним службовцям, що вказує на актуальність проблематики даної роботи.

Інтерес до психологічного консультування в державних установах постійно зростає, оскільки все більше людей розуміють важливість отримання підтримки та психологічної допомоги. Крім того, багато організацій починають приділяти увагу психічному здоров'ю та добробуту своїх співробітників. Загалом, високий попит на психологічне консультування в організаціях свідчить про те, що люди розуміють важливість та цінність психологічного благополуччя працівників, що сприяє покращенню якості їх життя.

Психологічна допомога надається з метою психологічної підтримки, підвищення соціально-психологічної компетентності особистості, відновлення порушеного функціонального стану психіки. Це – первинний, проте надзвичайно важливий рівень, на якому може бути надана своєчасна допомога великій кількості людей для того, щоб не допустити загострення психологічних проблем та переростання їх у розлади. Психологічна допомога є складовою роботи психолога, що спрямована на підвищення соціально-психологічної компетентності особистості, надання їй психологічної підтримки для успішного виконання службових завдань [1].

У сучасних умовах надзвичайно важливою та необхідною є психологічна допомога та супровід державних службовців. Наведемо кілька аргументів, які підтверджують цю необхідність.

1. Постійний стан стресу. Це призводить до негативного впливу на емоційний та психологічний стан, що вимагає професійної підтримки.
2. Зниження мотивації та професійне вигорання. Робота з психологом допомагає уникнути вигорання та зберегти ефективність роботи.
3. Конфліктні ситуації та спілкування з великою кількістю людей. Психолог здатний надати емоційну підтримку, консультування та рекомендації щодо подальших кроків у таких випадках.
4. Психологічний супровід допомагає виявити та зменшити вплив психосоматичних проявів у людини.

Психологічна допомога може мати різні форми і підходи, залежно від потреб організації та її співробітників. Вона може включати індивідуальні консультації з психологом, групові тренінги, психологічні семінари або можливість отримання експертної думки від психолога через електронні засоби зв'язку. Психологічна допомога державним службовцям має на меті поліпшення якості життя працівників, створення здорового та сприятливого робочого середовища і підвищення продуктивності. Вона може бути надана як окремими психологами, так і через програми менеджменту та соціального захисту працівників.

За результатами опитування АРА, проведеного у 2021 р. щодо ефективності використання телемедицини, 96% американських психологів заявили, що консультування в форматі онлайн є ефективним в терапевтичному сенсі [2; 3; 4].

В сучасному цифровому світі зростає число державних службовців, які користуються психологічним онлайн консультуванням для покращення свого емоційного та психологічного благополуччя. Основною особливістю психологічної допомоги в онлайн форматі для державних службовців є комфорт та зручність, які цей формат надає. Завдяки Інтернету та сучасним засобам зв'язку, державні службовці можуть отримати психологічну підтримку в будь-якому місці та в зручний для них час. Це особливо важливо для людей, які працюють на великій відстані від психологічних центрів або не мають можливості для приїзду на консультацію у зв'язку з браком часу. Психологічне онлайн консультування має багато переваг, які забезпечують доступність і зручність для клієнтів, збереження конфіденційності та надання додаткових ресурсів для ефективної психологічної допомоги і підтримки.

Зазначені особливості психологічної допомоги в форматі онлайн для державних службовців роблять її ефективним та зручним інструментом для збереження психічного здоров'я, психологічного благополуччя, саморозвитку та підтримки професійного зростання цієї категорії працівників. Пріоритетними напрямками психологічної допомоги в онлайн консультуванні державних службовців є когнітивно-поведінкова терапія, транзактний аналіз, психоаналіз, кризові психологічні інтервенції (EMDR) тощо.

### *Список використаних джерел*

1. Портал МВС. Психологічна допомога працівникам ЦОВВ (НПУ, ДПСУ, ДСНС, ДМС, НГУ) та членам їх сімей. URL: <https://mvs.gov.ua/uk/psixologicne-zabezpecennia-pracivnikiv-covv-npu-dpsu-dsns-dms-ngu-ta-cleniv-yix-simei/psixologicna-dopomoga-pracivnikam-covv-npu-dpsu-dsns-dms-ngu-ta-clenam-yix-simei> .

2. American Psychological Association. (2023, August 3). Guidelines for the practice of telepsychology. URL: <https://www.apa.org/practice/guidelines/telepsychology> .

3. Clay, R. A. (2022, January 1). Telehealth proves its worth. Monitor on Psychology, 53(1). URL: <https://www.apa.org/monitor/2022/01/special-telehealth-worth> .