СУПЕРВІЗІЯ У РОБОТІ ПСИХОЛОГА З ПОСТРАЖДАЛИМИ ОСОБАМИ: ФУНКЦІЇ, ФОРМАТИ, НАУКОВІ ДАНІ ПРО ЕФЕКТИВНІСТЬ

***Богуш Д. М.**, Київський університет інтелектуальної власності та права*

DOI: 10.53672/ej.6.2026.04.04 Check for updates

Анотація. У тезах систематизовано функції (формативну, реставративну, нормативну) та формати (індивідуальну, групову, очну й дистанційну) супервізії у практичній діяльності психолога, який працює з постраждалими особами. Автор узагальнює сучасні наукові дані щодо ефективності супервізії для профілактики вторинного травматичного стресу, емоційного вигорання та підвищення якості психологічної допомоги, спираючись на дослідження B. Bride, T. Bober та C. Regehr, E. Lacey, а також вітчизняні праці Т. Комар та І. Чухрій. Автор доходить висновку, що поєднання індивідуальної та групової супервізії демонструє найвищу адаптивність у подоланні наслідків масової віктимізації, водночас наголошуючи, що самі лише індивідуальні стратегії подолання не гарантують захисту фахівця від вторинної травматизації.

Ключові слова: супервізія, вторинний травматичний стрес, емоційне вигорання, психологічна допомога постраждалим, професійна деформація, супервізійний супровід

Постановка проблеми. Практична діяльність фахівців галузі ментального здоров'я, які здійснюють психологічний супровід осіб, що постраждали від різних видів психотравмівних подій, відзначається винятково високим рівнем емоційного та когнітивного навантаження [1; 2]. Система взаємодії у тріаді «терапевт – клієнт – травма» супроводжується постійним ризиком розвитку феноменів вторинної травматизації, емоційного вигорання, емпатійного виснаження та травми свідка [1; 3]. У цьому контексті забезпечення високої якості та безпеки психологічних інтервенцій є надзвичайно складним завданням, оскільки на якість допомоги безпосередньо впливає суб'єктивний стан самого фахівця, його здатність відстежувати контрпереносні реакції, зберігати чіткість професійних меж та діяти в межах доказових протоколів [2]. Супервізійний супровід у віктимологічній практиці перестає бути лише формальним елементом післядипломного навчання або періодичного контролю, перетворюючись на критично важливий елемент підтримки фахової стійкості та профілактики професійної деформації [1; 4]. Водночас наукове аналітичне систематизування функціонального наповнення супервізійного процесу, порівняльний аналіз його засобів і форматів, а також узагальнення емпірично верифікованих даних щодо ефективності супервізії залишаються актуальною проблемою сучасної психологічної науки [2].

Мета. Систематизувати функції та формати проведення супервізії у практичній діяльності психолога з постраждалими особами й узагальнити сучасні наукові дані з періодичних фахових видань щодо її ефективності для запобігання вторинному травматичному стресу та підвищення якості психологічної допомоги [1; 3; 4].

Аналіз стану опрацювання питання. У сучасній науковій періодиці проблематика супервізійного супроводу та запобігання фаховому виснаженню психологів досліджується в кількох взаємопов'язаних напрямах. Зокрема, аналіз методологічних засад супервізії як фундаментального інструменту професійного зростання та захисту фахівця представлено у публікації Т. Комар та І. Чухрій [2], а етапи розвитку сучасної віктимологічної думки в Україні – у праці Данилевського та Данилевської [5]. Зарубіжні наукові праці орієнтовані на кількісну та якісну оцінку

ефективності супервізії. Зокрема, Б. Брайд і співавтори на основі експертного консенсусу сформулювали принципи практики, чутливої до вторинного травматичного стресу, серед яких чільне місце посідає супервізія [1], а Т. Бобер і Ш. Регер емпірично перевірили, чи захищають фахівців рекомендовані стратегії подолання, і не виявили зв'язку між часом, який на них витрачають, та рівнем травматичного стресу; найкращим предиктором виявилася кількість годин роботи з травмованими клієнтами [3]. Зв'язок між дитячим травматичним досвідом психолога, рівнем його вразливості та захисною рольовою функцією супервізії детально проаналізовано у публікації Лейсі [4]. Попри наявність цих публікацій, комплексна оцінка ефективності різних форматів супервізії в умовах високої віктимізації населення залишається предметним фокусом багатьох сучасних дискусій [1; 2].

Виклад основного матеріалу. Супервізійний процес у роботі з постраждалими від психічної травми реалізує багаторівневий комплекс функцій, що забезпечують як професійний розвиток фахівця, так і безпеку клієнта [1; 2].

Формативна (навчальна та розвивальна) функція спрямована на розширення концептуального апарату психолога, опанування сучасних специфічних методів допомоги при гострих реакціях на стрес, посттравматичному стресовому розладі, складній травмі та дисоціативних станах [2]. Під час проведення супервізійних сесій відбувається глибокий аналіз структурації травматичного матеріалу, відпрацювання технічних навичок проведення клінічного інтерв'ю, оцінка суїцидальних ризиків та побудова індивідуального маршруту психологічного відновлення постраждалого [2].

Ресторативна (підтримувальна та ресурсно-відновлювальна) функція є найбільш критичною під час роботи з віктимізованими категоріями клієнтів [1; 3]. Вона реалізується шляхом створення безпечного контейнера для опрацювання важких емоційних переживань, які виникають у психолога під час вислуховування деталей насильства, катувань або воєнних злочинів [3; 4]. Ресторативний фокус дає змогу своєчасно деконструювати явища вторинного травматичного стресу, опрацювати складні контрпереносні реакції, зняти відчуття професійного безсилля та запобігти хронізації емоційного вигорання [1; 3; 4].

Нормативна (адміністративна та етично-контролююча) функція гарантує дотримання етичних стандартів надання психологічної допомоги та виступає бар'єром проти передчасної або помилкової інтерпретації дій клієнта [1]. Супервізор відстежує межі професійної компетентності психолога, оцінює дотримання принципів конфіденційності, добровільності та інформованої згоди, а також контролює ризики повторної віктимізації клієнта через неусвідомлені дії або професійні помилки терапевта.

У сучасній практичній психології використовуються різноманітні формати супервізійного супроводу, вибір яких зумовлюється специфікою запиту, рівнем кваліфікації психолога та доступністю організаційних ресурсів [1; 2].

Індивідуальна супервізія передбачає взаємодію у форматі «один на один» між супервізором та психологом [2]. Цей формат гарантує максимальний рівень конфіденційності, що дає змогу глибше досліджувати особистісні реакції психолога, його власні психологічні травми чи вразливості, які можуть актуалізуватися під час роботи з постраждалими [2; 4]. Індивідуальний формат забезпечує фокусування на тонких нюансах терапевтичного альянсу та детальний розбір складних клінічних кейсів, проте вимагає суттєвих часових і фінансових ресурсів [2].

Групова супервізія та колегіальна інтервізія передбачають обговорення випадків у колі фахівців за участю акредитованого супервізора або в рівноправній групі рівних за статусом колег [1; 2]. Головною перевагою цього формату є залучення множинних перспектив до аналізу од-

ного випадку, можливість спостереження за різноманітними стилями роботи та інтерпретаціями [2]. Групова супервізія відіграє потужну підтримувальну роль, оскільки дає змогу фахівцю усвідомити універсальність своїх важких переживань, нормалізувати емоційні реакції на травму та отримати емпатійний відгук спільноти [1; 3].

За організаційною модальністю розрізняють очну та дистанційну (онлайн) супервізію. Розвиток цифрових технологій суттєво розширив можливості доступу практикуючих психологів до провідних міжнародних і національних експертів у галузі травматерапії незалежно від їхнього географічного розташування [1; 2]. Онлайн-супервізія показала свою високу ефективність у період надзвичайних ситуацій та воєнних дій, коли очні контакти є обмеженими або небезпечними, хоча вона потребує від учасників суворого дотримання протоколів цифрової безпеки та збереження конфіденційності персональних даних [2].

Фахові публікації пов'язують регулярний супервізійний супровід із кращими показниками психологічного здоров'я фахівців та якістю надання допомоги [1; 4], хоча емпіричні дані про захисну дію окремих стратегій подолання залишаються суперечливими [3].

Дані наукових розвідок свідчать про те, що регулярна супервізія може послаблювати зв'язок між інтенсивністю роботи з травмованими клієнтами та вираженістю симптоматики вторинного травматичного стресу [1; 4]. Психологи, які систематично відвідують супервізійні сесії, за даними цих публікацій, демонструють нижчий рівень тривожності, емоційного виснаження та деперсоналізації [1; 4].

Наукові дані підтверджують, що проходження супервізії сприяє підвищенню рівня рівноваги та суб'єктивного відчуття професійної самоефективності терапевта [2; 4]. Опрацювання складних кейсів у супервізійному просторі, як зазначають дослідники, допомагає фахівцеві розмежовувати власні переживання та психологічний матеріал клієнта, що розглядають як чинник профілактики вторинної травматизації [4].

Аналіз ефективності на рівні результатів клієнтів дає підстави розглядати супервізійний супровід терапевта як чинник, що може зменшувати ризик передчасного переривання терапії постраждалими особами [1]. Систематичний контроль за етичною чистістю процедур та терапевтичною позицією запобігає повторній віктимізації клієнтів, прискорює встановлення міцного терапевтичного альянсу та покращує загальну динаміку подолання наслідків психологічної травми [1].

Висновки.

Отже, супервізія у роботі психолога з постраждалими особами є багаторівневою та багатофункціональною системою фахової підтримки, яка інтегрує розвивальні, підтримувальні та етико-контролюючі завдання для забезпечення належного рівня ментальної безпеки фахівця і клієнта [1; 2; 4].

Оптимальний вибір формату проведення супервізії залежить від специфіки травматичного досвіду клієнтів, рівня професійної зрілості психолога та організаційних умов, при цьому поєднання індивідуальної та групової модальностей виявляє найвищу адаптивність у подоланні наслідків масової віктимізації [1; 2; 3].

Сучасні фахові публікації обґрунтовують значення систематичної супервізії для зниження ризику вторинного травматичного стресу, запобігання вигоранню, підтримки професійної самоефективності психологів та забезпечення високих етичних стандартів допомоги постраждалим [1; 4]; водночас емпіричні дані засвідчують, що самі лише індивідуальні стратегії подола-

ння не гарантують захисту від вторинної травматизації, тому супервізія має бути частиною організаційної підтримки фахівця [3].

Список використаних джерел

1. Bride B. E., Sprang G., Hendricks A., Walsh C. R., Mathieu F., Hangartner K., Ross L. A., Fisher P., Miller B. C. Principles for secondary traumatic stress-responsive practice: An expert consensus approach. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2024. Vol. 16, No. 8. P. 1301–1308. DOI: https://doi.org/10.1037/tra0001575

2. Комар Т., Чухрій І. Проблеми психологічної практики: супервізія як метод професійного зростання. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія. 2025. Вип. 83. С. 102–106. DOI: https://doi.org/10.31652/2415-7872-2025-83-102-106

3. Bober T., Regehr C. Strategies for Reducing Secondary or Vicarious Trauma: Do They Work? Brief Treatment and Crisis Intervention. 2006. Vol. 6, No. 1. P. 1–9. DOI: https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhj001

4. Lacey E. More to Learn From Adverse Childhood Experiences: Secondary Traumatic Stress Among Mental Health Professionals. Journal of Human Services. 2025. Vol. 44, No. 1. P. 74–84. DOI: https://doi.org/10.52678/001c.143805

5. Данилевський А. О., Данилевська Ю. О. Етапи розвитку сучасної віктимологічної думки в Україні. Українська поліцеїстика: теорія, законодавство, практика. 2023. Т. 5, № 1. С. 88–92. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-9261-2022-1-5-16

Supervision in the Psychologist's Work with Victims: Functions, Formats, and Scientific Evidence of Effectiveness

Bohush D. M.

Abstract. The paper systematizes the functions (formative, restorative, normative) and formats (individual, group, in-person and remote) of supervision in the practice of psychologists working with victims. The author summarizes current scientific evidence on the effectiveness of supervision in preventing secondary traumatic stress and burnout and in improving the quality of psychological assistance, drawing on the work of B. Bride, T. Bober and C. Regehr, E. Lacey, as well as the Ukrainian studies of T. Komar and I. Chukhrii. The author concludes that combining individual and group supervision shows the highest adaptability in addressing the consequences of mass victimization, while stressing that individual coping strategies alone do not guarantee protection of the professional from secondary traumatization.

Keywords: supervision, secondary traumatic stress, burnout, psychological assistance to victims, professional deformation, supervisory support

Бібліографічний опис (ДСТУ 8302:2015): Богуш Д. М. Супервізія у роботі психолога з постраждалими особами: функції, формати, наукові дані про ефективність. Судово-психологічна експертиза. Застосування поліграфа і спеціальних знань в юридичній практиці. 2026. Т. 11, № 4 (64). С. 35–38. DOI: https://doi.org/10.53672/ej.6.2026.04.04.