

PSICHOSOCIALINĖS PAGALBOS METODAI DIRBANT SU KARO TRAUMĄ PATIRIANČIOMIS UKRAINOS PABĖGĖLIŲ ŠEIMOMIS

JURGITA MATAČIŪNIENĖ

JONAVOS RAJONO SOCIALINIŲ PASLAUGŲ CENTRAS

Anotacija. *Psychosocialinės pagalbos teikimas karo pabėgėliams dažniausiai analizuojamas iš humanitarinės pagalbos, sveikatos ar teisinės paramos perspektyvos, tačiau socialinio darbo diskursas, atskleidžiantis tiek socialinių darbuotojų, tiek karo pabėgėlių – moterų – patirtis, vis dar nėra išplėtotas. Straipsnio tikslas – remiantis kokybinio tyrimo duomenimis, pristatyti socialinių darbuotojų ir Ukrainos karo pabėgėlių moterų patirtis, susijusias su psychosocialine pagalba Lietuvoje. Tyrimo rezultatai atskleidžia emocinio atsparumo iššūkius, pasitikėjimo ir santykio kūrimo svarbą, kalbos bei kultūrinius barjerus, taip pat socialinių darbuotojų patiriamą emocinę įtampą. Straipsnyje išryškinamos pagalbos veiksmingumą lemiančios sąlygos, pateikiamos socialinio darbo praktikos rekomendacijos dirbant su krizę patyrusiais asmenimis.*

Reikšminiai žodžiai: *psychosocialinė pagalba, karo pabėgėliai, karo trauma.*

IVADAS

Karas Ukrainoje, 2022 m. sukėlęs masinę pabėgėlių krizę Europoje, paskatino tūkstančius karo paveiktų žmonių ieškoti saugumo kitose šalyse, tarp jų – ir Lietuvoje. Didelę šių pabėgėlių dalį sudaro moterys su vaikais, patyrusios trauminius išgyvenimus, netektis ir netikrumą dėl ateities. Tokios aplinkybės išryškina psychosocialinės pagalbos būtinybę ir socialinių darbuotojų vaidmenį, padedant pabėgėliams prisitaikyti

naujoje aplinkoje. Psichosocialinė pagalba tampa esminiu veiksniu, padedančiu įveikti potrauminio streso sindromą, depresiją, nerimą ir socialinę izoliaciją. Tačiau jos teikimą dažnai apsunkina kalbos barjeras, kultūrinis nesusikalbėjimas, informacijos stoka bei riboti ištekliai. Tuo pačiu metu socialiniai darbuotojai susiduria su profesiniais ir emociniais iššūkiais, siekdami užtikrinti veiksmingą ir jautrią pagalbą karo traumą patyrusioms šeimoms. Nors pasaulinėje praktikoje taikomi tokie metodai kaip kognityvinė elgesio terapija ar naratyvinė ekspozicijos terapija pripažinti veiksmingais, jų kultūrinis pritaikomumas Ukrainos karo pabėgėlių atvejais Lietuvoje vis dar mažai tyrinėtas. Tai rodo poreikį atskleisti, kaip praktiškai organizuojama psichosocialinė pagalba šiai tikslinei grupei. **Straipsnio tikslas** – pristatyti socialinių darbuotojų ir Ukrainos karo pabėgėlių moterų patirtis, susijusias su psichosocialine pagalba, analizuojant taikomus metodus, pagalbos prieinamumą ir patiriamus barjerus. Straipsnyje remiamasi kokybinio tyrimo duomenimis, surinktais 2025 m. vienoje Lietuvos savivaldybėje, atliekant pusiau struktūruotą interviu su socialiniais darbuotojais ir Ukrainos karo pabėgėlėmis.

Straipsnis parengtas pagal magistro darbą „Psichosocialinės pagalbos metodai dirbant su karo traumą patiriančiomis Ukrainos pabėgėlių šeimomis“, apgintą 2025 m. Vytauto Didžiojo universiteto Socialinių mokslų fakulteto Socialinio darbo katedroje. Darbo vadovė – dr. Roberta Motiečienė.

KARAS UKRAINOJE IR MIGRACIJOS PRIEŽASTYS

2022 m. Rusijos pradėta plataus masto karinė invazija į Ukrainą sukėlė vieną didžiausių priverstinės migracijos bangų Europoje nuo Antrojo pasaulinio karo. Karas lėmė milijonų žmonių pasitraukimą iš gimtosios šalies – daugeliui netekus namų, artimųjų, ekonominio stabilumo ir socialinių ryšių. Jungtinių Tautų pabėgėlių agentūros (UNHCR) duomenimis, iki 2025 m. daugiau nei 6,9 mln. ukrainiečių tapo pabėgėliais, iš jų didžioji dalis – moterys ir vaikai.

Migracijos mastai atskleidė, kad krizė įgavo ne tik laikiną, bet ir struktūrinį pobūdį. Be tarptautinės migracijos, didelė gyventojų dalis

patyrė vidinį perkėlimą Ukrainos teritorijoje. Pabėgėlių judėjimo srautai tiesiogiai koreliuoja su karo suintensyvėjimo etapais – nuo plataus masto puolimų iki kritinės infrastruktūros griovimo. Migrantų kryptys apima tiek kaimynines šalis, tiek ir tolimesnes Europos valstybes, tarp jų ir Lietuvą.

Didelė dalis pabėgėlių, ypač moterų ir vaikų, patiria emocinį stresą, netektis, nesaugumo jausmą, susiduria su integracijos iššūkiais – būsto stygiumi, kalbos barjeriais, socialinės atskirties rizika bei ribotu psichosocialinės pagalbos prieinamumu. Nors dauguma registruoti Europos prieglobsčio sistemoje, realybėje integracijos procesus dažnai apsunkina tiek institucinės, tiek kultūrinės kliūtys. Dėl to kyla ne tik humanitarinės, bet ir kompleksinės – psichosocialinės, teisinės, kultūrinės bei ekonominės – pagalbos poreikis.

Jungtinių Tautų žmogaus teisių komisijos (OHCHR) 2025 m. ataskaita patvirtina, kad Rusijos vykdytą invaziją lydi plataus masto sisteminiai žmogaus teisių pažeidimai prieš civilius. Dokumentuoti priverstiniai dingimai, neteisėti suėmimai, fizinis ir psichologinis smurtas, seksualinė prievarta, nepilnamečių deportacija bei sulaikytų asmenų kankinimai vertinami kaip galimi nusikaltimai žmoniškumui. Ypač nerimą kelia vaikų priverstiniai perkėlimai į Rusijos teritoriją, jų naudojimas propagandai ar net karinei veiklai. OHCHR pabrėžia, kad šie veiksmai yra politinės strategijos dalis, nukreipta prieš civilius.

Dėl tokių sisteminių pažeidimų pradėtos tarptautinės baudžiamosios bylos, išduoti arešto orderiai, taikomos sankcijos aukščiausiems Rusijos valdžios atstovams. Tai rodo, kad didelė dalis ukrainiečių pabėgo ne tik nuo karo veiksmų, bet ir siekdami išvengti persekiojimo bei žiauraus elgesio. Tad ši migracija vertintina kaip priverstinė, pagrįsta siekiu apsaugoti gyvybę, orumą ir žmogaus teises.

LIETUVOS VEIKSMAI IR PARAMA UKRAINOS PABĖGĖLIAMS

Rusijos karinė invazija į Ukrainą paskatino Lietuvą skubiai mobilizuoti nacionalinius pagalbos mechanizmus karo pabėgėliams. Vadovaujantis Europos Sąjungos direktyva 2001/55/EB, Lietuvoje įgyvendinta laikinoji

apsauga, suteikianti Ukrainos piliečiams teisę gyventi, dirbti, naudotis sveikatos, socialinėmis ir švietimo paslaugomis.

Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos (SADM, 2025) duomenimis, pabėgėliams suteiktos finansinės išmokos, būsto kompensacijos, vienkartinės pašalpos, nemokama medicininė pagalba, taip pat prieiga prie Užimtumo tarnybos paslaugų ir kvalifikacijos kėlimo galimybių. Vaikams skirtos išmokos ir galimybė lankyti ugdymo įstaigas. Socialinės paslaugos apėmė emocinę paramą, informacines konsultacijas bei tarpininkavimą tarp institucijų.

Pabėgėlių apgyvendinimas vyko etapais – pradiniam etape naudojant sporto sales ir poilsio bazes, vėliau pereinant prie ilgalaikių gyvenamųjų vietų, dažnai bendradarbiaujant su nevyriausybinėmis organizacijomis (NVO). Tokia schema leido ne tik užtikrinti fizinę saugumą, bet ir skatinti socialinę adaptaciją.

UNHCR (2025) duomenimis, iki 2025 m. pradžios Lietuva priėmė daugiau nei 80 000 Ukrainos karo pabėgėlių. 83 proc. vaikų buvo įtraukti į švietimo sistemą, 53 proc. darbingo amžiaus asmenų įsidarbino, o 83 proc. gavo medicinos paslaugas. Šie rodikliai liudija apie pažangą integracijos srityje. Vis dėlto neišspręsti tokie klausimai kaip tvaraus apgyvendinimo užtikrinimas, sistemingas lietuvių kalbos mokymas ir emocinės gerovės paslaugų prieinamumas lieka esminiais iššūkiais.

Nevyriausybės organizacijos Lietuvoje tapo kertiniu pagalbos tinklo elementu. Nuo pat karo pradžios jos teikė ne tik humanitarinę pagalbą, bet ir prisidėjo prie ilgalaikės socialinės integracijos procesų. Organizacijos „Caritas“, Lietuvos Raudonasis Kryžius, „Maisto bankas“, Maltos ordino pagalbos tarnyba bei projektas „Stiprūs kartu“ užtikrino būstą, maitinimą, higienos priemones, emocinę paramą ir transporto pagalbą tūkstančiams pabėgėlių. Pavyzdžiui, vien „Caritas“ 2022 m. suteikė pagalbą daugiau nei 35 tūkst. asmenų 33 savivaldybėse.

Be to, tarpsektorinė partnerystė su ES fondais leido įgyvendinti reikšmingas iniciatyvas. Europos socialinio fondo projektas 2022–2023 m. siekė integruoti apie 6 000 pabėgėlių į darbo rinką, projektui skirta beveik 17 mln. eurų. Tarptautinės organizacijos, kaip „Save Ukraine“ ir JT agentūros, organizavo vaikų repatrijavimą bei psichosocialinę ir

teisinę pagalbą. Iki 2025 m. pradžios buvo grąžinta daugiau nei 500 vaikų, evakuota per 100 000 civilių.

Nepaisant reikšmingos pagalbos, UNHCR (2025) ir Eurostat (2025) analizės rodo ilgalaikius iššūkius. Nors 53 proc. darbingo amžiaus migrantų įsidarbino (iš jų 85 proc. legaliai), net 37 proc. vis dar nesusiję su darbo rinka. Kalbos barjerą įvardijo 66 proc. pabėgėlių, tačiau tik 41 proc. aktyviai dalyvavo kalbos mokymuose. Švietimo srityje 83 proc. vaikų lankė mokyklas, tačiau tik 37 proc. vyresnio amžiaus jaunuolių dalyvavo nuosekliame ugdyme. Trūksta ir prieinamo būsto, ypač socialiai pažeidžiamoms grupėms. Psichosocialinė pagalba nevienodai prieinama, ypač atokiose savivaldybėse.

UNHCR ir IOM pateikia penkias prioritetines Lietuvos integracijos politikos tobulinimo rekomendacijas:

1. Sisteminių kalbos mokymų plėtra.
2. Aktyvios darbo rinkos politikos stiprinimas.
3. Psichosocialinių paslaugų prieinamumo didinimas.
4. Socialinio būsto prieinamumo gerinimas.
5. Kultūrinio ir pilietinio įsitraukimo skatinimas.

Apibendrinant, Lietuva reagavo greitai ir strategiškai, tačiau tvari pabėgėlių integracija reikalauja ilgalaikių sprendimų, sisteminės koordinacijos bei glaudesnio valstybės, savivaldybių ir nevyriausybinių sektoriaus bendradarbiavimo.

KARO TRAUMA IR JOS POVEIKIS UKRAINOS PABĖGĖLIAMS

2022 m. Rusijos karinė invazija į Ukrainą sukėlė masinę priverstinę migraciją, kartu atskleisdama galias humanitarines, psichologines ir socialines pasekmes. Remiantis UNHCR (2025) duomenimis, daugiau nei 6,9 mln. žmonių tapo pabėgėliais, iš jų didžioji dalis moterys ir vaikai, o dar apie 3,7 mln. buvo perkelti šalies viduje. Šis masinis gyventojų perkėlimas sudarė sąlygas reikšmingiems pokyčiams šeimos struktūroje ir sukėlė emocinį nesaugumą.

Karo trauma apibūrinama kaip psichinis atsakas į patirtą smurtą, netektį ar nuolatinę grėsmę, dažniausiai pasireiškiantis potrauminio streso

sutrikimu (PTSS). Pabėgėlių grupėse šis sindromas ypač paplitęs (Khalil et al., 2024). Moksliniai tyrimai (Lindert et al., 2016; Silove, 1998) pabrėžia, kad priverstinė migracija, kultūrinė dezintegracija, nesaugumas ir neaiški ateitis didina depresijos, nerimo ir socialinės atskirties riziką.

Ypatingą dėmesį reikia skirti moterų ir vaikų pažeidžiamumui. Remiantis Al-Natour, Morris ir Al-Ostaz (2022), moterys dažnai tampa pagrindinėmis šeimos rūpintojomis, tačiau pačios ne visada gauna reikiamą emocinę ar institucinę paramą. OHCHR (2025) duomenys rodo, kad dėl karo veiksmų daugiau nei 600 vaikų žuvo, o apie 737 tūkst. tapo vidiniais pabėgėliais. Daug vaikų patyrė tėvų netektį arba fizinį atskyrimą, o tai dažnai lemia emocinį užsisklendimą, regresinius elgesio modelius ir mokymosi sunkumus (Hazer, Gredebäck, 2023).

Vaikų patirtos traumos dažnai lieka nematomos – jie susiduria su švietimo paslaugų nutraukimu, socialine izoliacija ir adaptacijos barjeriais. Tyrimai rodo, kad trauma veikia tiek vaiko emocinę raidą, tiek socialinį funkcionavimą (Rania, Pinna, Coppola, 2022). Šeimoje išryškėja emociniai sunkumai: stresas, nestabilumas, kaltės jausmas, susilpnėjęs emocinis ryšis tarp tėvų ir vaikų.

Socialinis darbas šioje situacijoje tampa kritiškai svarbiu įrankiu. Socialiniai darbuotojai padeda atkurti šeimos stabilumą, užtikrina kultūriškai pritaikytą emocinę paramą, konsultavimą, tarpininkavimą bei prieigą prie sveikatos, švietimo paslaugų ir būsto. Siekiant efektyvumo, būtina integruoti trauma grįstus modelius bei šeimos centrinę intervenciją (Papadopoulos, 2020; Riley, Masten, 2005).

Pagalbos atmetimo fenomenas, kaip nurodo Nickerson ir kt. (2011), dažnai kyla iš ankstesnių trauminių patirčių ar nepasitikėjimo institucijomis. Tad būtina taikyti kultūriškai jautrius metodus – įtraukiant kultūrinių normų suvokimą, lankstų šeimos paramos modelį ir specialistų parengtį dirbti su traumuotiems pabėgėliais (Silove, 2013).

Nors karo trauma gali sukelti ilgalaikę psichologinę žalą, moksliniai šaltiniai (Bonanno et al., 2011) akcentuoja atsparumo (angl. „resilience“) svarbą – gebėjimą prisitaikyti prie ekstremalių aplinkybių. Šis atsparumas stiprinamas per profesionalią psichosocialinę pagalbą, bendruomenės palaikymą, šeimos sanglaudą bei pasitikėjimo atkūrimą. Socialiniai darbuotojai tokiomis sąlygomis tampa ne tik pagalbos teikėjais, bet ir

atlieka kultūrinių tarpininkų vaidmenį, padėdami karo pabėgėliams įveikti traumos padarinius ir integruotis į priimančią visuomenę.

PSICHOSOCIALINĖS PAGALBOS METODAI DIRBANT SU KARO TRAUMĄ PATIRIANČIOMIS MOTERIMIS

Karo pabėgėliai, ypač moterys, patyrusios praradimus, smurtą ar priverstinį migravimą, susiduria ne tik su fizinio saugumo stoka, bet ir giliomis psichosocialinėmis traumomis. Psichikos sveikatos sutrikimai tampa esminiu iššūkiu jų prisitaikymo procese. Kaip pažymi Javanbakht (2022), prieglobsčio šalių atsakomybė – neapsiriboti fizinės apsaugos užtikrinimu, bet sukurti psichologiškai saugią aplinką, kuri padėtų žmogui atkurti vidinę pusiausvyrą.

Remiantis UNHCR (2025) duomenimis, net 32 proc. pabėgėlių moterų patiria didesnę emocinę įtampą, susijusią su netektimis, nežinomybe dėl ateities, kultūrine izoliacija ir integracijos iššūkiais. Nors prieiga prie būsto, sveikatos apsaugos ar švietimo užtikrinta formaliai, emocinės ir socialinės pagalbos paslaugų pasiekiamumas, ypač regionuose, išlieka ribotas.

Efektyvi psichosocialinė pagalba moterims privalo būti kompleksinė, kultūriškai jautri ir orientuota į ilgalaikį poveikį. Pagrindiniai veiksmingi metodai apima:

1. Ankstyvą emocinę intervenciją – padedančią identifikuoti pažeidžiamas grupes ir užkirsti kelią lėtinių psichikos sutrikimų formavimuisi.
2. Socialinių ryšių stiprinimą – per kūrybines dirbtuves, bendruomeninius renginius ar kultūrines šventes, kurie mažina izoliaciją ir skatina priklausymo jausmą.
3. Mentorystės modelį – kai pabėgėliui skiriamas bendruomenės narys ar savanoris, padedantis spręsti tiek praktinius, tiek emocinius iššūkius.
4. Psichologinę pagalbą moterims – per individualias ar grupines terapijas, orientuotas į traumos apdorojimą (ypač PTSS), bei saugią erdvių kūrimą savirefleksijai.
5. Kultūrinį jautrumą – atsižvelgiant į pabėgėlių kilmės šalies

vertybes, šeimos modelį, religinius įsitikinimus ir socialinius vaidmenis (IASC, 2007; Socialinių paslaugų katalogas, 2006).

Pasak Sakhi ir Harir (2021), kultūrinė tapatybė stipriai veikia pagalbos priėmimą – nesuderinta parama gali būti ignoruojama arba nesuprasta. Tad socialinė intervencija turi apimti kultūrinių normų integraciją, vertybių gerbimą ir bendruomenės įtraukimo principus.

Svarbus psichosocialinės pagalbos komponentas yra kūrybinės praktikos – dailė, muzika, drama, šokis – kurios leidžia moterims ir vaikams išreikšti emocijas neverbaliniu būdu. Tokie metodai pasirodė veiksmingi mažinant traumas ir stiprinant savivoką (Sakhi, Harir, 2021; Barbui et al., 2022). Be to, šeimos narių įtraukimas į terapijos procesą prisideda prie adaptacijos sėkmės.

Kaip nurodo Nkomo (2019), bendruomenės parama yra esminė traumą patyrusiems žmonėms atsigauti. Jos stoka didina izoliacijos ir psichologinio nestabilumo riziką. Būtent todėl NVO ir savivaldybės, glaudžiai bendradarbiaudamos su socialiniais darbuotojais, gali užtikrinti prieinamą, tęstinę ir individualiai pritaiktą pagalbą.

Lietuvoje socialiniai darbuotojai atlieka reikšmingą vaidmenį karo pabėgėlių integracijos procese – teikia ne tik emocinę paramą, bet ir padeda susiorientuoti socialinės apsaugos sistemoje, užtikrina informacijos apie teises sklaidą, tarpininkauja tarp institucijų bei organizuoja įtraukias veiklas (Giedrimaitė, Čepienė, 2023). Vokietijos pavyzdys taip pat rodo, kad nuolatinis specialistų mokymasis, kultūrinė kompetencija ir traumų teorijos taikymas praktikoje yra būtini dirbant su pabėgėliais (Hague, Cecil, Stoltzfus, 2019).

Nepaisant daugybės iššūkių – emocinio išsekimo, netiesioginės traumos, kalbos barjerų ir ribotų resursų, – socialiniai darbuotojai tampa ne tik pagalbos teikėjais, bet ir psichologinio atsigavimo, žmogaus teisių gynimo bei visuomenės sutelkties varikliais. Psichosocialinė pagalba, integruota į kitas socialines priemones, tampa pagrindu pabėgėlių moterų įgalinimui ir visaverčiam dalyvavimui priimančios šalies visuomenėje.

TYRIMO „PSICHOSOCIALINĖS PAGALBOS METODAI DIRBANT SU KARO TRAUMĄ PATIRIANČIOMIS UKRAINOS PABĖGĖLIŲ ŠEIMOMIS“ METODOLOGIJA

Tyrimo tikslas – atskleisti psichosocialinės pagalbos metodų taikymo praktiką dirbant su karo traumą patiriančiomis Ukrainos pabėgėlių šeimomis Lietuvoje. Tyrimas paremtas kokybine metodologija, siekiant geriau suprasti dalyvių patirtis, jų emocinius, socialinius ir kultūrinius kontekstus.

Tyrimo teorinis pagrindas – socialinio konstravimo teorija (Berger, Luckmann, 1966), teigianti, kad žmogaus tikrovės suvokimas ir prasmės formuojasi per socialinius santykius ir kultūrinį kontekstą. Ši prieiga leidžia pagalbos procesą suprasti kaip dinamišką bendrakūrybos veiklą tarp pagalbos teikėjo ir gavėjo.

Kaip pažymi Holstein ir Gubrium (2003), kokybinis tyrimas yra dialoginis – reikšmės kuriamos sąveikaujant tyrėjui ir dalyviui. Tokia prieiga leidžia atskleisti ne tik objektyvius faktus, bet ir subjektyvias trauminės patirties prasmes. Van der Hart, Nijenhuis ir Steele (2006) pabrėžia, kad traumos kontekste svarbu ne tik fiksuoti įvykius, bet ir suprasti, kaip jie veikia žmogaus tapatybę bei gebėjimą funkcionuoti kasdienybėje.

Tyrimas taip pat grindžiamas empatinės refleksijos principais, kaip siūlo Merenda (2020) – tyrėjas veikia ne tik kaip duomenų rinkėjas, bet ir kaip aktyvus reikšmių interpretuotojas, siekiantis atskleisti dalyvių patirčių sudėtingumą jų pačių terminais.

Tyrime dalyvavo dvi tikslinės grupės:

- 6 socialinės darbuotojos, turinčios praktinės patirties dirbant su karo pabėgėliais Lietuvoje;
- 3 Ukrainos karo pabėgėlės, skirtingo amžiaus, šeiminės padėties ir profesinės patirties, gyvenančios Lietuvoje nuo karo pradžios.

Dalyviai atrinkti taikant tikslingą atranką, kaip rekomenduoja Gaižauskaitė ir Valavičienė (2016), remiantis jų galimybe suteikti išsamias įžvalgas apie tiriamą reiškinį. Siekta aprėpti abiejų perspektyvų – pagalbą teikiančių specialistų ir ją gaunančių karo pabėgėlių – sąveiką.

Duomenys buvo renkami taikant dalinės struktūros interviu metodą, leidžiantį išlaikyti teminį nuoseklumą ir kartu lanksčiai reaguoti į

dalyvių atsakymus. Interviu vyko Socialinių paslaugų centre, privačioje, saugioje aplinkoje. Pokalbiai buvo įrašomi dalyviams sutikus, trukmė svyravo nuo 54 minučių iki 1 val. 55 minučių. Tyrimo metu buvo užtikrintas dalyvių emocinis komfortas ir psichologinis saugumas.

Interviu buvo vedami lietuvių arba rusų kalba, priklausomai nuo dalyvio pageidavimo. Kai kurie atsakymai buvo pateikti mišria kalba, įtraukiant ir ukrainietiškus žodžius. Vertimo tikslumas užtikrintas pakartotiniu perklausymu.

Duomenys buvo analizuojami taikant teminę analizę ir atvirą kodavimą, siekiant identifikuoti pagrindines temas, kategorijas ir jų sąsajas. Analizėje integruotas tiek „emic“ (vidinį), tiek „etic“ (išorinį) požiūris, leidžiantis susieti dalyvių autentiškas patirtis su tyrėjos analitinėmis įžvalgomis.

Analizės metu buvo naudojamos struktūruotos analizės lentelės, padėjusios sistemingai klasifikuoti atsakymus, išlaikyti interpretacinį nuoseklumą ir identifikuoti dažniausiai kartojamas patirtis ar iššūkius.

Tyrimas vykdytas laikantis tyrimų etikos principų. Visi dalyviai buvo supažindinti su tyrimo tikslais, pasirašė informuotą sutikimą. Buvo užtikrintas konfidencialumas, savanoriškas dalyvavimas ir galimybė bet kada nutraukti dalyvavimą. Dalyvių vardai buvo pakeisti į kodinius.

TYRIMO REZULTATAI

PSICHOSOCIALINIAI SUNKUMAI: „JIS PUSĘ METŲ NIEKO NEKALBĖJO“

Analizuojant tyrimo duomenis, išryškėjo daugybiniai psichosocialiniai sunkumai, su kuriais susidūrė Ukrainos karo pabėgėliai, atvykę į Lietuvą. Tyrimo dalyvių pasakojimai buvo suskirstyti į dvi pagrindines grupes: socialinių darbuotojų įžvalgos ir karo pabėgėlių patirtys.

Socialinių darbuotojų pasakojimuose išskirtos šios kategorijos:

- emocinė būsena ir emocinis atitraukimas;
- trauma, netektytis ir psichologinis atsakas;
- psichosocialinė adaptacija ir emocinis atsakas;
- kultūrinė integracija ir tarpkultūriniai iššūkiai;
- ekonominiai ir profesiniai iššūkiai.

Karo pabėgėlių pasakojimuose išryškėjo:

- pradinis šokas ir emocinė būseną;
- trauma, netektis ir emocinis skausmas;
- prisitaikymo problemos ir adaptacijos eiga;
- kultūriniai skirtumai ir tapatumo iššūkiai.

2022 m. vasario 24 d. Rusijos pradėtas plataus masto karas paskatino milijonus ukrainiečių palikti savo šalį. Pasak tyrimo dalyvių, karo pabėgėliai, atvykę į Lietuvą, dažnai patirdavo stresą, nerimą, psichologinę įtampą, sumišimą ir nežinią dėl ateities. Ši būseną pasireiškėdavo ne tik per emocinį išsekimą, bet ir fizinius bei socialinius pasitraukimo ženklus.

Buvo situacijų metu ir ašarų, ir tokios nežinomybės. Kas bus toliau, ką čia mums toliau daryt? (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Tie pirmieji pabėgėliai, nieko nežinodami... buvo, kurie nesuprato, kas ta Lietuva... nei giminių, nei artimųjų (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Tyrimo dalyvės liudijo, kad dauguma atvykusiųjų jautėsi „bėgantys į nežinią“, o tai kėlė gilią egzistencinę įtampą.

Atvykę į Lietuvą, dauguma pabėgėlių jautė stresą dėl netikėtų gyvenimo pokyčių. Tai gali reikšti baimę, nerimą, emocinį išsekimą (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Atvyksti į nežinią ir... tiesiog bėgi ten, kur saugu... tu nežinai, kas čia tavęs laukia (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Kaip pažymi Papadopoulos (2021), pabėgėliai dažnai susiduria su „nuolatinio laukimo“ būseną – nežino, ar gali likti, ar turės grįžti, ar pradėti naują gyvenimą. Ši sąlyga virsta emocine įtampa, nestabilumu ir ilgalaikiu nerimu.

Mes čia tik dviem savaitėm... gyvenam vienai dienai (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Karo pabėgėlės išreiškė gilų emocinį šoką atvykus į naują, nežinomą aplinką. Dažniausiai minima būseną – baimė, sumišimas, pasimetimas, nerimas dėl ateities ir artimųjų likimo.

Taip, aš ir sakau, iš pradžių aš buvau išsigandusi, baisu man buvo. Svetima šalis. Aš nesu mėgėja kažką keisti, sunkiai pernešu (Svetlana, karo pabėgėlė, 42 m.).

Mes važiuojame savaitę čia, 2500 km... esi išsiblaškęs, pasimetęs, nežinai, ką daryti dėl darbo (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Tiek Svetlana, tiek Liuda pabrėžė, kad ne tik fizinis pavojus, bet ir informacijos trūkumas, nežinomybė bei kultūrinė aplinka stipriai paveikė jų emocinę savijautą.

Buvo viskas nauja, viskas nežinoma... nežinojome, kur mes išvis atsidursim ir kas mūsų laukia (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Buvo sunku, išsigąsti, bet paskui truputį pripratau... kaip tam anekdote apie žirafą – kol supranti (Svetlana, karo pabėgėlė, 42 m.).

Ilgainiui kai kurios tyrimo dalyvės patyrė emocinės būklės pagerėjimą, priprato prie aplinkos Lietuvoje.

Kai atvykau, buvo baimė, susidomėjimas... dabar pripratau prie to, nieko čia blogo nėra (Svetlana, karo pabėgėlė, 42 m.).

Nežinojimas dėl ateities, būsto, darbo, dokumentų statuso ir artimųjų likimo sukėlė pabėgėliams nuolatinį stresą. Be to, emocinį nestabilumą sustiprino žiniasklaidos informacijos srautas.

Mes gyvenam sustabdytoje situacijoje čia... kas su būstu toliau bus, kaip su dokumentais... praręs ar nepraręs (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad psichosocialiniai sunkumai yra kompleksiniai: emocinis šokas, stresas, netektys, prisitaikymo problemos, kultūriniai skirtumai – visos šios dimensijos įsiterpia į pabėgėlių kasdienybę. Kiekvienas pabėgėlis į integraciją reaguoja skirtingai – vieni lengviau adaptuojasi, kitiems būtinas didesnis emocinis ir socialinis palaikymas.

Kaip pažymi UNHCR (2022), sėkmingai integracijai reikia ne tik sisteminės pagalbos, bet ir individualaus požiūrio bei lankstaus reagavimo į pabėgėlių patirtis.

Ukrainos karo pabėgėliai susiduria su kompleksinėmis traumomis, kurios kyla ne tik dėl karo veiksmų, bet ir dėl nežinios, kaltės jausmo bei ilgo izoliacijos laikotarpio. Pasak tyrimo dalyvių, dažnai psichologinės žaizdos atsinaujina per simbolines datas, kaip antai karo ar artimųjų mirties metinės.

Artėjant karo metinėms... visi potrauminiai... pernai buvo labai sunku (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Pasak socialinių darbuotojų, dažni pabėgėlių emociniai atsakai – nerimas, panikos epizodai, nemiga ir depresijos simptomai. Šiuos išgyvenimus paaštrina patirta netektis, sugriautas gyvenimo pagrindas ir išsiskyrimas su artimaisiais.

Raketa susprogdino jo namą, jis buvo po griuvėsiais. Po to pusę metų nieko nekalbėjo (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Dalis pabėgėlių, kaip rodo tyrimo duomenys, išgyvena didelę kaltę, kuri susijusi su šeimos narių likimu karo zonoje. Kaip pabrėžia Kazakevičiūtė (2024), tai būdinga pabėgėliams, kurių artimieji tebėra pavojuje.

Moterys, palikusios savo vyrus, tėvus... išgyvena kaltę (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Patys pabėgėliai pažymi, kad emocinė trauma apsunkina jų gebėjimą integruotis į priimančią visuomenę:

Kai prarandi namus ir viską, kas brangu, viduje lieka tuštuma, kurios negali užpildyti (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Psichosocialinės adaptacijos procesas tarp karo pabėgėlių yra dinamiškas ir daugialypis. Pabėgėlių emocinė būseną kinta nuo pirminio sukrėtimo ir nesaugumo iki palaipsninio prisitaikymo, kai įsitvirtina pastovumo pojūtis (Silove et al., 2017). Tyrimo duomenys rodo, kad nors pradinį laikotarpį dažnai lydi nerimas ir nežinomybė, ilgainiui atsiranda tikėjimas ateitimi ir noras veikti.

Socialinės darbuotojos pastebi, kad dauguma pabėgėlių išgyvena laikinumo pojūtį, dėl kurio stokoja motyvacijos mokytis kalbos ar integruotis į darbo rinką. Viena jų pažymi:

Galvoja – gi mes važiuosim namo, ir kam ją tada mokintis? (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Tačiau kiti pabėgėliai demonstruoja pažangią adaptaciją, kai stabilizuojasi gyvenimo sąlygos. Pasak Svetlanos (42 m.), Lietuvoje ji jaučiasi saugi, gali laisvai judėti, „vėl atsiranda gyvenimo prasmė“. Kita dalyvė (Tatjana, 33 m.) pabrėžia, kad „grįžti į šalį, kur tu nereikalingas, nesinori“, todėl ji sąmoningai renkasi kurti gyvenimą Lietuvoje.

Visgi kai kuriems pabėgėliams praradimai ir trauminė patirtis sukelia identiteto krizę, vidinį pasimetimą ir tapatybės konfliktą tarp „buvusio gyvenimo“ ir dabartinės realybės. Viena dalyvė teigė:

Mes po truputį jaučiame žemę po kojomis, bet vidinis prieštaravimas išlieka (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Kalbant apie kultūrinę integraciją, tyrimo duomenys rodo, kad bendras kultūrinis pagrindas tarp ukrainiečių ir lietuvių palengvina adaptaciją. Socialinė darbuotoja nurodo:

Panašūs kalbos išsireiškimai, tradicijos ir vertybės suartina bendruomenes. Tačiau kai kuriais atvejais kyla iššūkiai dėl kalbos tapatybės: dalis ukrainiečių atsisako vartoti rusų kalbą, nors būtent ji dažnai tampa vienuintele suprantama abiem pusėms (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Svarbu pažymėti, kad integracijos sėkmė stipriai priklauso nuo traumos intensyvumo: kuo gilesnė trauma, tuo sudėtingesnis ir lėtesnis prisitaikymo procesas. Tačiau, laikui bėgant, vis dažniau pastebima ženklų, jog karo pabėgėliai ima planuoti ateitį Lietuvoje, ypač dėl vaikų gerovės.

Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad kultūrinis artumas tarp lietuvių ir ukrainiečių – švenčių panašumai, panašūs išsireiškimai bei vertybių sąsajos – padeda greičiau užmegzti ryšį ir palengvina adaptaciją. Respondentė teigė:

Šventės sutampa, tradicijos panašios, daug žodžių panašūs (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Kita vertus, kultūrinė integracija nėra vienalytė. Kai kurios dalyvės pastebi savo tautiečių elgesio neatitikimus, kurie, jų manymu, prisideda prie neigiamos visuomenės nuomonės formavimosi. Viena iš karo pabėgėlių išreiškė nusivylimą:

Kai mano bendrapiliečiai taip elgiasi, tai tiesiog gėda (Tatjana, karo pabėgėlė, 33 m.).

Kalbos aspektas išlieka reikšminga identiteto dalimi. Ukrainiečių kalba suvokiama kaip tautos kultūrinis kodas, o rusų kalba, nors ir funkcionaliai naudinga, dažnai sulaukia tiek lietuvių, tiek pačių ukrainiečių priešiško. Viena dalyvė pastebėjo:

Kai kur nors kreipiamės, susiduriama su problema – žmogus supranta, bet nenori bendrauti, nes mes kalbamės rusiškai (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Profesiniai ir ekonominiai iššūkiai taip pat yra reikšmingi adaptacijos veiksniai. Socialinės darbuotojos pažymi, kad dauguma pabėgėlių atvyko neturėdami finansinio pagrindo ar socialinių ryšių, o kalbos barjeras trukdė įsidarbinti pagal turimą kvalifikaciją. Kaip nurodo viena iš jų:

Mokytojos gauna nekvalifikuotą darbą, nes jų išsilavinimas čia nepripažįstamas (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Visgi ilgainiui pabėgėlių santykis su darbo rinka keičiasi: jie ima aktyviau domėtis galimybėmis, ieško geresnių sąlygų, stengiasi siekti profesinio tobulėjimo. Tai sutampa su Bevelander ir Luik (2020) tyrimo Švedijoje išvadamis – ilgalaikė integracija didina motyvaciją ir kokybiškesnes darbo strategijas.

PSICHOSOCIALINĖS PAGALBOS SVARBA: „<...> TAI MUMS PADĖJO, NES TAI NUĖMĖ NEREIKALINGĄ STRESĄ NUO MŪSŲ“

Tyrimas atskleidė, kad psichologinė ir psichosocialinė pagalba yra esminis veiksnys, padedantis Ukrainos karo pabėgėliams įveikti emocinius ir adaptacinius sunkumus. Socialiniai darbuotojai pabrėžia, jog svarbiausia – sukurti saugią, pasitikėjimu grįstą erdvę, kurioje asmenys gali kalbėti apie savo išgyvenimus.

Pagal socialinių darbuotojų pasakojimus išskirtos šios kategorijos:

1. Psichologinė ir psichosocialinė pagalba.
2. Socialinis darbas: metodai, funkcijos ir įgalinimas.
3. Bendruomeninė, grupinė ir savitarpio pagalba.
4. Kalbos ir kultūros komunikacijų metodai.
5. Profesinė parama ir darbuotojų atsparumas.
6. Kompleksinis požiūris ir metodų taikymas.

Pagal Ukrainos karo pabėgėlių pasakojimus išskirtos kategorijos:

1. Psichologinė pagalba ir psichosocialinių paslaugų prieinamumas.
2. Emocinė parama ir bendravimo formos.

Pagrindiniai taikomi metodai apima individualią psichologinę konsultaciją, grupinę psichoterapiją bei emocinę paramą per pokalbius. Kaip pastebėjo respondentai, emocijų išreiškimas turi terapinę reikšmę:

Kai kurie ukrainiečiai nori tiesiog išsikalbėti, kad išeitų ramūs (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Psichologinė pagalba dažnai pasiekama vietos socialinių paslaugų centruose ar sveikatos įstaigose. Vis dėlto pastebėta, kad svarbiausias efektyvumo kriterijus – profesionalumas ir paslaugų tęstinumas.

Psichologas turėtų su tuo dirbti – kai pradėdi gilintis, prasiveržia daug skausmo (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Ilgalaikis ryšys ir emocinis palaikymas taip pat minimi kaip efektyvus būdas stiprinti pabėgėlių psichologinį atsparumą. Net ir po integracijos proceso daugelis toliau lankosi pas socialinius darbuotojus ar psichologus:

Jie jau gyvena savarankiškai, bet vis dar ateina – tai tęstinumo ženklas (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Literatūroje (Adomaitytė-Subačienė, 2019) pabrėžiama, kad pagalbos teikimo dinamika dažnai būna cikliška – klientai atsiveria ne iš karto. Ši įžvalga patvirtinama ir tyrimo rezultatais: pradinis atsparumas ilgainiui virsta ryšiu, kai užtikrinama pastovi emocinė atrama.

Tyrimo dalyvės nurodo, kad psichologinė pagalba karo pabėgėliams Lietuvoje buvo svarbus stabilizacijos veiksnys. Ji apėmė ne tik emocinę paramą, bet ir praktinę pagalbą, tokią kaip būstas ar informacinis koordinavimas, padedantis sumažinti stresą:

Tai mums padėjo, nes tai nuėmė nereikalingą stresą nuo mūsų (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Tiek socialiniai darbuotojai, tiek pabėgėliai pažymi, kad paslaugos buvo suteiktos sklandžiai – kartais net nepaprašius. Tokia iniciatyva ir pasitikėjimu grįstas santykis kuria saugią emocinę erdvę:

Jie pamatė problemą ir pasiūlė savo pagalbą (Tatjana, karo pabėgėlė, 33 m.).

Pabėgėliai aktyviai naudojosi socialinių paslaugų centro teikiamomis konsultacijomis, dažnai rekomenduotomis ukrainiečių darbuotojų. Psichologinės konsultacijos padėjo stiprinti tėvystės įgūdžius, prisitaikyti prie naujos aplinkos.

Psichosocialinė pagalba, pasak Silove ir kt. (2017), turi apimti ne tik krizės valdymą, bet ir ilgalaikį santykį. Tai atsispindi ir tyrimo duomenyse – net ir integravęsi, pabėgėliai toliau kreipiasi į specialistus, siekdami palaikyti emocinį saugumą.

Tyrimas parodė, kad socialinių darbuotojų taikomi metodai apima platų spektrą – nuo informavimo, registravimo iki palydėjimo ir vertimo. Kaip pažymėjo viena iš dalyvių:

Reikia parodyti, palydėti, padėti užregistruoti vaiką į mokyklą (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Dominelli (2017) akcentuoja, kad dirbant socialinį darbą su pabėgėliais reikia atlikti tarpininko, atstovo, pagalbininko ir kultūrinio vertėjo vaidmenį. Tai patvirtina ir tyrimo dalyvės: socialiniai darbuotojai dažnai prisiima vertėjo, integracijos palydovo ir emocinės atramos vaidmenis.

Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos (2022) rekomenduojamas „vieno langelio“ principas taip pat buvo sėkmingai taikytas. Tiek socialiniai darbuotojai, tiek pabėgėliai jį įvardijo kaip patogų ir sumažinantį biurokratinį barjerą.

Socialiniai darbuotojai pabrėžia, kad efektyviam darbui būtinos ne tik žinios, bet ir asmeninės savybės: empatija, iniciatyvumas, žmogiškumas. Viena tyrimo dalyvių pažymėjo:

Turėtų būti empatiškas, jautrus, bet tuo pačiu linkęs teikti pagalbą (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Šios savybės įgalina darbuotojus palaikyti santykį net ekstremaliomis aplinkybėmis. Empatija, pasak Lekavičienės ir Antinienės (2015), yra viena esminių savybių dirbant su trauma patyrusiais asmenimis – leidžianti kurti ryšį, atliepti kliento emocinį foną ir įgalinti jo pokytį.

Tyrimas atskleidė, kad bendruomeninė, grupinė ir savitarpio pagalba buvo vieni iš svarbiausių emocinio saugumo ir integracijos šaltinių Ukrainos karo pabėgėliams Lietuvoje. Grupinės konsultacijos, kūrybiniai užsiėmimai ir savitarpio pagalbos tinklai padėjo mažinti izoliacijos

jausmą, skatino bendrystę ir tarpusavio palaikymą. Kaip pažymi socialinė darbuotoja Auksė:

<...> grupinės konsultacijos buvo <...> jie dalinasi savo kažkokiais tai išgyvenimais, nuotakomis (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Bendruomeniniai ryšiai vystėsi per dalijimąsi informacija ir praktinę pagalbą. Pasak Anos:

Gaunasi keitimasis informacija, keitimasis gyvenimo patirtimi <...> labai padeda išeiti iš situacijos.

Užsiėmimai, tokie kaip žvakių liejimas ar rankdarbiai, tapo svarbia terapijos forma. Ana pasakoja:

Aš noriu būti kolektyve <...> kol liejam tas žvakes, kol vėl bendraujam.

Taip pat pabrėžta, kad karo pabėgėliams itin svarbu aktyvus užimtumas ir galimybė padėti likusiems Ukrainoje. Polina (socialinė darbuotoja, 51 m.) teigia:

Darome suvenyrus, nenorime vis prašyti... tai veiksminga terapija.

Savitarpio pagalbos grupės ir bendravimas per programėles (pvz., „Viber“) padėjo palaikyti bendruomeninį ryšį.

Tai padeda jaustis čia kaip namie (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Grupinė kūrybinė veikla, anot respondentų, mažino vienatvę ir skatino prasmingą socialinį įsitraukimą:

Grupiniai užsiėmimai labai patikdavo ir jie norėtų jų dar (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Socialinės darbuotojos, pasitelkusios tokias programas kaip „MindSpring“, taip pat organizavo bendrus renginius su lietuvių bendruomene, siekdamos skatinti integraciją ir toleranciją.

Aš organizavau kultūrinius renginius ukrainiečiams ir lietuviams, t. y. dvikalbius renginius (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Apibendrinant, tyrimas parodė, kad ilgalaikis santykis su bendruomene, kūrybinė raiška ir emocinė parama padeda pabėgėliams jaustis saugiau, skatina integraciją ir tapatumo atkūrimą.

Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad socialiniai darbuotojai, dirbantys su Ukrainos karo pabėgėliais, taiko kompleksinius ir lanksčius metodus pagal individualias situacijas. Naudojamos priemonės apima ne tik praktinę ir psichosocialinę pagalbą, bet ir profesinės atsparos strategijas, leidžiančias darbuotojams išlaikyti darbo kokybę.

Socialinės darbuotojos pabrėžia, kad metodų įvairovė ir taikymo lankstumas yra būtini efektyviai pagalbai.

Svarbiausia yra ta kompleksinė psichosocialinė pagalba, kuri apima emocinę, socialinę ir praktinę paramą (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Akcentuojamas empatijos ir aktyvaus klausymosi metodas, kuriuo kuriamas saugus ryšys tarp darbuotojo ir pabėgėlio.

Empatija ir aktyvus klausymas yra esminiai, padedantys jiems jaustis išgirstiems ir suprastiems (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Darbuotojai susiduria su emociniais iššūkiais dėl klientų traumų ir sunkių patirčių. Paramos kultūra (supervizijos, intervizijos) padeda išvengti perdegimo.

Organizuojamos supervizijos, intervizijos, susitikimai su kolegomis... kad galėtume sau padėti geriau tvarkytis su stresu (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Tyrimo dalyvės išskiria asmeninę savireguliaciją kaip būdą atgauti emocinę pusiausvyrą – kūrybinę veiklą, gamtą, šokis ar rašymas tampa savipagalbos forma.

Kvėpavimo pratimai, pasivaikščiojimai gamtoje sumažina tą stresą... (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Tyrimas parodė, kad socialiniame darbe su karo pabėgėliais efektyviausias yra kompleksinis požiūris: integruotas metodų taikymas, emocinis įgalinimas, profesinė parama ir darbuotojų savireguliacija. Toks modelis leidžia tiek klientams, tiek specialistams išlaikyti žmogiškąjį orumą, atsparumą ir bendruomeninį ryšį.

PAGALBOS TRŪKUMAS: „VIENINTELIS DALYKAS, KURIS MANE UŽMUŠA – MEDICINA. TAI SIAUBAS <...>“

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad pagrindiniai pagalbos prieinamumo iššūkiai apima: kalbos barjerus, kultūrinius nesusipratimus, informacijos stoką, specialistų trūkumą, paslaugų neprieinamumą bei diskriminaciją būsto ir darbo srityse. Karo pabėgėlių ir socialinių darbuotojų patirtys rodo sisteminius trūkumus integracijos procesuose.

Pagal socialinių darbuotojų pasakojimus išskirtos kategorijos:

1. Kalbos barjerai.
2. Kalbos ir kultūriniai barjerai profesinei bei socialinei integracijai.
3. Informacijos ir paslaugų prieinamumo trūkumai.
4. Informacijos ir paslaugų prieinamumo ribotumai.
5. Būsto prieinamumo ir diskriminacijos iššūkiai.
6. Teisinės pagalbos ir specialistų kompetencijos spragos.
7. Sveikatos apsaugos paslaugų neprieinamumas.
8. Ekonominio savarankiškumo ir profesinės integracijos kliūtys.

Pagal Ukrainos karo pabėgėlių pasakojimus išskirtos kategorijos:

1. Kalbos ir kultūriniai barjerai profesinei bei socialinei integracijai.
2. Informacijos ir paslaugų prieinamumo ribotumai.
3. Ekonominio savarankiškumo ir įsidarbinimo kliūtys.
4. Teigiama pagalbos patirtis / barjerų nebuvimo atvejai.

Tyrimo dalyvės pabrėžė, kad kalbos nemokėjimas reikšmingai riboja galimybę naudotis paslaugomis, ypač sveikatos apsaugos ir būsto nuomos srityse. Dažnai verčiama neprofesionaliai, improvizuotai – tai kelia riziką neteisingai suprasti ar perduoti svarbią informaciją:

Jei netinkama žodžio galūnė – gydytojas gali išrašyti netinkamą išrašą <...> reikia vertėjų (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Kalbos kursų neprieinamumas, motyvacijos stoka ir darbo grafikas trukdo pabėgėliams mokytis kalbos. Tai lemia ribotas galimybes įsidarbinti ar integruotis į profesinę veiklą:

Reikia žinoti techninius terminus, instrukcijas, įstatymus <...> mūsų nepriima (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Tyrimas atskleidė, kad trūksta gyvo tarpkultūrinio dialogo, kuris leistų suprasti karo pabėgėlių emocinę būseną, gyvenimo tempą bei komunikacijos stilių. Tai lemia stereotipus visuomenėje:

Kad jie negalvotų, jog mes viską gauname veltui <...> kad suprastų bent truputį. Kad su mumis reikia truputį kantriau elgtis (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Pabėgėliai susiduria su ypač skaudžiais sveikatos paslaugų neprieinamumo atvejais. Viena iš tyrimo dalyvių teigia:

Vienintelis dalykas, kuris mane užmuša – medicina. Tai siaubas <...> (Tatjana, karo pabėgėlė, 33 m.).

Kalbos, informacijos ir kultūriniai barjerai ženkliai apsunkina Ukrainos karo pabėgėlių galimybes integruotis į visuomenę ir gauti reikiamas paslaugas. Tyrimo dalyvių liudijimai rodo sisteminius spragų pobūdžius – būtina institucinė kalbos, profesinės ir tarpkultūrinės pagalbos plėtra.

Tyrimas atskleidė, kad karo pabėgėliai susiduria su daugiapakopiais iššūkiais, trukdančiais pasinaudoti parama, įsitvirtinti darbo rinkoje bei užsitikrinti gyvenamąją vietą. Šie barjerai formuoja emocinį nesaugumą, institucijų nepasitikėjimą ir riboja galimybes integruotis.

Pabėgėliams dažnai trūksta informacijos apie turimas teises, paslaugas ar procedūras, o institucijų tarpusavio komunikacijos spragos apsunkina pagalbos koordinavimą:

Sakau – aš net nežinojau. Kodėl jis nestoja į eilę socialiniam būstui? (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Kaimiškose ar atokiose vietovėse gyvenantys pabėgėliai dažnai net nežino apie pagalbos centrus. Ribotas viešasis transportas ir išlaidos dar labiau sumažina prieigą:

Aš apskritai nežinojau, kad yra socialinis centras <...> gyvenau sau rajone (Svetlana, karo pabėgėlė, 42 m.).

Pabėgėliai susiduria su sveikatos draudimo spragomis, ilgomis eilėmis ir skubių paslaugų stygiumi:

Iš pradžių negalėjome patekti pas gydytoją, nes neturime sveikatos draudimo <...> jie nemato to draudimo <...> mūsų nepriims (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Būsto rinka tapo viena iš didžiausių pabėgėlių integracijos kliūčių. Nuomos kainos, formalumų reikalavimai ir diskriminacija apsunkino galimybes įsikurti:

Visi nori ilgus nuomos sutartis <...> jų giminės sako – kaip jūs išnuomavote ukrainiečiams? (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Informacijos stoka, paslaugų neprieinamumas ir diskriminacija dėl būsto yra pagrindiniai sisteminiai barjerai, su kuriais susiduria Ukrainos karo pabėgėliai Lietuvoje. Šie veiksniai mažina emocinį saugumą ir integracijos galimybes. Socialinių darbuotojų vaidmuo – perteikti informaciją, tarpininkauti tarp institucijų bei rasti sprendimus vietos lygmenyje – išlieka esminis.

Tyrimas atskleidė, kad Ukrainos karo pabėgėliai Lietuvoje susiduria su struktūrinėmis kliūtimis, kurios riboja jų galimybes gauti visavertę teisinę ir sveikatos priežiūros pagalbą. Šie barjerai mažina pabėgėlių galimybes įsitvirtinti, kelia nepasitikėjimą institucijomis ir apsunkina socialinių darbuotojų veiklą.

Teisinė parama įvardijama kaip viena iš silpniausių integracijos grandžių. Socialiniams darbuotojams trūksta kompetencijų, reikalingų teisingai informuoti klientus apie jų teises ir galimybes:

Trūksta teisinių žinių <...> teisinė pagalba tikrai būtų labai naudinga <...> trūksta žinių būtent teisiniais klausimais (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Pabėgėlių sveikatos paslaugų prieinamumą dažnai riboja ne tik draudimo ar finansinės galimybės, bet ir sisteminės spragos:

Nenori rašyti siuntimų <...> reikia paskambint ir paaiškint situaciją (Auksė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Dėl neadekvačių paslaugų Lietuvoje kai kurie pabėgėliai pasirenka gydytis Ukrainoje:

Sveikatos problemų neįmanoma išspręsti <...> važiuoja į Ukrainą (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Ekonominiai ištekliai taip pat riboja prieigą prie sveikatos paslaugų:

Negali gauti pagalbos <...> neturi už ką susimokėti (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Administracinis neapibrėžtumas iš pradžių trukdė organizuoti pagalbą:

Buvo daug nežinomybės, kaip teikti pagalbą <...> kokie dokumentai reikalingi (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Ilgainiui kai kurios nemokamos paslaugos buvo nutrauktos:

Anksčiau dokumentų vertimo paslauga buvo nemokama <...> dabar ji jau mokama ir gan brangiai (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Integracinė sistema Lietuvoje vis dar stokoja struktūrinio pasirengimo, teisinio atstovavimo ir prieinamų sveikatos paslaugų pabėgėliams. Socialiniai darbuotojai tampa tarpininkais tarp žmogaus ir sistemos, tačiau jiems patiems trūksta įrankių ir žinių. Tolesnė paramos sistemų plėtra turėtų būti grindžiama ilgalaikė strategija, kuri užtikrintų ir teisinę, ir psichosocialinę pagalbą tiek klientams, tiek specialistams.

Tyrimas atskleidė, kad ekonominio svarumo siekį Ukrainos karo pabėgėliams riboja sisteminės, profesinės ir socialinės integracijos kliūtys. Viena pagrindinių – profesinių kvalifikacijų nepripažinimas ir perkvalifikavimo galimybių stoka.

Trūksta rimtos perkvalifikavimo sistemos <...> turėjo aukštąjį išsilavinimą, o čia dirba paprastus darbus (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Senyvo amžiaus pabėgėliai ypač pažeidžiami dėl dokumentų nepripažinimo ir neaiškos teisinės padėties:

Žmogus lieka be visų socialinių garantijų <...> seneliai prikaustyti prie lovų, neturi galimybės vykti į ambasadą (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Karo pabėgėliai taip pat susiduria su darbo išnaudojimu ir neapmokėjimu už darbą, kas juos pastūmėja į priklausomybę nuo pašalpų:

Dirbo, plytelėmis klojo, jie negaudavo atlyginimo <...> teko kreiptis dėl darbo ginčo <...> mums buvo mokama pašalpa (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Visgi dalis tyrimo dalyvių įvardijo ir teigiamą pagalbos patirtį:

Viskas tiko <...> padėjo visais klausimais <...> mums čia viskas tiko, problemų nėra (Svetlana, karo pabėgėlė, 42 m.).

Tyrimo dalyvės neturėjo su kuo palyginti pagalbos tinkamumo ir suteikimo, nes jos iš Ukrainos atvyko tiesiai į Lietuvą ir čia apsistojo, tačiau paslaugų suteikimą ir prieinamumą vertina teigiamai.

NVO PAGALBA IR INSTITUCIJŲ BENDRADARBIAVIMAS: „<...> LAIKĖ TUOSE DELNUOSE <...>“

Tyrimas parodė, kad nevyriausybės organizacijos (NVO) atliko esminį vaidmenį pradžioje priimančią karo pabėgėlius, ypač institucinio neveiknumo ar pasirengimo stokos laikotarpiu.

Socialinių darbuotojų išskirtos kategorijos:

1. NVO vaidmuo krizių pradžioje ir spontaniškas reagavimas.
2. Tarpinstitucinis bendradarbiavimas ir koordinacija.
3. Partnerystės ir pagalbos tinklų kūrimas.
4. Komunikacijos efektyvumas krizės metu.

Ukrainos karo pabėgėlių išskirtos kategorijos:

1. Bendradarbiavimas su NVO ir bendruomene.
2. Bendruomeninis įsitraukimas ir pilietinės iniciatyvos.

NVO užtikrino greitą reagavimą, materialinę paramą, tarpininkavimą ir emocinį palaikymą. Tyrimo dalyvė pasakoja:

Pradžioje apskritai laikė tuose delnuose <...> Raudonas kryžius ir Maisto bankas <...> kortelės už 20 eurų, higienai, maisto produktams – labai reikšminga pagalba (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Socialinės darbuotojos nurodė, kad paramos tinklus sudarė kelių organizacijos: „Gerumo sparnai“, „Caritas“, Raudonasis Kryžius, „Stiprūs kartu“, „Maisto bankas“. NVO reagavo spontaniškai, padėjo išgyventi krizės pradžioje: nuo maisto iki higienos prekių, nuo drabužių iki buitinių pagalbų.

Savanoriai tikrai puikiai padėjo su maistu, indais, daiktais <...> ir net kanceliarinėmis prekėmis (Ana, socialinė darbuotoja, 50 m.).

Tyrimas taip pat išryškino vietos bendruomenės ir piliečių indėlį: turgeliai, savanorių tinklai, bendruomeniniai mainai. Tai padėjo ne tik praktiškai, bet ir emociškai stabilizuoti pabėgėlių situaciją, stiprinant priklausymo jausmą.

Raudonasis Kryžius mums padėjo, visiškai pilnai <...> persikraustymu, pirmine pagalba <...> labai svarbu, kad žmonės norėjo padėti (Liuda, karo pabėgėlė, 38 m.).

Nors pradinis atsakas buvo stiprus, socialiniai darbuotojai atkreipia dėmesį į ilgalaikės paramos tvarumo stoką, palaipsniui mažėjantį intensyvumą bei neformalios pagalbos išsekimą. Tuo tarpu nuolatinės pagalbos ir koordinacijos poreikis išlieka didelis.

Tyrimas atskleidė glaudų socialinių įstaigų, NVO ir valstybinių institucijų bendradarbiavimą, kuris palengvina paslaugų teikimą ir sprendimų priėmimą karo pabėgėliams.

Rašėm raštą keliais adresatais... migracijos darbuotojai atvyko į globos namus... pratęsė leidimą gyventi seneliams (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Užimtumo tarnybos, Raudonojo Kryžiaus, švietimo įstaigų bendradarbiavimas dažnai padeda greičiau ir efektyviau spręsti problemas:

Užimtumo tarnyba – labai glaudus bendradarbiavimas... kai kuriais atvejais net užtenka tiesiog pasiskambinti (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

NVO ne tik teikia pagalbą, bet ir ugdo specialistų kompetencijas, organizuoja edukacijas, konsultacijas, informuoja apie naujausius pokyčius:

Mes jungiamės į jų „online“ konferencijas... jie praveda edukacijas, bendraujam (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Tokio pobūdžio partnerystė, paremta geranoriškumu, lankstumu ir informacijos sklaida, padeda užtikrinti sklandesnę pabėgėlių integraciją:

Visuomenė yra informuota apie tai, kad atvyksta tokie žmonės ir jiems reikalinga pagalba (Ona, socialinė darbuotoja, 56 m.).

Tyrimas atskleidė, kad efektyvi pagalba karo pabėgėliams įmanoma tik per bendrą NVO, savivaldybių, bendruomenių ir viešųjų

institucijų veikimą. Socialinė darbuotoja Inga (socialinė darbuotoja, 40 m.) pabrėžė:

Tarpinstitucinis bendradarbiavimas... visapusiška ir ilgalaikė pagalba.

NVO veikė kaip tiltas tarp pabėgėlių ir darbo rinkos, prisidedamos prie spartesnės adaptacijos:

Darbdaviai skambindavo tiesiai į Centrą... NVO pagalba pirminiam laikotarpiui (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Kultūrinė partnerystė taip pat įtraukė karo pabėgėlius į vietos gyvenimą. Bendri renginiai su muziejumi, amatininkais ir savivaldybe leido pabėgėliams pažinti Lietuvos paveldą:

Ukrainiečiai išmoko, kaip tuos sodus daryti (Ana, socialinė darbuotoja, 54 m.).

Be humanitarinės pagalbos, NVO atliko ir profesionalias socialinio darbo funkcijas, atstovaudamos karo pabėgėlių interesams savivaldybėse:

Nevyriausybinių organizacijų... atlieka socialinį darbą (Inga, socialinė darbuotoja, 40 m.).

Pagalba orientuota ir į vaikus. Vaikų emocinį saugumą sustiprino kryptingos iniciatyvos, pavyzdžiui, dovanos ir technologinė parama:

Ukrainiečių vaikam buvo suorganizavęs kompiuterius... visi gavo (Aukšė, socialinė darbuotoja, 41 m.).

Efektyvi komunikacija tarp institucijų buvo būtina tvarkant dokumentus, sveikatos, švietimo arba migracijos klausimus. Lankstus, tiesioginis ryšys padėjo greičiau reaguoti:

Nėra tokios organizacijos, kuri mums atsakė, kad mums nepadės... jie atsako ir viską paaiškina (Polina, socialinė darbuotoja, 51 m.).

Tai rodo, kad komunikacijos greitis, atvirumas ir tarpinstitucinė partnerystė yra esminiai krizės valdymo komponentai. Lietuvos kontekste ši sistema pasiteisino, nors kartu parodė, ką galima būtų dar stiprinti.

IŠVADOS

Tyrimas atskleidė, kad, teikdami psichosocialinę pagalbą Ukrainos karo pabėgėliams Lietuvoje, socialiniai darbuotojai taikė išplėstinius ir lanksčius pagalbos metodus, grįstus kultūriniu jautrumu, tarpinstituciniu bendradarbiavimu ir individualizuotu požiūriu. Efektyviausi pagalbos būdai – emocinė bei psichologinė parama, konsultavimas, informavimas, tarpininkavimas, taip pat kolektyviniai užsiėmimai bei kūrybinės veiklos skatinimas.

Socialiniai darbuotojai ne tik teikė praktinę pagalbą, bet ir atliepė pabėgėlių individualius poreikius, skatino jų motyvaciją, užtikrino saugią ir pasitikėjimu grįstą aplinką. Karo pabėgėlės ypač vertino galimybę būti išklausytos, dalyvauti bendruomeninėje veikloje, išsaugoti savo tautinį identitetą. Emocinė ir socialinė pagalba buvo suvokiama kaip psichologinės pusiausvyros, kasdienio saugumo ir visuomeninio įsitraukimo pamatas. Tyrimo rezultatai patvirtina, kad psichosocialinė pagalba yra esminis veiksnys, lengvinantis pabėgėlių prisitaikymą, emocinį atsparumą bei integraciją į priimančiąją visuomenę.

Nuo karo bėgančios šeimos Lietuvoje emocinę ir socialinę paramą įvardijo kaip kritiškai svarbią priemonę psichologinei pusiausvyrai atkurti bei kasdieniam funkcionavimui stiprinti. Psichologinės konsultacijos, bendruomeninės veiklos, kūrybiniai užsiėmimai ir savanorystė padėjo karo pabėgėliams ne tik įveikti karo sukeltus emocinius sunkumus, bet ir sustiprino jų socialinę ryšį bei priklausymo bendruomenei jausmą. Socialiniai darbuotojai taikė kompleksinius, kultūriškai jautrius ir partnerystę grįstus pagalbos metodus, kurie apėmė tiek formalų paslaugų teikimą, tiek artimą, žmogišką kontaktą. Jie aktyviai klausėsi pabėgėlių, skatino jų įsitraukimą, tarpininkavo tarp institucijų. Vis dėlto pagalbos veiksmingumą riboja kalbos barjerai, informacijos ir teisinių žinių stoka, sveikatos apsaugos bei būsto paslaugų neprieinamumas ir finansiniai sunkumai. Tyrimas rodo, kad psichologinė ir socialinė pagalba ženkliai prisidėjo prie pabėgėlių gyvenimo kokybės gerinimo, tačiau, norint užtikrinti jos veiksmingumą, būtina garantuoti paslaugų prieinamumą, tęstinumą bei kultūrinį supratingumą.

Karo pabėgėliai iš Ukrainos susiduria su reikšmingomis kliūtimis, ribojančiomis jų galimybes gauti psichologinę ir socialinę paramą, ypač

gyvenant atokiose vietovėse. Tyrimas išryškino esmines problemas: informacijos stoka ukrainiečių kalba, kalbos barjerai, kultūrinis nesupratimas, paslaugų nenuoseklumas tarp institucijų, teisinės pagalbos bei medicininės priežiūros ir apgyvendinimo paslaugų trūkumas. Šios kliūtys ypač paveikė pažeidžiamiausias grupes – senyvo amžiaus asmenis ir šeimas su vaikais. Atsakydami į šiuos iššūkius, socialiniai darbuotojai taikė kultūriškai jautrų ir individualiai pritaikytą požiūrį: informavo, tarpininkavo tarp institucijų, teikė psichologinę paramą, skatino ryšio su pagalbos specialistais kūrimą, taip stiprindami pasitikėjimo ir saugumo jausmą. Tyrimas rodo, kad sėkmingas pabėgėlių įsitraukimas į visuomenę ir kultūrinė adaptacija yra neatsiejami nuo veiksmingos, bendradarbiavimu grindžiamos paramos struktūros, kurioje dalyvauja įvairūs sektoriai ir kuri nuolat tobulina socialinių darbuotojų kompetencijas. Emocinė ir socialinė parama tapo pagrindu integracijai, tačiau, norint užtikrinti jos prieinamumą visiems pabėgėliams, būtina spręsti kalbos, informacijos bei institucinės prieigos sunkumus ir užtikrinti nuoseklų, savalaikį ir rezultatyvų pagalbos teikimą.

Tyrimas atskleidė, kad socialinės srities specialistai, dirbdami su karo pabėgėliais iš Ukrainos, efektyviai naudojo kultūrinio supratimo principus, kurie buvo kertiniai teikiant veiksmingą ir prasmingą pagalbą. Kalbos gebėjimai, empatiškas išiklausymas, gebėjimas prisitaikyti ir pagarba pabėgėlių kultūrai padėjo mažinti socialinę atskirtį, stiprino pasitikėjimą specialistais bei gerino paslaugų prieinamumą. Esminiai veiksmingos paramos elementai: intensyvus tarpininkavimas tarp institucijų; bendradarbiavimas su NVO; tarpkultūrinių ryšių stiprinimas; kolektyvinių ir kūrybinių veiklų organizavimas, kurios skatino pabėgėlių įsitraukimą į visuomenę. Specialistai neapsiribojo tik formaliu lūkesčių atliepimu – jie aktyviai inicijavo pagalbą, identifikavo individualius poreikius, formavo pasitikėjimu grįstus santykius ir teikė emocinį saugumą. Pagarba kultūriniais skirtumams prisidėjo prie pabėgėlių savigarbos ir tapatumo išsaugojimo, kas būtina ilgalaikiai integracijai ir psichologiniam stabilumui. Tyrimas leidžia teigti, kad kultūrinio jautrumo integravimas į socialinės pagalbos praktiką – viena svarbiausių sąlygų, siekiant kompleksinės, tvarios ir humaniškos pagalbos karo pabėgėliams. Socialiniai darbuotojai čia veikė kaip kultūrų tarpininkai, jie

palengvino integracijos procesus, mažino kultūrinius barjerus ir stiprino pabėgėlių ryšį su priimančiąja visuomene.

LITERATŪRA

1. Adomaitytė-Subačienė, I. (2019). *Socialinio darbo kokybės konstravimas kliento įgalinimo perspektyvoje*. Daktaro disertacija. Vilniaus universiteto leidykla.
2. Bartkevičienė, A., Bubnys, R. (2012). *Socialinis darbas su prieglobstį gavusiais užsieniečiais: Metodinė priemonė*. Kaunas: VDU.
3. Bevelander, P., Luik, M.-A. (2020). Pabėgėlių integracijos į darbo rinką nevienalytiškumas: Įrodymai iš Švedijos. *Etninių ir migracijos studijų žurnalas*, 46(10), 2061–2079. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/1369183X.2020.1716130>
4. Berger, P. L., Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Penguin Books.
5. Cook, L., Gregory, M. (2020). Making sense of sensemaking: Conceptualising how child and family social workers process assessment information. *Child Care in Practice*, 26(2), 182–195. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/13575279.2019.1700992>
6. Denov, M., Akesson, B. (2017). *Children affected by armed conflict: Theory, method, and practice*. Columbia University Press.
7. Dettlaff, A. J., Fong, R. (Eds.). (2016). *Immigrant and refugee children and families: Culturally responsive practice*. Columbia University Press.
8. Dominelli, L. (2017). *Anti-Racist Social Work* (4th ed.). Bloomsbury.
9. Drolet, J., Enns, R., Kreitzer, L., Shankar, J., Moroz, P. (2017). Supporting the resettlement of a Syrian family in Canada. *International Social Work*, 61(5), 627–633. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0020872817725143>
10. Europos prieglobsčio paramos biuras (EASO). (2021). *Prieglobsčio ir priėmimo darbuotojų gerovės praktinis vadovas. II dalis*. Prieiga per internetą: <https://euaa.europa.eu>
11. Europos Sąjungos prieglobsčio agentūra. (2023). *2023 m. prieglobsčio ataskaita*. Prieiga per internetą: <https://euaa.europa.eu>
12. Europos socialinio fondo agentūra. (2024, vasario 29). *8600 karo pabėgėliams iš Ukrainos buvo suteikta humanitarinė pagalba*. Prieiga per internetą: <https://www.esf.lt>
13. Europos Vadovų Taryba. (N. d.). *Kaip ES padeda pabėgėliams iš Ukrainos?* Prieiga per internetą: <https://www.consilium.europa.eu>

14. Eurostat. (2023, vasario 24). *Ukrainian citizens in the EU*. Prieiga per internetą: <https://ec.europa.eu>
15. Eurostat. (2025). *Temporary protection for persons fleeing Ukraine – Monthly statistics*. Prieiga per internetą: <https://ec.europa.eu>
16. Fleming, T. (2018). Mezirow and the theory of transformative learning. In V. Wang (Ed.), *Critical theory and transformative learning* (pp. 120–136). IGI Global.
17. Gaižauskaitė, I., Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai. Kokybinis interviu*. Mykolo Romerio universitetas.
18. Gil-González, D., et al. (2015). Is health a right for all? *Ethnicity & Health*, 20(5), 523–541. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/13557858.2014.946473>
19. Giedrimaitė, M., Čepienė, A. (2023). Socialinio darbo ypatumai su pabėgėliais ir prieglobsčio prašytojais. *Mokslo taikomieji tyrimai Lietuvos kolegijose*, 19(1), 116–126. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.59476/mtt.v1i19.587>
20. Global Support for Statistical Capacity (GSSC). (2023). *Ukraine refugees in Lithuania – Situation overview*. Prieiga per internetą: <https://www.gssc.lt>
21. Hansen, J., Gagliato, M., Schinina, G. (2015). *Mental health and psychosocial support for refugees*. IASC. Prieiga per internetą: <https://resourcecentre.savethechildren.net>
22. Hynie, M. (2018). Social determinants of refugee mental health. *Canadian Journal of Psychiatry*, 63(5), 297–303. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0706743717746666>
23. Inter-Agency Standing Committee (IASC). (2007). *IASC guidelines on mental health and psychosocial support in emergency settings*. Prieiga per internetą: <https://interagencystandingcommittee.org>
24. Javanbakht, A. (2022). Addressing war trauma in Ukrainian refugees. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(2), 2104009. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/20008066.2022.2104009>
25. Kazakevičiūtė, T. (2024). *Dailės terapijos patyrimo poveikis karą išgyvenusiems karo pabėgėliams iš Ukrainos*. Magistro darbas. Vilniaus universitetas.
26. Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Pearson Education.
27. Papadopoulos, R. K. (2021). *Involuntary dislocation: Home, trauma, resilience, and adversity-activated development*. University of Essex.
28. Perspektyvos. (2023). *Migrantų ir pabėgėlių psichikos sveikata*. Prieiga per internetą: <https://perspektyvos.org>
29. Ruškus, J., et al. (2013). Įgalinimo samprata socialinių paslaugų kontekste. *Socialinis darbas: Patirtis ir metodai*, 12(2), 8–25. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.7220/2029-5820.12.2.1>

30. Silove, D., Ventevogel, P., Rees, S. (2017). *World Psychiatry*, 16(2), 130–139. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28498581/>
31. Turrini, G., et al. (2019). Efficacy and acceptability of psychosocial interventions. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 28, 376–388. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1017/S2045796019000027>
32. UNICEF. (N. d.). *Pabėgėlių ir migrantų vaikai Europoje*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org>
33. UNICEF & UNHCR. (2023). *Blue Dot Hubs: Support for refugee children and families*. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org>
34. UNHCR. (2023). *Mental Health and Psychosocial Support: Annual Report 2023*. Prieiga per internetą: <https://www.unhcr.org>
35. UNHCR. (2025). *Ukraine: Three Years On – 2025 Update*. Prieiga per internetą: <https://www.unhcr.org>
36. UNHCR. (2025). *Lithuania's Support for Ukrainian Refugees*. Prieiga per internetą: <https://www.unhcr.org>
37. UNHCR. (2025). *Operational Data Portal – Ukraine Situation*. Prieiga per internetą: <https://data.unhcr.org>
38. Valstybės kontrolė. (2023). *Išankstinio tyrimo ataskaita: Pagalba pabėgėliams*. Prieiga per internetą: <https://www.vkontrole.lt>
39. Walsh, F. (2020). *Trauma and resilience in war and conflict contexts*. Oxford University Press.
40. Žydžiūnaitė, V., Sabaliauskas, S. (2017). *Kokybiniai tyrimai. Principai ir metodai*. Vilnius: Vaga.

JURGITA MATAČIŪNIENĖ

JONAVA DISTRICT SOCIAL SERVICES CENTER, LITHUANIA

PSYCHOSOCIAL SUPPORT METHODS FOR WORKING WITH UKRAINIAN REFUGEE FAMILIES EXPERIENCING WAR TRAUMA SUMMARY

The massive war launched by Russia against Ukraine has triggered an enormous crisis of protection, support and restrictions on people's freedoms, leading to an unprecedented forced withdrawal of the population. Tens of thousands of people have been killed or injured, and the majority of the population has had to flee their homes. According to information from the United Nations, millions of Ukrainians have left for European countries, while others have been forcibly displaced internally. Emigration

has not only been driven by the real risk of death, but also by the consistent violation of civil rights: the killing of innocent people, physical and psychological violence, disappearances and the destruction of public facilities, according to the reports (UNHCR and OHCHR 2025). Statistics from the United Nations Refugee Agency (UNHCR) show that between 24 February 2022 and 8 April 2025, more than 6.9 million people have left Ukraine, of whom around 6.3 million were registered in Europe and a further 560,200 outside Europe. Population composition statistics reveal that the most vulnerable social groups are predominant among the migrants, with women accounting for approximately 46% and minors for approximately 32% of all registered Ukrainian war refugees (UNHCR, 2025).

The object of the study: psychosocial support methods for Ukrainian refugee families experiencing war trauma. Aim of the study: to analyse the variety and applicability of psychosocial support methods in social work practice when working with war-traumatised individuals/families. 1) To describe the possible application of psychosocial support techniques in social work practice with war refugee families; 2) To examine how Ukrainian refugee families accept psychosocial support and how it affects their quality of life; 3) To identify the main problems and barriers that Ukrainian war refugees experience when trying to receive psychosocial support; 4) To analyse how social workers provide support in the context of cultural differences. A qualitative research methodology was chosen to achieve the study's aim. The data was collected through semi-structured interviews with social workers and Ukrainian war refugees. The research was carried out in 2025, in one of the district municipalities of Lithuania.

The study highlighted that social workers used assistance methods based on cultural understanding and inter-institutional interaction when providing psychosocial support to war refugees in Lithuania. Families fleeing the war in Lithuania recognised emotional and social support as an essential and critically needed tool to restore psychological balance and strengthen daily functioning. War refugees from Ukraine face significant barriers that reduce access to psychological and social support, particularly in remote areas. Key difficulties include a lack of information in Ukrainian, language barriers, cultural misunderstanding, inconsistency of services between institutions, a lack of legal assistance and a lack of medical care and accommodation.

Keywords: *psychosocial assistance, war refugees, war trauma.*