

Ukrainian Professionals Complete Unique Six-Month Resilience Training Program

Ukrainian professionals have completed a unique six-month program offered by the American nonprofit organization Dovetail Learning, focused on strengthening resilience and emotional well-being. The training used the innovative We Are Resilient™ approach and centered entirely on practical tools for coping with chronic stress, communicating authentically, and regulating emotional overload.

Initiatives like this are critically important for Ukraine. Because people are living continuously under wartime conditions and encountering profoundly traumatic experiences every day, burnout among Ukrainian professionals has reached critically high levels.

Among the nine Ukrainian professionals who completed the training were psychologists and educators from the Volunteer Association PORUCH Charitable Foundation. These professionals work directly at the epicenter of events—in bomb shelters, temporary shelters, and humanitarian hubs. While helping others, they themselves continue to experience shelling, loss, and ongoing anxiety. Under these conditions, the methods they learned from their American colleagues will help the team support those they serve more effectively while also preserving their own psychological and emotional well-being.

To make this experience sustainable and accessible to a broader group of professionals, the partnership was designed using a Train-the-Trainer model. This enables Ukrainian professionals to independently share the practices they have learned and strengthen resilience within their communities without requiring the continued involvement of outside experts.

“Professionals who support people affected by the war every day burn out quickly. And it is impossible to help others when you are emotionally depleted yourself,” said Rusana Sharlai, co-founder of the Volunteer Association PORUCH Charitable Foundation. “Our collaboration with our American colleagues gave us more than knowledge—it also gave us a space for restoration. Through the program, we learned how to care for our own well-being. This is essential if we are to provide high-quality, long-term support to people who need it. We are now expanding this experience: in the near future, the newly trained coaches will begin offering resilience training to the first 60 participants, and that number will continue to grow.”

The knowledge gained has not remained only within the group of certified participants. Those who completed the training immediately began incorporating the new methods into their work and sharing them with colleagues. As a result, practices for strengthening resilience, regulating emotions, and supporting mental well-being have now been integrated into the work of all the foundation's professionals serving children, adults, and older people. The professionals

themselves report that these tools help them better understand their own reactions and more effectively support people who have experienced trauma.

“This training became an important personal experience for me,” said program participant Kristina Holovchenko. “Over the course of six months, we learned to understand our own reactions more deeply, listen to others, and create safe interactions. I can feel how my relationship with myself and those around me has changed, and the tools I gained are already helping me work more effectively with children, adolescents, and families who have experienced the consequences of war.”

The American partners emphasize that the initiative’s primary goal was to strengthen local leadership because Ukrainians best understand the context in which the people they serve are living.

“The goal of this partnership was never to bring ready-made answers from outside,” said Meri McCoy-Thompson, Executive Director of Dovetail Learning. “We wanted to stand alongside the people already doing extraordinarily courageous work every day and offer practical tools that support their own well-being and strengthen their capacity to help others.”

The implementation of these new resilience-building approaches through educational, psychological, and social programs will reach Kyiv, Cherkasy, and Chyhyryn, as well as frontline cities including Kramatorsk, Izium, Pavlohrad, and Kherson. In these communities, the new methods will be integrated into existing projects serving displaced people and local residents. The certified Ukrainian professionals are already developing a network of training programs that will create a sustainable, active system of psychological self-support within communities—one that does not depend on outside experts.

Dovetail Learning is a nonprofit organization specializing in social-emotional learning and strengthening resilience among adults, young people, and children. Through training, coaching, books, and practical tools, Dovetail Learning helps people develop the emotional, communication, and interpersonal skills needed to manage stress and build successful, thriving communities.

The Volunteer Association PORUCH Charitable Foundation is a Ukrainian charitable organization that provides comprehensive support to internally displaced people and others affected by the war. The organization offers integration projects, community activities, and psychosocial programs for children, adolescents, adults, and older people, helping them adapt, regain a sense of stability, and thrive in new communities. Today, the foundation serves as a community of support that helps internally displaced people adjust to new surroundings, find stability, build relationships, and feel part of an active and connected community.

26.06.2026 Translated Jul 20, 2026 From

<https://www.prostir.ua/?news=u-ssha-pidhotuvaly-ukrajinskyh-treneriv-iz-rozvytku-zhyttjestijkosti-dlya-roboty-v-hromadah>

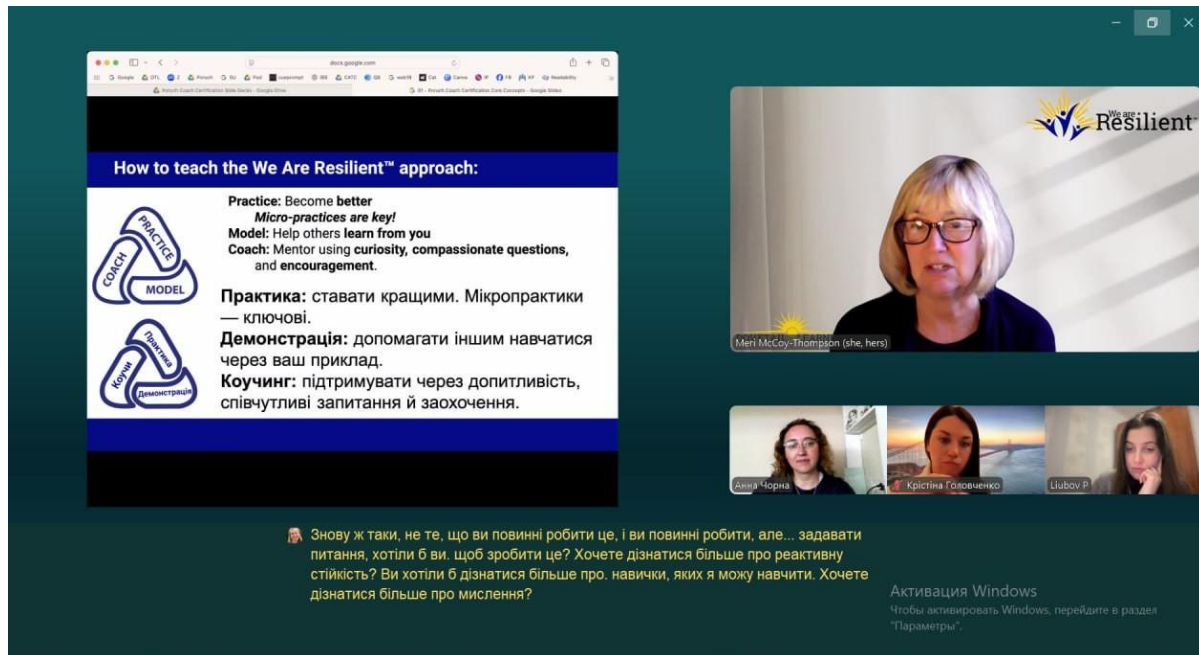
У США підготували українських тренерів із розвитку життєстійкості для роботи в громадах

Українські спеціалісти пройшли унікальну шестимісячну програму від американської неприбуткової організації Dovetail Learning, спрямовану на розвиток життєстійкості та емоційного благополуччя. ...

Додано:
Skoropalova



Українські спеціалісти пройшли унікальну шестимісячну програму від американської неприбуткової організації Dovetail Learning, спрямовану на розвиток життєстійкості та емоційного благополуччя. Навчання проходило за передовим підходом We Are Resilient™ і було повністю сфокусоване на практичних інструментах протидії хронічному стресу, автентичній комунікації та регулюванні емоційного перевантаження.



Для України подібні ініціативи є надважливими. Через постійне життя в умовах війни та щоденне зіткнення з важким травматичним досвідом людей рівень вигорання серед вітчизняних спеціалістів сьогодні є критично високим.

Серед дев'яти українських спеціалістів, які пройшли навчання, — психологи та викладачі БФ «Волонтерська спілка ПОРУЧ». Ці фахівці працюють безпосередньо в епіцентрі подій: у бомбосховищах, шелтерах і гуманітарних хабах. Допомагаючи іншим, вони самі залишаються під впливом обстрілів, втрат і тривог. За таких умов отримані американські методики допоможуть команді ефективно підтримувати підопічних і водночас зберігати власний психологічний ресурс.

Щоб зробити цей досвід довгостроковим і доступним для ширшого кола фахівців, партнерство було побудоване за моделлю Train-the-Trainer («навчання тренерів»), яка дозволяє українським спеціалістам самостійно поширювати набуті практики та посилювати стійкість громад без постійного залучення зовнішніх експертів.

«Фахівці, які щодня підтримують людей, що постраждали від війни, швидко вигорають. А допомагати іншим, коли ти сам емоційно виснажений, неможливо, — зазначає Русана Шарлай, співзасновниця БФ "Волонтерська спілка ПОРУЧ". — Співпраця з американськими колегами дала нам не просто знання, а простір для відновлення. Завдяки програмі ми навчилися dbати про власний ресурс — це ключова умова, за якої ми можемо якісно й довгостроково підтримувати людей,

які цього потребують. Тепер ми масштабуємо цей досвід: найближчим часом підготовлені тренери розпочнуть тренінги з резильєнтності для перших 60 учасників, і надалі ця кількість лише зростатиме».

Отримані знання не залишилися лише в межах групи сертифікованих учасників. Фахівці, які пройшли навчання, відразу почали впроваджувати нові методики у свою роботу та ділитися ними з колегами. Завдяки цьому практики розвитку життєстійкості, емоційної саморегуляції та підтримки психічного добробуту сьогодні інтегровані в роботу всіх спеціалістів фонду, які працюють із дітьми, дорослими та людьми старшого віку. Самі фахівці відзначають, що ці інструменти допомагають їм краще розуміти власні реакції та ефективніше підтримувати людей, які пережили травматичний досвід.



«Це навчання стало важливим особистим досвідом, — ділиться враженнями учасниця програми Крістіна Головченко. — Протягом шести місяців ми вчилися краще розуміти власні реакції, чути інших та будувати безпечну взаємодію. Я відчуваю, як змінилося моє ставлення до себе й оточення, а отримані інструменти вже сьогодні допомагають мені ефективніше працювати з дітьми, підлітками та родинами, які пережили наслідки війни».

Американська сторона наголошує, що головною метою ініціативи було посилення саме місцевого лідерства, адже українці найкраще розуміють контекст, у якому перебувають їхні підопічні.

«Метою цього партнерства ніколи не було принести готові відповіді ззовні, — зазначає Мері Маккой-Томпсон, виконавча директорка Dovetail Learning. — Ми хотіли бути поруч із людьми, які вже щодня здійснюють надзвичайно сміливу роботу, та запропонувати практичні інструменти, що підтримують їхній власний добробут і посилюють їхню здатність допомагати іншим».

Впровадження нових підходів до розвитку резильєнтності через освітні, психологічні та соціальні програми охопить Київ, Черкаси та Чигирин, а також прифронтові міста — Краматорськ, Ізюм, Павлоград та Херсон. Саме в цих громадах нові методики інтегрують у поточні проєкти для переселенців та місцевих мешканців. Для цього сертифіковані українські спеціалісти вже розгортають мережу тренінгів, що дозволить зробити систему психологічної самопомоги всередині громад сталою, живою та незалежною від зовнішніх експертів.

Dovetail Learning — неприбуткова організація, яка спеціалізується на соціально-емоційному навчанні та зміцненні психологічної стійкості (резильєнтності) дорослих, молоді й дітей. Завдяки тренінгам, коучингу, книгам та практичним інструментам вона допомагає розвивати емоційні, комунікаційні та міжособистісні навички, які є необхідними для подолання стресу й розбудови успішних і благополучних громад.

Ф «Волонтерська Спілка ПОРУЧ» — українська благодійна організація, що надає комплексну підтримку внутрішньо переміщеним особам та людям, які постраждали від війни. Спілка втілює інтеграційні проєкти, соціальні заходи та психосоціальні програми для дітей, підлітків, дорослих і людей похилого віку,

допомагаючи їм адаптуватися, відновлювати опору та повноцінно розвиватися в нових громадах. Сьогодні фонд працює як спільнота підтримки, що допомагає ВПО адаптуватися в нових громадах, знаходити опору, налагоджувати зв'язки та відчувати себе частиною активного й згуртованого середовища.

Тематика публікації: [Регіональний розвиток](#) [Україна](#)