

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ

НУБІП України

Гуманітарно-педагогічний факультет

УДК: 364-786:364.4-053.2

НУБІП України

ПОГОДЖЕНО

ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО ЗАХИСТУ

Декан гуманітарно-педагогічного факультету

Завідувач кафедри соціальної роботи та реабілітації

Інна САВИЦЬКА

Ірина СОПІВНИК

« » 2023 р.

« » 2023 р.

НУБІП України

МАГІСТЕРСЬКА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

НУБІП України

Спеціальність

231 «Соціальна робота»

Освітня програма

«Соціально-психологічна реабілітація»

Орієнтація освітньої програми

освітньо-професійна

НУБІП України

Гарант освітньої програми

доктор педагогічних наук, доцент
(науковий ступінь та вчене звання)

Ірина СОПІВНИК
(підпис) (ПІБ)

НУБІП України

Керівник магістерської кваліфікаційної роботи

доктор педагогічних наук, професор
(науковий ступінь та вчене звання)

Ніна ТВЕРЕЗОВСЬКА
(підпис) (ПІБ)

Виконав

Анатолій ФЕДОРЕНКО
(підпис) (ПІБ студента)

НУБІП України

КІЇВ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП
Розділ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

3
5

1.1. Ступінь розробленості проблеми у соціально-філософській та психолого-педагогічній науковій літературі

5

1.2. Проблеми та потреби внутрішньо переміщених осіб

.....17

Висновки до першого розділу
Розділ 2. ДІАГНОСТИКА РІВНІВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В ЦЕНТРАХ СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ

28

2.1. Організаційно-методичне обґрунтування програми дослідно-експериментальної роботи

.....29

2.2. Діагностика рівнів соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в Голосівському центрі соціальних служб

.....41

Висновки до другого розділу

51

Розділ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ЦЕНТРУ СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ

52

Висновки до третього розділу

3.1. Обґрунтування та реалізація програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб

НУБІП України

....52

3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи

НУБІП України

Висновки до третього розділу.....65

ВИСНОВКИ

НУБІП України

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....69

ДОДАТКИ.....

НУБІП України

НУБІП України

НУБІП України

НУБІП України

ВСТУП

Україна сьогодні переживає черговий кризовий період, пов'язаний з багатьма чинниками. Найбільш руйнуючою обставиною є збройний конфлікт на сході нашої держави. Конфлікт, який розділив не тільки політиків та громадянське суспільство, а й сім'ї та особистості.

Певну кризу переживає і професійне середовище педагогів, психологів, соціальних працівників. Суть цієї кризи полягає у відсутності або недосконалої наявних методик роботи з сім'ями та дітьми, які постраждали від збройного конфлікту, в тому числі внутрішньо переміщеними особами.

Зазначені вище причини, через які діти і дорослі потрапляють у складні життєві обставини, є відносно новими, тому на рівні держави піднімаються питання про вирішення соціальних, психологічних та інших проблем внутрішньо переміщених осіб.

Проблема соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців вивчається як зарубіжними так і вітчизняними дослідниками. Дослідження проблем вимушених переселенців та можливі шляхи їх вирішення відбуваються в різних галузях наукових знань – соціології, демографії, філософії, культурології, політології та, чи не найбільше, в психології

(О. Блинова, Ф. Василюк, Н. Лебедева, К. Оберг, Ю. Платонов, Н. Палагіна, Г. Солдатова, Т. Стефаненко, В. Хесле, Л. Шайгерова, О. Шлягіна).

Так, взаємозв'язок психологічного благополуччя та успішності адаптації мігрантів, розглядала О. Блинова; В. Серета, О. Міхеєва досліджують мотиви, що спонукали до переміщення людей, серед яких або нестерпні умови проживання, або пряма загроза життю для переселенців зі сходу країни; коло зору інтересів М. Колодій – ставлення приймаючої громади до переселенців; роботи Т. Титаренко пов'язані з соціально-психологічною профілактикою порушень адаптації тощо.

Проте, питання соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в науковій літературі висвітлено фрагментарно. Все

вищезазначене вказує на те, що обрана тема дослідження є надзвичайно важливою в сучасному суспільстві.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності програми соціально-психологічної адаптації в внутрішньо переміщених осіб.

Досягнення поставленої мети вимагає рішення наступних **завдань**:

1. Узагальнити теоретичний матеріал з проблеми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб у науковій літературі.

2. Підібрати відповідний діагностичний інструментарій та провести діагностику соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

3. Теоретично обґрунтувати, реалізувати та перевірити ефективність програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб.

4. Розробити практичні рекомендації для реалізації програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб.

Об'єкт дослідження – соціально-психологічна адаптація осіб.

Предмет дослідження – програма соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб.

Для розв'язання поставлених завдань, досягнення мети використано комплекс **методів** наукового дослідження:

- теоретичні методи: аналіз літератури для визначення структурованого опису змісту поняття «соціально-психологічна адаптація», «соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб», порівняння та систематизації виокремлених компонентів соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб; аналіз, синтез, узагальнення під час розроблення авторської програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в центрі соціальних служб.

- емпіричні методи: діагностичний комплекс для вивчення стану тривожності внутрішньо переміщених осіб; експерименти – констатувальний, який дав змогу здійснити діагностику рівнів тривожності внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб; формувальний і контрольно-аналітичний, завдяки чому відстежено динаміку та перевірено ефективність впливу розробленої авторської програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб;

- математико-статистичні – описова статистика, кореляційний аналіз, обробка емпіричних даних, що застосовані для доведення достовірності й ефективності результатів педагогічного експерименту.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота на констатувальному, формувальному та контрольно-аналітичному етапах дослідження виконувалася на базі Голосіївського центру соціальних служб м. Києва.

Вибірку склали 35 внутрішньо переміщених осіб.

Наукова новизна дослідження полягає у доповненні теорії соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб; розробці програми соціально-психологічної внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб.

Практичне значення одержаних результатів передбачає, що реалізація розробленої програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб дасть змогу подолати їхні психологічні бар'єри і сприятиме відновленню психоемоційного стану, позитивній комунікації і соціалізації.

Структура магістерської роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, додатків на 15 сторінках, списку використаних джерел 46 найменувань, з них 4 – іноземними мовами,). Повний обсяг роботи становить 93 сторінки, основного тексту – 73 сторінки. Робота містить 5 таблиць, 4 рисунки на 73 сторінках основного тексту.

Розділ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

1.1. Ступінь розробленості проблеми у соціально-філософській та психолого-педагогічній науковій літературі

Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб є надзвичайно важливим питанням для українського суспільства. Станом на березень 2023 року в країні зареєстровано понад 5 млн внутрішньо переміщених осіб, всі ці люди мають відновлювати звичне життя в нових умовах і проходити складний процес адаптації. Щоб інтеграція людей у громади відбувалася успішно, ці проблеми потребують особливої уваги, регулярного обговорення та розробки ефективних інструментів на державному та локальному рівнях.

Юридичного визначення соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб чи розмежування адаптації від інтеграції не існує, а її критерії різні експерти окреслюють доволі різноманітно. Наприклад, у дослідженнях Міжнародної організації з міграції (МОМ) зазвичай зазначається, що соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб – це процес адаптації людей, які були змушені покинути своє місце проживання через конфлікти, насильство, природні катастрофи чи за інших подібних причин, до нового соціального та культурного середовища [38].

В Україні всі питання щодо внутрішньо переміщених осіб розглядаються як представниками влади, так і політиками, міжнародними організаціями, а також багатьма вітчизняними науковцями, що поряд з масштабами, певними викликами та потребами внутрішньо переміщених осіб досліджують потенціал таких осіб в рамках модернізації, економічного розвитку країни та їх соціально-психологічної адаптації. Зокрема, дані питання висвітлені такими вченими як: М. Бачинська, Т. Бондар, О. Василенко, Т. Доронюк, Ю. Корнев, М. Малиха, М. Сірант, Т. Старинська.

Теоретико-методичну базу вирішення даної проблеми склали наукові праці:

Ю. Арутюнян, В. Грищенко, О. Зайцева, А. Капська, Ю. Моргун, О. Малиновська, О. Піскун, А. Шацька, Л. Шестак. Дослідження питань щодо соціально-психологічної адаптації здійснювали: Т. Андреева, Н. Завацька, Т. Кабаченко, В. Кислий, І. Кон, Н. Мазіна, О. Макарова, О. Сафін, Г. Циганенко, М. Ярошевський. Реадаптацію ВПО досліджували: О. Буковська, О. Друзь, В. Князевич, Л. Кудрик, І. Лубківський, М. Мушкевич, А. Чапигін та інші.

Теоретичні засади тлумачення категорії «внутрішньо переміщених осіб» вивчалось багатьма науковцями.

Згідно Закону України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» № 1706-VII від 20.10.2014 [9], внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, який постійно проживає в Україні, якого

змусили або який самостійно покинув своє місце проживання в результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру. Зазначені обставини вважаються загальновідомими і такими, що не потребують доведення, якщо інформація про них міститься в офіційних звітах

(повідомленнях) Верховного Комісара Організації Об'єднаних Націй з прав людини, Організації з безпеки та співробітництва в Європі, Міжнародного Комітету Червоного Хреста і Червоного Півмісяця, Уповноваженого

Верховної Ради України з прав людини, розміщених на веб-сайтах зазначених організацій, або якщо щодо таких обставин уповноваженими державними органами прийнято відповідні рішення [9, с. 1]. Ця примітка є важливою для надання соціальних послуг внутрішньо переміщеним особам без додаткових довідок, які витрачають час і обмежують екстрену допомогу.

Українській дослідник М. Ніколайчук стверджує, що «внутрішньо переміщені особи – це цільова специфічна група, яка характеризується різнорідними ознаками, детермінована специфічними потребами».

характеристиками особистості та впливами навколишнього середовища» [50, с. 135].

Г. Гудвін-Гілл вважає внутрішньо переміщених осіб, особами, котрі вимушені нагально втікати зі своїх помешкань у величезних кількостях у наслідку збройного конфлікту, в країні внутрішньої ворожнечі, постійних порушеннях прав людини чи виникнення стихійних лих однак знаходяться на території своєї країни. Автор в деякій мірі отожднює поняття «внутрішньо переміщена особа» та «переселенець», та наголошує, що внутрішньо переміщена особи – це фактично особи, які потрапляють під визначення «вимушені переселенці», однак вони, покинувши місце свого звичайного життя, залишаються в країні до якої вони мають громадянську приналежність та мають право послуговуватися її захистом [8, с. 112].

Внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусли залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [28].

За статистикою Міжнародної організації з міграції (МОМ), кількість осіб, які станом на середину травня вважаються внутрішньо переміщеними особами (ВПО), становить приблизно 7,1 млн [4]. Значна частина цих осіб потребує допомоги на новому місці проживання, зокрема, потребує соціально-психологічної реабілітації, матеріальної допомоги та допомоги з працевлаштуванням.

Питання підтримки внутрішньо переміщених осіб розглядається в працях багатьох науковців розпочинаючи з 2014 року з моменту анексії Автономної Республіки Крим та окупації частини Донецької та Луганської областей. Наприклад О. Чуйко [45] розглядає питання соціальної реабілітації зокрема і внутрішньо переміщених осіб та зазначає що соціальна реабілітація

має багатоаспектний характер та включає в себе 3 основні компоненти: доступність середовища, соціальний контекст реабілітаційного процесу (соціальне прийняття, відповідність або адаптація до світогляду та цінностей

громади та доступність середовища) і підбір відповідних методів (кризове втручання, соціальний супровід, державні та місцеві програми підтримки), що

в сумі дозволить зробити процес системно-структурованою технологією і сферою практики. Схожої думки притримується і Ю. Несоцька [27], яка розглядає соціальну реабілітацію та соціальну адаптацію внутрішньо

переміщених осіб. У роботі дослідниці визначено поняття першої

психологічної допомоги, яка є необхідним етапом для подолання посттравматичних стресових розладів та інших розладів, а також є складовою реабілітаційного процесу. Окрім того описано рекомендації для надання

соціальних послуг внутрішньо переміщених осіб, які сприятимуть соціальній

реабілітації та соціальній адаптації. Т. Кузьмич [15] розглядає соціальну

адаптацію внутрішньо переміщених сімей з дітьми та зазначає, що результати дослідження стану адаптації внутрішньо переміщених осіб в Україні показали,

що першочерговими потребами цієї категорії є: фінансова, гуманітарна,

житлова та медична допомога. Усі потреби відповідають економічним

потребам уразливої групи.

Важливу роль в успішній адаптації відіграє соціальне самопочуття людини в колективі можливість отримання кваліфікованої допомоги та працевлаштування.

Окрім соціальної адаптації розглядається не менш важливий

компонент а саме психологічна адаптація. Наприклад Ю. Гундертайло [7]

розглядає питання особливостей психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам у сучасних реаліях та зазначає, що вже на етапі

планування роботи з психологічної підтримки внутрішньо переміщеним

особам слід чітко окреслювати цілі такої діяльності, зосереджуючись на соціально-психологічній інтеграції у місцеву громаду та виявленні й реалізації

людського потенціалу внутрішньо переміщених осіб, адже значна частина цих залишиться в регіоні на значний проміжок часу або і на завжди.

Серед основних напрямків роботи дослідниця виділяє: психологічне опрацювання досвіду, зосередження уваги на підтримці ініціатив жінок та дітей.

До основних критеріїв роботи психолога з внутрішньо переміщеними особами нею віднесено: відповідну кваліфікацію психолога (з метою уникнення повторної травматизації), не медикалізувати (намагатися вирішити проблеми, в першу чергу, психологічними засобами), не інвалідизувати (не брати на себе всю відповідальність за клієнта), не принижувати значимість переживань та ін.

В. Соловйова [37] в своєму дослідженні «Пошук шляхів надання спеціалізованої психологічної допомоги дітям ВПО через систему перенаправлення» зазначає про необхідність у ефективній міжсекторальній та міжвідомчій взаємодії із спеціалістами відповідних служб у забезпеченні повноцінного психологічного і соціального розвитку особистості, та створення алгоритму переправлення до відповідних організацій, які надають спеціалізовані психологічні та психотерапевтичні послуги.

Серед основних шляхів вирішення проблеми автором визначено:

створення низки центрів психологічної та психотерапевтичної допомоги, створення центрів комплексної психолого-соціальної реабілітації дітей та мобільних груп реабілітологів.

Б. Плєскач, В. Уркаєв [43] розглядали комплексне питання соціально-психологічних аспектів психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам. У дослідженні авторами зазначено, що процеси ідентифікації «клієнт – психотерапевт» сприяють розвитку у внутрішньо переміщених осіб української ідентичності. Показано, що психотерапевтичні стосунки позитивно впливають на адаптацію внутрішньо переміщених осіб.

Так, особи з ідентифікацією «клієнт – психотерапевт» більш довірливо сприймають представників українського населення, більш схильні до соціокультурної стратегії «асиміляція», виявляють готовність приєднатись до

українського соціуму. Виявлено, що соціокультурні атитюди стосовно «типового українця» впливають на соціокультурну адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Р. Наджафгулієв, у своїй науковій роботі «Адміністративно-правовий статус біженців і вимушених переселенців в Азербайджанській Республіці» розуміє поняття «внутрішньо переміщеної особи», особу, яка однозначно має громадянство своєї держави, однак вимушена залишити місце звичного проживання і переселитися в більш безпечне місце в наслідок військової агресії, або стихійного чи техногенного лиха [23, с. 54].

Автор відносить до основних причин, що змусили внутрішньо переміщених осіб мігрувати, наступні: військову агресію, стихійні або техногенні лиха.

В свою чергу М. Сірант вказує, що переміщені всередині країни особи, виступають людьми чи групами людей, котрі мали вимушено залишити свої домівки, щоб мати змогу врятуватися від різних збройних конфліктів, прояву різного роду насильства чи масових недотримань прав людини [35, с. 157].

Також автор наголошує, що головними чинниками внутрішнього переселення постають збройні конфлікти, прояви різного роду насильства та масові недотримання прав людини.

М. Малиха у своїй науковій публікації «До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика» характеризує внутрішньо переміщених осіб, як громадян своєї держави, які через воєнні дії та ті наслідки від них, змушені виїхати з постійного місця проживання щоб таким чином певною мірою почуватися у безпеці та не переминаючи державний кордон своєї країни [18, с. 8].

Виходячи з аналізу вищенаведених понять, можна дійти висновку, що основною та найбільш поширеною причиною внутрішньої міграції є конфлікт із застосуванням зброї або військового потенціалу країни.

Розглянемо тлумачення термінів-понять «адаптація», «соціально-психологічна адаптація» в наукових джерелах.

На сьогодні відомі два теоретико-методологічні підходи, щодо вивчення адаптації внутрішньо переміщених осіб: соціокультурний (психологічний) і ресурсний (економічний).

Перший розглядає адаптацію як подолання певного шоку від трансформації звичайного культурного оточення та необхідність прилаштування до депо іншої культури, підбравши манеру співжиття ідентичності внутрішньо переміщених осіб з ідентичністю оточуючих їх груп.

Другий трактує адаптацію як певне пристосування до втрати великої кількості ресурсів, які були у внутрішньо переміщених осіб до переселення, та отримання доступу до тих ресурсів які є на новому місці проживання.

Загалом виділяють такі параметри адаптації внутрішньо переміщених осіб:

- в соціально-культурному (психологічному) підході це подолання отриманого психологічного стресу через переміщення на нове місце проживання;

- в ресурсному підході це оволодіння інформацією необхідною для забезпечення «життєдіяльності» (умов проживання, продуктів харчування, соціальних виплат, медичні заклади, заклади освіти, транспорт тощо).

Таким чином, можна стверджувати, що адаптація внутрішньо переміщених осіб має комплексний характер, який об'єднує однозначно декілька сфер, що досліджуються багатьма науками, починаючи від психології, медицини, антропології, соціології, економіки тощо. Відомі два теоретико-методологічні підходи, щодо визначення адаптації внутрішньо переміщених осіб: соціокультурний (психологічний) та ресурсний (економічний) [5].

Мета нашого дослідження потребує окреслити межі поняття «соціально-психологічна адаптація», оскільки наукові праці, що стосуються цієї проблеми, є досить численними. Серед основних наукових підходів слід відзначити теоретичні та експериментальні дослідження неіхінної психологічної та соціально-психологічної адаптації Р. Балла, Ф. Березіна, М.

Корольчука, О. Маклакова, А. Налчаджяна; праці з вивчення адаптації в умовах суспільних трансформацій / А. Брушліньського, Є. Головахи, О. Донченко, О. Лактіонова, В. Моргуна, Л. Орбан-Лембрик, Н. Панінці, Т. Титаренко та ін.

Практично всі основні психологічні школи внесли свій вклад в дослідження цього феномену. Умовно підходи психологів до проблеми адаптації можна поділити на три напрями: психоаналітичний (З. Фрейд, Е. Еріксон та ін.), гуманістичний (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт) та когнітивний підходи (Ж. Піаже, Л. Фестінгер).

Психологічну адаптацію розуміємо як «процес встановлення оптимальної відповідності особистості і навколишнього середовища в ході здійснення властивої людині діяльності, що дозволяє індивідуумові задовольняти актуальні потреби і реалізовувати зв'язані з ними значущі цілі (при збереженні психічного і фізичного здоров'я), забезпечуючи водночас відповідність психічної діяльності людини її поведінки вимогам середовища».

А. Налчаджян вказує на те, що соціальна адаптація розуміється подвійно. З одного боку, як постійний процес пристосування особистості до існуючих суспільних відносин, норм, зразків, традицій суспільства, в якому живе та діє людина. З іншого боку, соціальна адаптація – результат такого процесу [7]. Причому обидві сторони (людина і середовище) є активними.

Соціальна адаптація розглядається в наукових джерелах в єдності цих двох протилежних явищ, які забезпечують активне функціонування особистості в оточуючому середовищі. Якщо в процесі взаємодії з оточуючим світом людина зіштовхується з інформацією, яка суперечить наявним в неї установкам, то виникає стан дискомфорту (когнітивного дисонансу), який, в свою чергу, мобілізує особистість до пошуку пристосувальних реакцій. Вони можуть бути такими: знаходження особистістю пояснень, які виправдовують наявне протиріччя; свідомо фільтрація інформації; самозмінна особистістю власних установок.

Процес входження людини в інше соціокультурне середовище, набуття тих чи інших форм іншої культури, розглядається як процес акультурації (acculturation – англ. неологізм від лат. ad – к.; i cultura –

оброблення). Л. Орбан-Лембрик вказує на те, що у західних дослідженнях акультурації (М. Вілсон, А. Лессер, Р. Лінтон, Р. Лоун, М. Мід, Л. Спайер, Р.

Редфілд, М. Херскович) склалися три основних теоретичних і емпіричних підходи в проведенні науково-дослідної роботи в цій галузі:

– з урахуванням стресу та його подолання (підхід, пов'язаний із психологічними моделями стресу, застосовується для вивчення переміщення в іншу культуру та адаптації до неї);

– з погляду культурного навчання (головна увага приділяється соціальній психології міжкультурних контактів і процесам, які пов'язані із засвоєнням культурно-специфічних навичок, необхідних для того, щоб вижити й досягти успіху в новому оточенні);

– з точки зору соціальної ідентифікації (основна увага зосереджується на сприйманні себе та оточення, охоплюючи оброблення інформації про власну та інші групи) [8, с.409].

Крім того, Л. Орбан-Лембрик підкреслює, що соціально-психологічну адаптацію логічно пов'язати зі станом соціального напруження або «соціального стресу» та розглядати соціальну дезадаптацію в контексті вчення про стрес, механізми його виникнення і подолання [19, с.176].

О. Донченко зазначає, що «будь-який процес адаптації починається з виникнення внутрішнього конфлікту – або у суспільстві, або у соціальній групі, або в особистості. Будь-який внутрішній конфлікт – це стан емоційно-когнітивного дисонансу, оскільки будь-яка невідповідність або суперечливість когнітивних елементів свідомості (переконань, думок, соціальних установок та ін.) призводить до виникнення емоцій» [1, с.158-159].

Тривалість міжкультурної адаптації визначається багатьма чинниками, які можна розділити на індивідуальні і групові.

До чинників першого типу (індивідуальних) належать:

1. Індивідуальні відмінності – демографічні і особистісні. На процес адаптації впливає вік, швидко і успішно адаптуються маленькі діти, вже для школярів цей процес часто виявляється складним, оскільки вони повинні бути схожими на своїх однолітків – зовнішнім виглядом, мовою, манерами тощо.

Найбільш складно адаптуються люди похилого віку, на це зауважують психотерапевти і лікарі, вважаючи, що для них «немає необхідності обов'язково засвоювати чужу культуру і мову, якщо у них немає внутрішньої потреби у цьому» [13, с.137].

Освіта також впливає на успішність процесу адаптації: чим вона вища, тим у меншій мірі проявляються симптоми культурного шоку. В цілому, можна вважати доведеним, що успішніше адаптуються молоді, високоінтелектуальні і високоосвічені люди [4].

2. Серед особистісних характеристик, які впливають на успішність адаптації можна виокремити, наприклад:

– когнітивна складність – когнітивно складні індивіди встановлюють більш коротку дистанцію між собою і представниками приймаючої спільноти;

– тенденція використовувати при категоризації більш великі категорії – індивіди, що мають цю властивість, краще адаптуються до нового оточення, чим ті, хто більш детально категоризує навколишній світ;

– низькі оцінки за тестом авторитаризму, оскільки встановлено, що авторитарні, ригідні, нетолерантні до невизначеності індивіди менш ефективно засвоюють нові соціальні норми, цінності і мову. Тобто для життя

в іншій культурі найбільш придатною буде людина з таким набором якостей:

професійна компетентність, висока самооцінка, комунікативність, екстраверсія, перевага в системі цінностей загальнолюдських цінностей, відкритість до різних поглядів, зацікавленість оточуючими людьми, в регулюванні конфліктів – застосування стратегії співробітництва [11].

3. Життєвий досвід індивіда. Важливе значення має готовність мігрантів до змін, тобто мотивація адаптації. Доведено, що більша готовність до змін характерна для добровільних переселенців, які прагнуть до того, щоб бути

включеними в ту ж групу, вони готові долати різні труднощі і пристосовуватися до нового середовища. Процес адаптації вимушених мігрантів є менш успішним із-за недостатньої мотивації. Важливим чинником

процесу адаптації є встановлення дружніх відносин з місцевими жителями, через яких можна пізнати неписані правила поведінки в новій культурі,

отримати більше інформації щодо свого поведіння. Крім того, друзі серед місцевого населення виконують функцію соціальної підтримки.

До групових чинників, перш за все, належать характеристики взаємодіючих культур:

1. Міра схожості або відмінності між культурами. Результати багатьох досліджень свідчать, що міра вираженості культурного шоку позитивно корелює з культурною дистанцією. Т. Татаренко зауважує, що чим більшою мірою культура є схожою на рідну культуру, тим менш травматичним буде процес адаптації [39].

2. Особливості культури, до якої належать мігранти. У нашому дослідженні ми плануємо дослідити, яким чином сприйняття вимушеними переселенцями зі Сходу України економічного та соціально-політичного стану сучасного українського суспільства впливає на успішність пристосування у країні працевлаштування.

3. Особливості місця перебування, перш за все, спосіб, за допомогою якого впливають на вимушених мігрантів – чи прагнуть до їх інтеграції, чи толерантні до культурної різноманітності. Психологічний напрямок процесу адаптації зосереджений не тільки на вивченні складностей процесу адаптації в інокультурному середовищі, але й на практичних проблемах пошуку успішних стратегій адаптації (акультурації) мігрантів в нових життєвих умовах.

Отже, досить важливим можна вважати розмежування понять, що визначають кінцеві результати акультурації: соціокультурна адаптація і

психологічна адаптація. Психологічна адаптація відноситься до сукупності внутрішніх психологічних наслідків (почуття особистої або культурної ідентичності, гарне психологічне здоров'я, досягнення психологічної

задоволеності в новому культурному контексті). Соціокультурна адаптація відноситься до сукупності зовнішніх поведінкових наслідків зв'язку індивідів з їх новим середовищем, їх здатності вирішувати щоденні соціально-культурні проблеми (в родині, у побуті, на роботі і в школі).

Можна припустити, що при успішному завершенні адаптації людина досягає відповідності (сумісності) з новим середовищем, приймаючи його цінності, традиції, норми і стандарти поведінки, тобто інтерналізуючи їх.

Розроблена і використовується також категорія «інкультурація», що означає процес «вростання» індивіда чи соціальної групи в іншу культуру, засвоєння її атрибутів, тобто інкультурацію правомірно розглядати як контекст адаптивних процесів.

Дисонанс соціальних запитів і фактичних можливостей мігрантів, що опинилися в «іншому» соціокультурному середовищі, закономірно викликає їх активне прагнення до вирішення проблем, до досягнення комфортного існування та самореалізації, що і спонукає до початку адаптації.

Функції соціокультурної адаптації виокремлено, зокрема, у дослідженні М. Южаніна: праксіологічна (передбачає творче перетворення мігранта і адаптивного середовища в їх взаємодії), комунікативна, аксіологічна (ціннісноорієнтаційна), нормативно-регулятивна [1].

Також можна виділити соціалізаційну функцію (оскільки соціокультурна адаптація фактично трансформується в ресоціалізацію, здатна привести до засвоєння нових атрибутів культури, нових соціальних ролей і поведінкового репертуару), психокорекційну функцію (подолання психологічного дискомфорту в новому середовищі, досягнення позитивного психоемоційного стану мігрантів), соціально-перцептивну функцію (формування образів сприйняття іноетнічного оточення і самовідчуття в іншій культурі), функцію соціальної мобільності (забезпечення тією чи іншою мірою просування мігрантів в системі соціальної стратифікації, набуття ними певного соціального статусу в новому середовищі) [1].

Таким чином, найбільш вдалою стратегією та водночас метою соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб є інтеграція, під якою розуміється такий принцип сумісності, коли різні групи зберігають свої культурні індивідуальності, хоча у той же час поєднуються в єдине суспільство на інших, більш значущих засадах. В психологічному плані – це найбільш позитивний вид культурної взаємодії, в якому члени культурних груп повністю долають труднощі прийняття іншого способу життя, іншої картини світу і навіть знаходять позитивні моменти у такому співіснуванні.

1.2. Проблеми та потреби внутрішньо переміщених осіб

Причинами масового внутрішнього переміщення осіб в Україні є прагнення жити в безпеці, виїхати з-під обстрілів, неможливість жити на території, на якій відсутні умови для виховання, розвитку і догляду за дітьми, життя і роботи дорослих (відсутність продуктів харчування, води, світла, ліків, освіти, транспорту, втрата житла тощо). Багато домівок є розбомбленими і зруйнованими, що унеможливує повернення туди переселенців навіть після закінчення військового конфлікту. Переселенці з Криму виїжджають переважно з причин побоювання переслідувань з приводу громадської та журналістської діяльності тощо. Згідно з даними на 10 липня 2015 р., кількість внутрішньо переміщених осіб в Україні склало 1 млн 382 тис. 321 осіб (повідомлення Організації О'єднаних Націй на своїй сторінці в Twitter).

Згідно з даними Міністерства соціальної політики України, в Україні було зареєстровано 1 млн 341 тис. переселенців 15 червня, 19 червня в ООН заявили, що Україна займає 9 місце у світі за кількістю внутрішньо переміщених осіб [23]. На 6 лютого таких осіб вже зареєстровано 1 млн 640 тис. 335 осіб, з яких 1 млн 148 тис. 930 сімей звернулися за отриманням соціальної допомоги для оплати оренди житла, і 1 млн 061 тис. 504 сім'ям така допомога була призначена.

Отже, проблема внутрішньо переміщених осіб, їх соціально-психологічної адаптації, захисту і відновлення прав набула в нашій країні масового характеру і світового масштабу. Тобто більша частина внутрішньо переміщених осіб перебувають у складних життєвих обставинах і потребують матеріальної і моральної допомоги, соціально-психологічної реабілітації та адаптації.

Зазначимо, що військовий конфлікт на Сході України привів до появи абсолютно нової проблеми в нашому суспільстві – значна кількість сімей та дітей, які зробили вибір залишитися громадянами України, вимушено

покинули свої домівки внаслідок військового конфлікту, залишивши все своє майно, соціальні зв'язки, роботу, плани, налагоджене колесо життя. Вони стали новими клієнтами соціальних служб і користувачами соціальних послуг,

яких раніше не було і які мають свої специфічні проблеми, що пов'язані із соціальною адаптацією, на які треба адекватно реагувати на рівні держави,

суспільства, громади, сім'ї, кожної особистості. Їм надаються адміністративні послуги, але для відновлення нормального життя сімей і дітей потрібні ще й соціальні послуги, більш тривала робота на основі проблемно-орієнтованого і

родино-центричного підходу для кожної родини. Це вимагає розробки нового стандарту соціальних послуг в Україні, адресних для цієї категорії громадян.

За даними УКВБ ООН, найбільша кількість внутрішньо переміщених осіб розміщена у районах, що безпосередньо оточують зону, охоплену конфліктом, – у мирних районах Донецької та Луганської областей, а також у Харківській, Дніпропетровській та Запорізькій областях.

Після припинення вогню деякі переселенці починають повертатися в свої домівки, якщо є куди повертатися, але більша частина залишається жити на території, яка підконтрольна Україні. Внутрішньо переміщені особи зі східних областей України на даному етапі складають 95% від загальної

кількості переміщених українців, у той час як частка внутрішньо переміщених осіб з Криму становить 5%. Однак кількість таких осіб з Криму продовжує зростати [1; 4; 15].

Таким чином, основною проблемою внутрішньо переміщених осіб є збройна агресія росії, неможливість жити на території, на якій відсутні умови для виховання, розвитку і догляду за дітьми, життя і роботи дорослих (відсутність продуктів харчування, води, світла, ліків, освіти, транспорту, втрата житла тощо). Розбомблені і зруйновані домівки, підприємства і організації, що унеможлиблює повернення туди переселенців навіть після закінчення збройного конфлікту.

Як свідчать проведені нами опитування працівників центрів соціальних служб, які працюють з внутрішньо переміщеними особами, - сім'ї переселенців, що проживають у родичів, або самостійно, в містах компактного проживання, теж мають аналогічні проблеми, на які повинні адекватно реагувати соціальні працівники і громади.

Найбільш поширеними сьогодні є 2 категорії внутрішньо переміщених осіб:

1) особи, які мали змогу самостійно за рахунок власних ресурсів купити або виїняти нове житло, знайти роботу і влаштуватися на новому місці, які не потребують і не просять допомоги, але лишилися з психологічними травмами та проблемами адаптації;

2) ті, хто повністю залежить від державної, міжнародної, громадської, благодійної допомоги, мають багато проблем і не в змозі самостійно їх вирішувати через відсутності власних ресурсів.

Станом на 15 травня 2023 р. сукупність зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб складає 31% дітей%; 19% внутрішньо переміщених осіб віднесені до категорії «літні люди або особи з інвалідністю». 66% дорослих внутрішньо переміщених осіб – жінки [1; 4].

Таким чином, виїжджають в основному сім'ї, де головою родини є мати. Однак неповна сім'я, яка потрапляє в нові умови проживання, дає додаткове навантаження на жінок, на яких припадає обов'язок виконання ними функцій обох батьків одразу.

Окрім цього, на них лежить турбота не тільки про дітей, а й про літніх членів родини. Що в цілому в екстремальних умовах може приводити до психологічних проблем саме у жінок. Офіційні дані [4] свідчать і про те, що їдуть із зони АТО також бабусі з дідусями та онуками, які, однак, не можуть законно представляти інтереси дитини.

За результатами бесід із багатьма місцевими спостерігачами та НУО, які надають допомогу як зареєстрованим, так і незареєстрованим внутрішньо переміщеним особам, УВКБ ООН стверджує, що чисельність незареєстрованих внутрішньо переміщених осіб може бути як мінімум у 2-3 рази більшою, ніж чисельність зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб.

Причиною нерезєстрації внутрішньо переміщених осіб є страхи, що бойовики на залишених територіях дізнаються про виїзд сімей і помстяться залишеним членам родини, знищать житло, майно тощо.

Таким чином, ще однією проблемою внутрішньо переміщених осіб, дітей, сімей з дітьми є страх та масові, пов'язані з порушенням їх багатьох прав унаслідок військового конфлікту, дистантністю сімей, майже повним розривом з минулим життям, необхідністю адаптації до нових умов проживання практично з чистого листа і без елементарного та необхідного майна для життя на фоні значних психологічних проблем. Це значно актуалізує роботу в них соціальних працівників, спрямовану на забезпечення соціально-психологічної адаптації і реабілітації до нових умов життя в іншому суспільстві.

Першочерговими проблемами всіх вимушено переміщених осіб, сімей з дітьми є реєстрація, їжа, житло, соціальні виплати, освіта дітям, особливо в дитячих садках, послуги з охорони здоров'я, працевлаштування працездатних членів родини і забезпечення певного рівня життя родини для виховання, догляду і розвитку дітей, життя членів сім'ї. Зазначимо, що не всі переселенці шукають роботу, а ті, хто влаштувався не в місцях компактного проживання, по допомогу після реєстрації вже не звертаються, особливо після вирішення вже названих першочергових задач.

Окремо стоїть проблема психологічної адаптації до нових умов життя, яка навіть за умов розв'язання всіх першочергових соціальних проблем довго ще дає про себе знати і позначається на самопочутті, поведінці, спілкуванні, стосунках переселенців та вимагає вирішення професійними методами.

Відзначено [1; 4; 15], що у всіх внутрішньо переміщених осіб діагностується психологічна травма. Проблеми сімей з внутрішньо переміщеними особами розглядаються як проблеми сімей в кризі.

У дослідженнях часто зустрічаються терміни: кризові, надзвичайні, стресові ситуації, складні життєві обставини для особистості. Їх знання є важливим для характеристики сім'ї та надання їй допомоги. Закон України «Про соціальні послуги» дає визначення складним життєвим обставинам, що є умовою надання соціальних послуг: «обставини, які об'єктивно порушують нормальну життєдіяльність особи, наслідки яких вона не може подолати самотійно (інвалідність, часткова втрата рухової активності у зв'язку із старістю чи станом здоров'я, самотність, сирітство, безпритульність, відсутність житла чи роботи, насильство, неповажне ставлення і негативні стосунки в сім'ї, малозабезпеченість, психологічний чи психічний розлади, стихійне лихо, катастрофа та ін.)» [8, с. 1].

Таким чином, внутрішньо переміщені особи за своїми проблемами можуть бути віднесені до СЖО відразу за кількома ознаками вразливості, що робить їх клієнтами соціальних служб, користувачами цілого спектру соціальних послуг (соціально-педагогічних, психологічних, правових, соціально-економічних, інформаційних, консультативних тощо), але на добровільних засадах [9].

Отже, складні життєві обставини також є кризою (критичною ситуацією), конкретизують її. Надзвичайні ситуації – це ситуації катастроф природного і техногенного характеру. Сучасні наукові дослідження визначають критичну ситуацію як таку, де людина стикається з неможливістю реалізації своїх бажань, цілей, цінностей [8]. Критичні ситуації небезпечні для осіб похилого віку і дітей, тобто тих, хто не здатний захищати свої права,

турбуватися про своє життя і здоров'я. Критичні життєві ситуації у сім'ї можуть бути:

- усвідомлюваними та неусвідомлюваними;

- тривалими та екстремальними (травма);

- короткотерміновими або пролонгованими;

- емоційно складними (які людина може подолати сама, але які матимуть різні наслідки через афект) або з хронічною рольовою напругою;

- проблемними, як життєві труднощі (в певній діяльності, що не є комплексною проблемою сім'ї);

- складними, критичними, як сімейні труднощі, коли людині, сім'ї потрібна допомога ззовні, а стандартних, типових способів розв'язання ситуації вже не достатньо, або сім'я ними просто не володіє, де є невизначеність щодо подальших дій (ці сім'ї О. Кочубей та Н. Умарова [12] називають проблемними);

- кризовими, які вимагають пройти через конфлікти, мають ускладнення, що призводить до перегляду головних життєвих стратегій, ролей, структури, зразків поведінки [2; 6; 12; 13].

Дана класифікація показує сімейну кризу як глибинну та складну проблему кожного її члена, яка може бути цілком усвідомленою чи не зовсім усвідомленою, забарвленою різними переживаннями, стосується усіх внутрішньо-переміщених осіб певною мірою. Але її можна і треба подолати за умови підтримки і допомоги сім'ї та кожному її члену. Тільки час і послуги на це будуть різними.

Критичні ситуації переживаються окремо кожним членом сім'ї і, враховуючи реакцію особи на проблему, можуть бути таких видів: стрес, фрустрація, конфлікт і криза [3].

Таким чином, можна розрізнити кризи особистості і кризи сім'ї, які взаємопов'язані, але криза сім'ї ширша, включає до себе кризу особистості або призводить до неї і означає неможливість самотійно виконати свої функції, нормально функціонувати.

Узагальнено фактори неблагополуччя сім'ї, яка є внутрішньо переміщеною:

1) сімейні стресори, які класифікуються за силою-слабкістю і тривалістю дії: травма (катастрофа, нещасний випадок – коротке за часом, але сильне за впливом явище – війна, смерть, несподіване розлучення); життєва подія (більш тривала подія, яка сильніше впливає на подальшу долю і життя – поява/вихід члена сім'ї, переїзд); хронічна рольова напруга (конфлікти, які наконичуються та не розв'язуються в ході виконання тих або інших соціальних ролей, при зміні ролей, появі нових ролей і навантаження); життєві труднощі (мікростресори: ті, що виникають при щоденній взаємодії з середовищем і, накопичуючись, являють собою більшу трудність, ніж будь-яка життєва подія (постійна нестача грошей, погане житло));

2) сімейні труднощі – конкретні вимоги до сім'ї, що пов'язані зі стресовою подією;

3) сімейна криза – нездатність сім'ї відновити стабільний стан у ситуації постійного тиску тих вимог, які змінюють сімейну структуру і способи взаємодії членів сім'ї, це максимальний сімейний стрес, з яким сім'я не впоралась; незворотна зміна в житті сім'ї, коли попередні, звичні ролі членів сім'ї стають неадекватними і здійснюється розпад попередніх зразків поведінки [13;20].

Таким чином, сім'ї з числа внутрішньо переміщених осіб, можуть відчувати на собі одночасно кілька факторів сімейного неблагополуччя, що поглиблює кризу сім'ї та особистості. Типові проблеми таких сімей визначено на основі інтерв'ю, спостережень, бесід з ними, узагальнення офіційних даних таким чином [21].

1. Психологічні проблеми: а) загальні, притаманні всім членам родини: відчуття невизначеності – майбутнього і теперішнього стану, психологічні травми внаслідок того, що люди стали свідками руйнувань та насильства, війни, почуття провини – вони були за Україну, проти ДНР, ЛНР, а їм прийшлося покинути домівки і просити допомоги, наявність страху втрати

свої ідентичності, почуття жертвовності та віктимності внаслідок компактного проживання, відчуття – ми – бженці, від нас нічого не залежить, безпорадність, низька самооцінка або агресія, тривога за майбутнє,

невиплакані горе і біль, очікування поганого, страх перед змінами, відчуття безпорадності і незахищеності або гнів, агресія: «ми все втратили, нам

потрібно допомогати», психологічні труднощі проживання в місцях компактного перебування переселенців, розлучення з домашніми тваринами при поселенні, новий досвід проживання в місцях компактного перебування

внутрішньо переміщених осіб. Втрата батьками гарантій безпеки для своєї дитини внаслідок безпорадності в екстремальній ситуації. Зміна життєвих

цінностей в родині. Відсутність критичного мислення, проблеми з керуванням своїм психологічним станом, виявом емоцій, емоційним

насильством чи замкнутість, глибокі переживання. Є особисті життєві кризи і кризи родин, які накладаються одна на одну, погіршуючи життєдіяльність

сім'ї.

б) Чоловічі проблеми: почуття провини за нездатність захистити і забезпечити родину, рідний край, за вимушене безробіття, складнощі з виявом емоційного тепла до близьких і рідних;

в) Жіночі проблеми: страхи, переживання за те, що трапилось і за майбутнє, повсякчасна турбота за дітей і членів родини в нових умовах, відчуття тривожності і підвищеної відповідальності за родину, почуття самотності;

г) дитячі проблеми: порушений емоційний розвиток внаслідок війни, із-

за того, що діти стали безпосередніми свідками воєнних подій, учасниками вимушеної міграції: страхи, підвищений рівень стресу, злість, агресія, сум, невиплаканий біль, почуття незахищеності і безпорадності, тривога за майбутнє, очікування «поганого», страх перед змінами, низька самооцінка,

почуття провини) Дітям важко висловити власну думку, себе. Опостерігається гнів, конфлікти с місцевими дітьми, відчуженість та ізольованість – переселені діти грають окремо від місцевих. Можливе перерване чавчання, втрата

дошкільної і позанкільної освіти внаслідок переселення, новий дитячий колектив і нові умови проживання, нові соціальні зв'язки, які всі разом складають важке навантаження на дитину. Наслідком є травматичні дитячі

ігри, деривація, дії, які повторюються в поведінці, деформація картини світу, проблеми уваги, пам'яті, навчання, різного роду страхи, травматичні

сновидіння та порушення сна, психосоматичні порушення, які з часом можуть перейти в стійкі порушення здоров'я при відсутності медичної і психологічної допомоги дітям. Економічні проблеми: часто відсутність роботи за фахом в

новому місці проживання, складнощі з працевлаштуванням на новому місці,

проблеми нестачі часу і грошей на перекваліфікацію для нового місця роботи – виплати здійснюються протягом 4-х місяців для працездатних осіб, що часто замало для оволодіння новою професією і знаходження роботи, відсутність

вмінь сімейної економіки в екстремальних умовах.

Матеріальні проблеми: відсутність власного житла, проблеми придбання житла або пошуку вже оплачуваного житла через 6 місяців проживання в наданих владою безкоштовних приміщеннях, проблеми проживання у нових будівлях меншої площі, або компактно, на базах

відпочинку, в дитячих таборах відпочинку, які непристосовані для щоденного

побуту сімей, у модульних містечках, досить мала сума виплат на 1 члена родини-переселенця (842 гривні на житло для пенсіонерів протягом перших 2-х місяців), що замало для міста для наймання квартири, 442 грн на місяць

виплат на 1 безробітного працездатного члена родини теж протягом 2-х місяців, половина суми протягом наступних 2-х місяців, проблеми

оформлення виплат на дітей за відсутності батьків, які можуть законно представляти їх інтереси. При цьому спостерігається пенсійний туризм.

Соціальні проблеми: відсутність житла, яке цілком було б таким, яке покинули, скупченість сімей, інколи агресія в місцях компактного проживання

і наявність неформального лідерства, проблеми влаштування дітей в дитячий садочок унаслідок дефіциту місць в садках, переведення студентів ЗВО на бюджетні місця в інші ЗВО, організація дитячого оздоровлення і відпочинку

в'їтку, зміна оточення міського на сільське, або стрес великого міста, відсутність побутових вмінь проживання в сільській місцевості, проблеми інтеграції в нову громаду.

Окремо стоїть питання про розміщення переселених державних установ, які втратили свої окремі корпуси, лабораторії, кабінети тощо і які мають незручності на новому місці внаслідок обмеженості умовами для роботи.

Факторами ризику сім'ї є як проживання з родичами в їх будинках, що несе психологічне, матеріальне навантаження на всіх дітей і дорослих, чи повна відірваність від кровних зв'язків, відсутність підтримки і допомоги,

проживання в новій громаді показує різне ставлення її мешканців до переселенців. Це залежить як від ресурсів громади чи є вони, так і від ставлення, громадянської свідомості її мешканців, поведінки переселенців.

Соціально-педагогічні проблеми: формування нового образу життя сім'ї в нових умовах проживання, невміння визначати пріоритети розвитку для власної родини, ключових проблем, які потребують на розв'язання в першу чергу, відсутність у членів сім'ї життєвих умінь в екстремальних умовах.

Соціально-медичні проблеми – спостерігаються в основному в осіб, які мають хронічні хвороби (видача ліків для хворих на цукровий діабет, муковісцидоз, проведення гемодіалізу тощо). Проблем масового зараження, інфекцій не спостерігалось внаслідок свідомості громадян і своєчасної допомоги на місцях.

Юридичні проблеми – відсутність статусу переселенця з зони АТО, прагнення його мати для відновлення всього втраченого майна, відсутність можливості компенсувати втрати державою – агресором (відповідно до Закону «Про боротьбу з тероризмом»), невизнання документів про освіту, які видали в ЛНР, ДНР в Україні, реєстрація дітей на новому місці проживання, які виїхали з дідусями, бабусями, а батьки залишилися охороняти від мародерства домівки.

Зазначимо регіональні проблеми внутрішньо переміщених осіб: у регіонах, які близькі до ДНР, ЛНР, у переселенців спостерігається низька

мотивація до адаптації на новому місці проживання внаслідок бажання повернутися в свої домівки; низька мотивація до праці внаслідок неможливості компенсувати заробітки шахтарів, висококваліфікованих робітників на інших територіях, де менші зарплати і немає таких розвинутих галузей, часто роз'єднані сім'ї, де частина родини залишилася на окупованих територіях, а частина перебуває на тій, яка підконтрольна Україні.

Ситуація переселення вже сама по собі спричиняє стан дезадаптації [15]. Люди розривають налагоджені стосунки з середовищем, роботою, друзями і лишаються самі в нових умовах проживання. Вимушене ж переселення супроводжується значними психологічними і матеріальними проблемами. Саме ці проблеми визначають вразливість внутрішньо переміщених осіб, сімей та дітей. Але ступінь їх вразливості різна і залежить від адаптаційного потенціалу сімей, їх ресурсів.

Отже, криза є комплексним явищем, стосується всіх функцій сім'ї, не тільки щодо виховання дітей, а проблеми у виконанні функцій є взаємопов'язаними і взаємозалежними, розв'язання однієї з них не сприяє подоланню кризи в цілому. Тому ці сім'ї є вразливими, потребують соціальні допомоги, вкупі з адміністративними, які разом допомагають долати кризу та є тривалими, бо стосуються всіх функцій родини.

За дослідженням В. Савки, внутрішньо переміщені особи спрямовують свої зусилля на розв'язання тих проблем, які є найважливішими для них на даний момент, враховуючи водночас і перспективи свого розвитку [19, с. 40].

Отже, зусилля внутрішньо переміщених осіб спочатку спрямовані на переїзд і забезпечення базових потреб членів родини. На це й спрямовані адміністративні послуги, які надає держава як підтримку переселенцям. Але тривалі проблеми – щодо забезпечення інших потреб внутрішньо переміщених осіб, у т.ч. соціальних і духовних, не так швидко можна розв'язати, для цього потрібні соціальні послуги. Зазначимо, що подолання цих проблем приводить до суттєвих змін у структурі сім'ї, стосунках її членів між собою і стосунках сім'ї із середовищем, викликає проблеми соціалізації сім'ї, її адаптації та

набуття автономності в нових умовах життя. Тут доцільним є звернення до потенціалу сім'ї і потенціалу громади як до опори для подолання протигрич. Наслідки нерозв'язання цих проблем є багатоглядними і тяжкими як для окремої особистості, так і для нашого суспільства в цілому – від втрати почуття патріотизму і зневіри в собі у внутрішньо переміщених осіб, тривалого стресу, страхів, тривоги – до втрати і значних розладів здоров'я, життєвих перспектив, невиконання своїх громадянських обов'язків окремими особами, зневіри їх у владі і ідеалах суспільства, від конфліктів на побутовому ґрунті в родині, громаді – і до конфліктів в суспільстві, розуміння агресії і насильства, зброї, сили як дієвого методу подолання будь-яких проблем в суспільстві [42].

Висновки до першого розділу

Теоретичний аналіз наукових джерел дав змогу з'ясувати, що адаптація є складним явищем, яке має певну структуру, складається із багатьох відносно незалежних процесів, що впливають на різні сфери життя особистості, сталий процес активного пристосування до умов соціального середовища. У процес адаптації включаються соціально-психологічні, соціально-економічні, соціально-демографічні, соціально-психологічні, психофізіологічні та інші чинники, суб'єктивні й об'єктивні, соціальні й особистісні, природні, чинники діяльності, технологічні, внутрішні і зовнішні, основні (домінуючі) і другорядні; специфічні; чинники колективу; чинники розвитку та інші. Всі вони по-різному впливають на успішність адаптації і на її результат у залежності від ступеня інтенсивності та тривалості впливу, взаємозв'язані між собою, діють як єдине ціле, як система взаємообумовлених обставин, у якій існує субординація й координація чинників.

Соціально-психологічна адаптація – це завжди дуалістичний процес, спрямований на оптимізацію взаємовідносин людини і соціального середовища, що виникає у відповідь на зміни у цій взаємодії. Тобто, людина не тільки піддається впливу середовища, а й сама впливає на нього.

Основними показниками психологічного здоров'я (психологічного благополуччя) внутрішньо переміщених осіб є такі: здатність долати стресові ситуації, відсутність депресії, усвідомлення наявності цілей, шляхів їхнього досягнення, перспектив, можливостей професійного та особистісного зростання.

Для психологічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб важливою є соціальна підтримка – інформаційна, емоційна, інструментальна, серед цих видів для збереження психологічного здоров'я найбільш важливими є неформальні контакти з родичами, друзями, близькими знайомими, тобто

емоційна підтримка. Найпоширенішими проблемами внутрішньо переміщених осіб є: переїзд, пошук житла, відчуття самотності, адаптація до нового соціокультурного середовища.

НУБІП України

НУБІП України

НУБІП України

НУБІП України

Розділ 2

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО-ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

2.1. Характеристика діяльності щодо забезпечення соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб

18 місяців повномасштабного російського вторгнення (лютий 2022 року) на територію України повністю змінило наше життя. В державі виникли нові виклики та способи реагування на них. Змінились пріоритети, а плани звужились до вирішення нагальних проблем. Однією з яких стала масова міграція людей територією країни та за її межі. Зросла необхідність в соціальному захисті, психологічній й реабілітації та матеріальній допомозі.

Значно зросла категорія населення, яка має статус внутрішньо переміщеної особи.

Хто може надавати соціальні послуги сім'ям з дітьми, які стали внутрішньо переселеними?

- державні та комунальні установи, НДО, фізичні особи. Серед них:
- уповноважені органи, що здійснюють соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю;
- фахівці з соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю;
- об'єднання громадян, благодійні, релігійні організації; юридичні та фізичні особи, які надають соціальні послуги сім'ям, дітям та молоді;
- волонтери у сфері соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю.

До уповноважених органів належать:

- органи виконавчої влади; органи місцевого самоврядування;
- центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді та їх спеціалізовані формування

Особливості виявлення сімей дітей з ознакою вразливості – внутрішньо переміщені особи. Такі сім'ї здійснюють реєстрацію, перебувають самостійно

або організовано, безкоштовним транспортом, адміністративні послуги їм починають надаватися ще на вокзалах (у т.ч. первинна правова допомога), тому виявити їх можливо або в міграційній службі (самостійне прибуття на нове місце проживання своїм транспортом) або на вокзалах (якщо виїжджають організовано безкоштовно залізничним транспортом або автобусами).

Доцільно разом з адміністративними послугами в міграційній службі та на вокзалах відразу повідомляти приїжджим і про можливості соціальних послуг як допомоги в реалізації порушених прав внутрішньо переміщених осіб, адаптації на новому місці, про суб'єктів цих послуг у регіоні. Прикладом такої роботи є досвід роботи «Станція Харків», яка має за мету екстренну допомогу внутрішньо переміщеним особам, створення пунктів допомоги та інформування на прикладі роботи волонтерського пункту на залізничному вокзалі [17].

Для зустрічі внутрішньо переміщених осіб на вокзалі в Харкові відпрацьовано ефективний алгоритм адміністративних і соціальних послуг [17]:

1. Реєстрація до бази звернень.
2. Перша психологічна допомога. Прояв турботи та доброзичливості – гарячий чай, їжа, теплі речі, ліки.
3. Інформування про можливості отримання допомоги, реєстрацію та права.

Допомога у забезпеченні транзиту переселенцям, що їдуть з зони АТО в інші регіони країни: консультації щодо можливостей розміщення та працевлаштування, оформлення безкоштовних квитків через ДСНС. Надання консультацій та переадресація особливо складних ситуацій. Зворотній зв'язок, моніторинг дотримання прав внутрішньо переміщених осіб та надання державних послуг. Пошук ресурсів для надання допомоги, поширення інформації про ситуацію у соціальних мережах. Збір статистичних даних, за допомогою яких формуються пропозиції до влади та органів місцевого самоврядування. Але часто на цьому проблеми переселенців не завершуються,

потрібна подальша соціальна робота в залежності від вразливості сімей та подолання їх СЖО.

Основною з них є соціальний супровід як основа ведення випадку, який враховує індивідуальні складні проблеми клієнтів, які вони не можуть розв'язати самі і це погіршує далі життєдіяльність родини і дитини. Інструкція

з оцінки потреб сімей з внутрішньо переміщеними особами розроблена КМЦСССДМ, діє на його території. Наведемо її короткий огляд. Оцінка потреб – процес збору, узагальнення та аналізу надавачами соціальних послуг

інформації про індивідуальні потреби жінок/чоловіків, дівчат/хлопців, сім'ї та

їх складні життєві обставини з метою визначення переліку та обсягів соціальних послуг, яких вони потребують, впливу цих послуг на процес подолання складних життєвих обставин. Передбачає початкову оцінку, оцінку

безпеки дитини, а також, при необхідності, здійснення комплексної оцінки потреб сім'ї/дітей. Початкова оцінка потреб здійснюється протягом 7 робочих

днів від відкриття випадку послуг і завершується прийняттям висновку про надання послуг при їх необхідності протягом наступних 7 днів. Комплексна оцінка потреб здійснюється протягом 30 днів після проведеної початкової

оцінки, передбачає поглиблене вивчення сім'ї та її СЖО, визначення

ключових проблем сім'ї, її сильних сторін, ресурсів, оточення, розробку і підписання сторонами індивідуального плану надання соціальних послуг.

Оцінка потреб дитини та її сім'ї передбачає визначення потреб дитини з сім'ї

ВПО: її здоров'я, навчання та досягнення, сімейні та соціальні стосунки, самоусвідомлення та самопрезентацію, самообслуговування. Таким чином,

звертати увагу при оцінці потреб сім'ї/дитини потрібно на повноту родини, її психологічний стан, наявність ресурсів і соціальних зв'язків, матеріальний

стан для задоволення базових потреб дитини та дорослих, мотивацію до співпраці з соціальним працівником. Як правило, користувачі соціальних

послуг або готові співпрацювати з соціальними працівниками для рішення своїх проблем, усвідомлюють більшість з них, або вичікують можливості

повернення в рідний край, перекладають відповідальність і вину за події на

інших і не готові докладати зусиль для подолання СЖО. Тоді виникає проблема мотивації до співпраці з соціальними працівниками і потрібне стимулювання батьків для розв'язання проблем родини. Робиться висновок про оцінку потреб дитини та її сім'ї, в якому обов'язково вказуються:

1. Задоволення потреб дитини: Чи забезпечені основні потреби дитини у харчуванні, одязі, умовах проживання? Чи потребує дитина тимчасового розміщення в патронатній сім'ї? Чи спостерігаються у дитини ознаки стресу? Чи потребує дитина допомоги чи консультації практичного психолога? Чи потребує дитина медичної допомоги? Чи потрібно відновлювати (створювати) соціальні зв'язки дитини.

2. Стан батьків та їхнього батьківського потенціалу: Чи здатні батьки (дорослий, який представляє інтереси дитини) виховувати дитину? Чи потрібна допомога батькам щодо пошуку роботи, житла? Чи потребує родина супроводу соціальних служб. Чи потребують батьки медичної допомоги?

3. Оцінка факторів сім'ї та середовища: Чи планує родина повернутися додому (місце реєстрації)? Чи існують у родині конфлікти через проведення АТО, які негативно впливають на дитину, є загроза її життю і здоров'ю? Чи є проблеми взаємодії з іншими: дружиною/чоловіком/дітьми, сусідами, друзями, у навчальному закладі тощо? Чи потрібна психологічна допомога батькам чи особам, які їх замінюють?

За ступенем впливу СЖО на стан членів сім'ї/дитини можуть бути: простий випадок, випадок середньої складності, складний та екстрений, які визначаються на основі початкової оцінки потреб через застосування методів діагностики. Обов'язково враховується інформація від дитини, від її батьків або осіб, які їх замінюють, інша одержана інформація, фіксуються по кожному пункту ознаки СЖО. Початкова оцінка потреб дитини з сім'ї з внутрішньо переміщеними особами звершується актом, в якому подаються дані та ознаки

СЖО як дитини, так і її батьків, факторів сім'ї та середовища. Діагностика СЖО сімей та дітей з ВПО здійснюється через такі методи, як спостереження, вивчення продуктів діяльності, експертні оцінки, створення

діагностичних ситуацій, опитування (усне (бесіди, інтерв'ю), письмове (тестування, анкетування)), використання в разі необхідності, проєктивних та ін. методик для виявлення причин і наслідків проблем, збір та документування фактів та інформації, обстеження житлово-побутових умов, аналіз інформації та її уточнення, узагальнення даних. Можуть за потребою застосовуватися методи ранжування альтернатив, екокарти, сімейного портрета, скульптури сім'ї, педагогічні ситуації, генограми, біографічний метод тощо [20].

Прийняття рішення щодо подальшої роботи з такими сім'ями. У бланку початкової оцінки зазначається, які наступні дії цій родині потрібні: комплексна послуга (соціальний супровід) чи одноразові послуги/надання матеріальної допомоги (не більше 2 послуг). Дослідження свідчать про такі критерії для початку роботи за моделлю «ведення випадку» – пропозицією соціального супроводу сім'ї [17]:

1. Звернення переселенця містить більш ніж два проблемних запити і передбачає довгострокову спільну діяльність та роботу за індивідуальним планом;

2. Переселенець задовольнив нагальні базові потреби і звернувся за допомогою, для надання якої потрібно залучення додаткових ресурсів;

3. Переселенець не може самостійно отримати доступ до життєво необхідної йому послуги (лікування, оформлення групи інвалідності, працевлаштування тощо). У разі, якщо повідомлена інформація про сім'ю чи дитину містить інформацію про загрозу життю і здоров'ю дитини, залишення дитини, дії соціального працівника повинні здійснюватися відповідно до п. 3.4.8 Постанови КМУ №866.

Укладання угоди про надання соціальних послуг повинно здійснюватися разом з членами родини за їх згодою при наявності мотивації до співпраці з соціальним працівником для подолання проблем родини.

Укладання угоди щодо надання соціальних послуг здійснюється на основі поінформованої згоди батьків або осіб, які їх замінюють. Тому формування позитивної мотивації у членів сім'ї до співпраці з соціальним

працівником є важливим кроком у розв'язанні проблем сім'ї з дітьми і може здійснюватися як [20]:

1) стимулювання (зовнішній вплив, що за певних умов вимагає конкретної діяльності і поведінки, навіть якщо особистість має інші інтереси, потреби). Стимулами можуть бути речова допомога, грошова допомога,

сприяння у перенавчанні, працевлаштуванні, самозайнятості, сприяння позбавленню (відновленню) батьківських прав, роз'яснення переваг співпраці,

2) активізація спонукань до спільної діяльності, що вже є у членів сім'ї, але у наявності вони неусвідомлені чи відсутні умови для їхньої реалізації.

Активізація може здійснюватися як технології соціальної реклами, встановлення контактної взаємодії тощо. Усвідомлення спонукань здійснюється за рахунок рефлексії і самооцінки, а їхній розвиток – через

приклад, перспективу, переконання, інформування, що допомагають особистості зробити вибір у бік співпраці. Формування позитивної мотивації у сім'ї до співпраці може здійснюватися на основі прагнення зберегти цілісність сім'ї, використанню у методикі «збагачення» або укріплення сім'ї.

Вона спрямована на активізацію сім'ї і може застосовуватися як складова допомоги і самопомоги, передбачає повернення до сімейних цінностей на

основі усвідомлення їхнього пріоритету над іншими і підпорядкування всіх ресурсів сім'ї цій ідеї.

«Збагачення» сім'ї передбачає оцінку її сильних сторін (відданість родині, любов і вдячність, позитивне спілкування, спільне проведення часу,

духовне благополуччя, здатність долати стрес та кризи; вивчення джерел, які можуть допомогти сім'ї стати благополучною; книг (у тому числі з проблем

керування фінансами, формування самооцінки, піклування тощо), інтернет-сайтів про вакансії, про виховання дітей; відвідування семінарів щодо

укріплення і розвитку сімейних стосунків, економічної культури, пошуку роботи тощо, отримання допомоги від психолога, педагога у розв'язанні

внутрішніх та міжособистісних проблем, які заважають кар'єрі, перекваліфікації чи перенавчанню, організації зайнятості, відвідання курсів

формування лідерських умінь; вивчення родинних традицій і можливостей нової моделі сімейного життя; вивчення інтересів і потреб членів сім'ї, які можна розвивати або об'єднати для розв'язання матеріальних проблем; пошук НДО, що розв'язують проблеми, подібні проблемам власної сім'ї; пошук державних установ, які опікуються сім'ями, дітьми; вивчення соціальної реклами, інформації про вакансії, навчання у ЗМІ, опора на дружні зв'язки тощо; вибір ресурсів та користування ними відповідно до плану подолання проблем сім'ї, враховуючи її сильні сторони і розвиваючи її слабкі сторони як складову потенціалу для збереження цілісності, підвищення соціального статусу родини.

«Збагачення» сім'ї дозволяє її членам впорядкувати і перебудувати стосунки між собою і навколишнім середовищем. Методика спрямована на самостійне розв'язання сім'єю проблем на основі самоосвіти і звернення до фахівців на окремих етапах. Тут доцільною стає соціальна реклама для вибору сім'ями варіантів допомоги, яку вони можуть отримати в соціальних службах.

У залежності від складності випадку процедура прийняття рішення про надання послуг може бути різною. У простому випадку батьки обирають послуги. Надавач послуг лише інформує їх про наявні послуги та можливі види державних виплат та допомог, надавачів послуг. У випадку середньої складності надавач послуг пропонує батькам укласти договір про соціальний супровід, надання послуг. У складному випадку повинно бути рішення дорадчого органу (комісія із захисту дітей) про взяття сім'ї під соціальний супровід, формування міждисциплінарної команди, після чого здійснюється укладання договору з сім'єю. В екстремному випадку повинно бути рішення комісії з захисту прав дітей, органу опіки та піклування, рішення суду, обов'язкові дії та заходи, які визначені цими органами та установами.

Планування роботи можливе за умови наявності довіри між соціальним працівником і членами родини, позитивної мотивації членів родини до співпраці з ним. Змістом планування є соціальні послуги, які орієнтовані на розв'язання ключових проблем сім'ї дитини, підтримку на час подолання їх

наслідків, наснаження сім'ї на використання своїх ресурсів та сильних сторін, постановку і прийняття сім'єю короткотермінових та довготермінових цілей. При цьому застосовуються діяльніший, проблемно-орієнтований і

родиноцентричний підходи – план складається за проблемами сім'ї та їх наслідками, що зазначено в ознаках СЖО, в початковій оцінці, передбачає пріоритет інтересів дитини і збереження цілісності родини.

Методами планування роботи можуть бути: показ перспективи: довготерміновою, середньо- та короткотерміновою, метод консервативного планування (від досягнутого), метод адаптивного планування (від необхідного), а якщо таких сімей багато в регіоні – програмно-цільовий метод (від 100000 осіб) [20].

При визначенні пакету соціальних послуг сім'ям з дітьми, які є внутрішньо переміщеними особами, доцільно враховувати етапи адаптації людини до екстремальних умов життя і діяльності: первинна адаптація, період стабілізації, можлива дезадаптація, вторинна адаптація [10; 11; 16]. Тобто перше успішне подолання проблем сімей та дітей, які є внутрішньо переміщеними особами, не є цілковитою ознакою успіху, потрібна ще тривала робота з проблемами (усвідомленими чи неусвідомленими), їх причинами і наслідками, робота над психологічною і подальшою соціальною адаптацією і подоланням пережитих психологічних травм. Це означає включення в пакет соціальних послуг щодо соціальної профілактики, соціальної реабілітації.

Пережитий тривалий стрес у вигляді різних механізмів психологічного захисту може приводити як до мобілізації, активності людей до адаптації, так і до появи загрози життю і здоров'ю дорослих і дітей, пасивності, шкідливих звичок тощо. Фрустрації можуть виявлятися як у позитивних, так і негативних реакціях людини. Позитивні реакції виявляються у конструктивних рішеннях, подоланні проблем і перешкод [18]. Саме це і потрібно для успішної соціальної адаптації сімей з дітьми в нових мовах життя.

Успішній соціальній адаптації сприяє мобілізація внутрішніх ресурсів людини, якщо вони ще не вичерпані і людина не виснажена. Тому

потрібні послуги з подолання негативних фрустрацій та послуги з формування стресостійкості, вмінь мобілізації, формування активності і самостійності, вмінь позитивного вияву фрустрацій. Примирення є складовою умовою

соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб і передбачає налагодження стосунків як в громаді, так і впорядкування свого внутрішнього світу у таких

членів родини, прийняття нових умов життя навіть із втратами і негараздами, погодження навіть на несправедливість, яка з ними сталася у порівнянні з іншими громадянами України і знаходження в собі сил почати життя з нової сторінки без образ і засмучень.

Зовнішнє примирення – в громаді – можливе за умов розуміння та діалогу сторін, застосуванню при необхідності медіації, фасилітації, виявленню емпатії, здійсненню ефективної комунікації без насилля, надання

можливості бути почутим усім сторонам, організації спільних практичних дій, які забезпечують інтеграцію переселенців в громаду. Внутрішнє примирення

є психологічною проблемою і залежить як від активності особистості, її фізичного стану, життєвих цінностей, пріоритетів, роботи над своїми емоціями (їх проживання, виплескування, формування нових), так і від

зовнішнього примирення, яке може бути успішним і сприяти внутрішньому

примиренню, так і неуспішним і посилювати внутрішнє неприйняття нових умов, заважати соціальній адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Досвід фахівців, які працюють з переселенцями, говорить про те, що найбільш успішно адаптуються і приймають нові умови життя діти і жінки. У той час як пенсіонери і чоловіки, інваліди роблять це значно важче.

Таким чином, пакет соціальних послуг для ВПО визначається на основі проблем клієнтів, повинен враховувати етапи соціальної адаптації, проблеми примирення в громаді і сім'ї, орієнтацію на збереження цілісності родини, права дитини, а також передбачає в залежності від визначеної складності

випадку різні соціальні послуги.

Основним методом соціальної роботи з внутрішньо переміщеними особами сьогодні є ведення випадку, під яким розуміють такий спосіб

здійснення соціальної роботи, метою якого є формування у дезадаптованої людини навичок самостійного вирішення проблем задля успішної адаптації у соціумі.

Метою ведення випадку переселенця є соціальна адаптація до нових умов життя, що сприяє реінтеграції вимушено переміщеної особи в українське суспільство. Зазначимо, що адаптація є результатом розв'язання послідовно повторюваних ситуацій, процес їх подолання, в ході якого особистість використовує вже набуті вміння і механізми поведінки або відкриває нові способи поведінки і розв'язання задач, засвоює новий досвід поведінки [5, с.

25].

Тому для успішної соціальної адаптації дітей і дорослих, які є внутрішньо переміщеними особами, важливо навчати і інформувати про шляхи розв'язання проблем, роз'яснювати алгоритм дій, переконувати, показувати зразки дій, наводити приклади, ілюстрації, демонстрації, аналізувати ситуації, виконувати вправи, перевіряти і корегувати дії. Це вимагає в соціальному супроводі таких сімей застосування таких форм як лекції, індивідуальні просвітні бесіди для формування знань та переконань, мотивації до розв'язання своїх проблем, а також для формування умінь – тренінги, групи підтримки тощо. Існує потреба у виїздах бригад фахівців в місця компактного проживання внутрішньо переміщених осіб – лікарів для профілактичного обстеження, юристів для консультацій, працівників центрів зайнятості для навчання активній самопомозі безробітних, психологів для проведення групової терапії, медіації тощо.

Критеріями закриття випадку є успішна соціальна адаптація сім'ї в новій громаді, що означає подолання ознак СЖО, які виявлені в початковій оцінці потреб, позитивна оцінка отримувачем послуг своїх можливостей а здатності в подальшому попереджувати та долати СЖО, нести відповідальність за власну життєдіяльність, знання про свої права внутрішньо переміщених осіб, людські права і вміння користуватися ними [15; 17; 20].

Відзначимо, що ведення випадку – це відповідальність як соціального працівника, так і клієнта, про що і заключається угода для подолання проблем сім'ї у супроводі. Але відповідальність за зміни у власному житті, взагалі за своє життя і користування своїми людськими правами несе клієнт (батьки).

При цьому сім'я може скористатися запропонованими їй соціальними послугами, а може і ні. Втручання можливе лише за умов загрози життю і здоров'ю дитини, коли сім'я стає об'єктом соціальної роботи і дитину ізолюють від загрози життю і здоров'ю.

Основні ризики (труднощі, застереження) та рекомендації щодо роботи з сім'ями, особами, які мають такі ознаки вразливості:

1. Увага повинна приділятися психологічному стану дітей і дорослих, який може вибухнути в будь-який час проявом агресії, відчаю, повести до самогубства, неадекватної поведінки, втомленості і стану здоров'я не тільки дітей, але й дорослих – оскільки стрес для внутрішньо переміщених осіб є тривалим, травмуючим і охоплює всі сфери життя.

2. Подолання проблем внутрішньо переміщених осіб залежить не тільки від допомоги і підтримки, але й від створення умов для самопомоги, вияву власної активності для відбудови свого життя. Викоренення споживацьких настроїв є умовою успішної соціальної адаптації і примирення в новій громаді.

3. Потрібна робота в суспільстві і громаді щодо формування толерантності, культури миру як для успішної соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб, так і для профілактики агресії і конфліктів в суспільстві, потрібна позитивна модель подолання проблем внутрішньо переміщених осіб, навчання примиренню в громаді, що пропагуються в ЗМІ, передачах, фільмах.

4. Сегрегація ВПО може як посилити їх потенціал у відновленні своїх прав і розбудові життя, так і сприяти формуванню споживацьких настроїв, формуванню пасивності і байдужості до свого життя.

5. Відновлення втраченого майна повинно бути юридично оформленим і практично доступним для кожного переселенця.

6. Потрібна державна комплексно-цільова програма допомоги внутрішньо переміщеним особам та учасникам АТО (на зразок програми зайнятості КМУ для ВПО), оскільки проблема набула масштабу більш, ніж 100000 осіб і не може бути вирішеною реформуванням лише сфери соціальних послуг.

7. Потрібна спеціальна підготовка працівників для роботи з ВПО відразу у мультидисциплінарних командах громади для здійснення успішного соціального супроводу таких сімей.

8. Важливим кроком подолання проблем внутрішньо переміщених осіб є формування в них позитивної мотивації до співпраці з соціальними працівниками і до подолання проблем своєї адаптації до нових умов життя. Це утруднюється невизначеністю майбутнього залишених регіонів і надією на повернення в залишені домівки. Але повернення в уцілілі домівки не гарантує повернення колишньої роботи, заробітної платні, соціальних зв'язків, становища тощо. Це означає, що треба спонукати внутрішньо переміщених осіб усвідомлювати для себе ці труднощі і робити вибір для своєї родини – чи треба повертатися назад, чекати завершення конфлікту, чи осісти вже на новому місці і починати жити новим життям вже зараз.

2.2. Надання допомоги внутрішньо переміщеним особам

Основний комплекс соціальних послуг сім'ям внутрішньо переміщених осіб надається на базі районів у Голосіївському центрі соціальних служб міста Києва за місцем проживання. Спеціаліст, який координує напрям роботи – провідний фахівець із соціальної роботи відділу методичного забезпечення соціальної роботи Семен-Оглу Наталя Валентинівна. Послуги мережі Голосіївського ЦСС м. Києва надаються за напрямками:

- надання психологічних, інформаційних послуг ВПО;
- оцінювання потреб для надання статусу дитини, постраждалої внаслідок воєнних дій та збройних конфліктів;

• інформування населення про соціальні послуги, що надаються родинам внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованих територій та зони проведення АТО/ООС за новим місцем проживання відповідно до законодавства;

• перевірка фактичного місця проживання для оформлення державних соціальних виплат;

• переадресація/перенаправлення, відповідно до потреб внутрішньо переміщених осіб, до організацій державного та недержавного сектору для отримання допомоги;

• сприяння участі переселених громадян у соціально-культурному житті громади міста Києва (залучення до культурно-масових заходів, спрямованих на творчий розвиток молоді і забезпечення їх змістовного дозвілля).

Насамперед, здійснюється планування допомоги внутрішньо переміщеним особам. При плануванні допомоги внутрішньо переміщеним особам, для їх соціальної адаптації, враховується, що більшість з них часто не усвідомлюють, якої саме допомоги потребують. Особливо, коли це стосується психологічної підтримки. Тому на початкових етапах реабілітаційні заходи та

заходи з адаптації проводяться у формі навчання корисних навичок, бесід, підтримуючих зустрічей [Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. – К. : ТОВ

«Видавничий дім «Калита», 2015. – 72 с.]. Вони проводяться в таких формах:

1. **Індивідуальна робота.** Індивідуальна робота передбачає індивідуальне консультування/бесіди з актуальних питань, кризове консультування та консультування з опрацювання травматичного досвіду, зустрічі з планування і ведення випадку, оцінки успіхів, терапевтичні зустрічі.

2. **Сімейне консультування.** Сімейне консультування націлене на опрацювання травматичного досвіду на рівні всієї родини та постановку цілей на подальше життя. Сімейне консультування має також передбачати

консультування батьків з питань профілактики психологічної травми дитини та створення для дитини підтримуючого середовища.

3. Тренінги з розвитку життєвих навичок Такі тренінги можуть включати різні тематики, корисні для внутрішньо переміщених осіб для їх подальшої адаптації. Ці тематики можуть бути поєднані загальною програмою або представлені окремо, з урахуванням потреб. Серед тем можуть бути: зайнятість/працевлаштування, ефективна комунікація, постановка життєвих цілей, захист прав, здоровий спосіб життя та профілактика соціально небезпечних хвороб, профілактика насильства, виховання та догляд за дітьми, формування сімейних стосунків, профілактика конфліктів тощо.

4. Групи взаємодопомоги і взаємопідтримки. Такі групи створюються за ініціативи та участі активних членів центрів компактного проживання внутрішньо переміщених осіб або громади чи територіального центру, де вони проживають. Метою групи є придбання корисних навичок і залучення на місцях активних помічників з числа внутрішньо переміщених осіб. Такі групи також сприяють формуванню згуртованості членів громади, розвитку їх самостійності, впевненості у власних силах. Групи можуть бути тематичними для отримання певних знань, де учасники можуть пригадати та поділитися власним досвідом (наприклад, ефективна комунікація, учасники пригадують власний досвід спілкування і діляться успіхами), та групи психологічної підтримки.

5. Психокорекційні групи. Цей метод втручання найбільш актуальний на початковому етапі кризи, поки травма ще свіжа і люди знаходяться в розгубленому стані. У такі групи зазвичай потрапляють найбільш уразливі особи з різними психологічними і психосоматичними проблемами. Ці групові методи психосоціальної реабілітації націлені на: усвідомлення травми і включення механізмів подолання стресу (coping); зменшення стресових розладів (страхи, нав'язливі спогади, безсоння, нічні кошмари, дратівливість, депресія і т. п.), корекцію психосоматичних розладів та розвиток навичок подолання душевної кризи.

У групових робочих сесіях залежно від поставлених завдань застосовується весь спектр психотерапевтичних методів – релаксаційні методи, гештальт-терапія, біхевіористична терапія, психодрама, когнітивна терапія і т. д.

Групу веде фасилітатор (ведучий) в парі зі співфасилітатором. На початкових сесіях важливим є побудова довірливих стосунків у групі для забезпечення саморозкриття учасників. Суть таких зустрічей полягає у тому, що учасники можуть поділитися своїм травматичним досвідом, переживанням, та за допомогою фасилітатора (ведучого) і уточнюючих запитань від учасників допомогти один одному відновити послідовність травмуючих епізодів і вибудувати єдину картину події, що допомагає пропрацюванню травми.

6. Залучення до програм допомоги внутрішньо переміщених осіб, які успішно впоралися з ситуацією. До таких програм можна залучати активних членів громади з числа внутрішньо переміщених осіб, тих, які мають певний досвід і готовність ним поділитися, тих, які готові вчитися і розвивати мережі підтримки. Ці програми є досить важливими, оскільки внутрішньо переміщені особи дуже добре розуміють проблеми і потреби тих, які пережили подібний досвід. Це можуть бути програми наставництва, допомоги на засадах «рівний – рівному», проведення занять для дітей і молоді, розробки інформаційних та довідкових матеріалів, залучення гуманітарної допомоги.

Голосіївський центр соціальних служб надавав допомогу мешканцям практично усіх областей України: Дніпропетровської, Чернігівської, Київської, Харківської, Одеської, Житомирської, Полтавської, Запорізької, Луганської, Миколаївської, Донецької, Сумської, Хмельницької, Херсонської і Республіки Крим, більшість яких переїхала в західні області з Києва і Київської області (33 %), Харківської (20 %) Донецької (14 %) та Дніпропетровської областей (7 %).

Практична допомога внутрішньо переміщеним особам проводилась у декілька етапів:

НУВБІП України

1. Виявлення внутрішньо переміщених осіб.
2. Оцінка основних діагнозів внутрішньо переміщених осіб.
3. Планування та початкові етапи допомоги.
4. Реалізація плану соціального супроводу.
5. Оцінка ефективності виконання плану соціального супроводу.

НУВБІП України

Ми провели дослідження, мета якого вивчити фізіологічні, психоемоційні, соціальні-психологічні та інформаційні чинники, які спричинили психологічний дискомфорт у внутрішньо переміщених осіб.

Результати дослідження представлені на рис. 2.1.

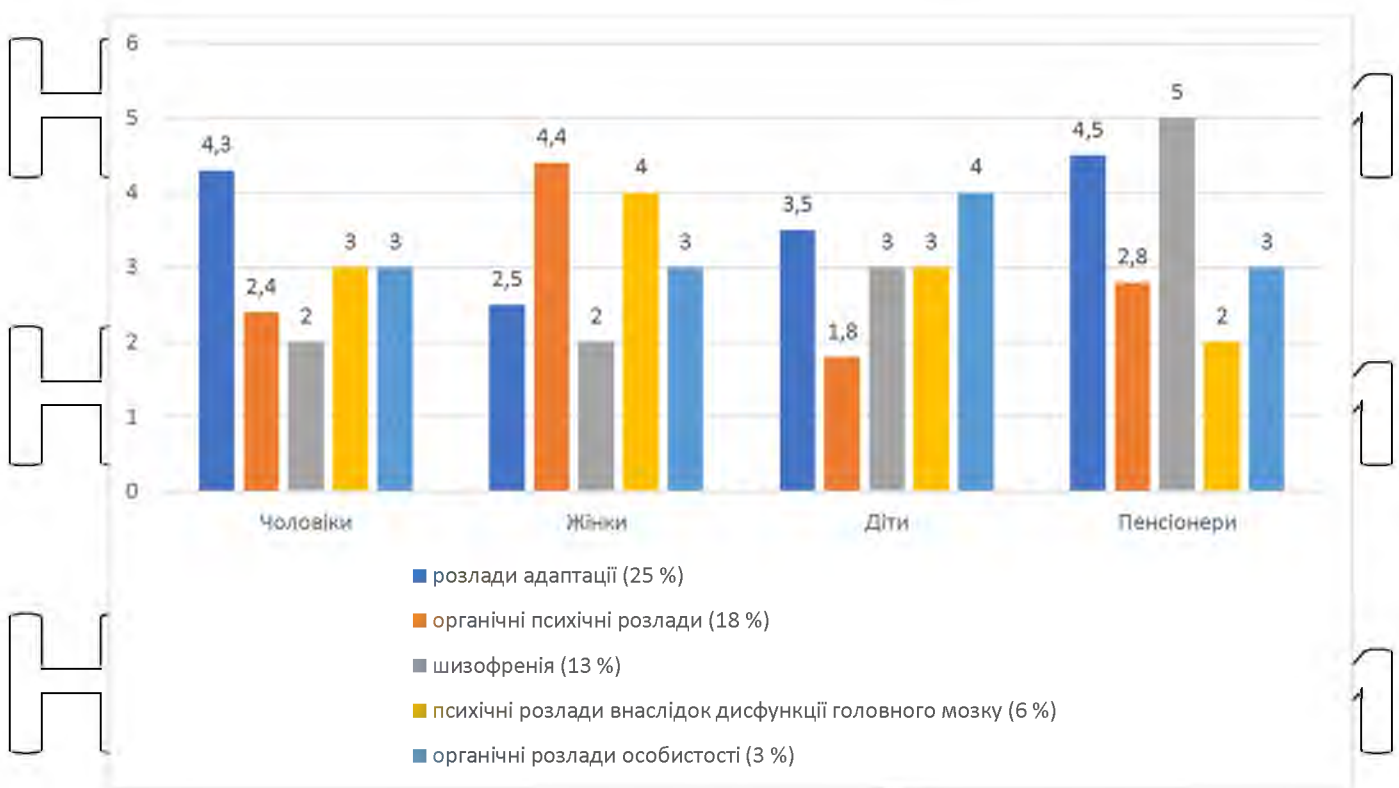


Рис. 2.1. Основні діагнози внутрішньо переміщених осіб

НУВБІП України

Основними діагнозами внутрішньо переміщених осіб, які проходили лікування у психіатричних відділеннях за період з 24 квітня 2022 до 20 травня 2023 р. були розлади адаптації (25%), органічні психічні розлади (18%), шизофренія (13%), психічні розлади внаслідок дисфункції головного мозку (6%), органічні розлади особистості (3%) та інші. На діаграмі рис.2.1. представлено результати обстежень внутрішньо переміщених осіб, які отримали медичну допомогу в Києві.

НУВБІП України

Чільне місце серед звернень (у загальній вибірці) посідає розлади, пов'язані з адаптацією та підвищеним особистісним реагуванням на травматичні та стресові події. Постає необхідність дослідити, які чинники впливають на здатність адаптуватися до нових умов перебування у кризовий час, аби вміти виокремити групи ризику, що потребують допомоги спеціалістів у сфері психічного здоров'я і при потребі превентивно надавати необхідну підтримку.

Для проведення дослідження стресостійкості та соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб, які тимчасово перебувають у Києві, було опитано 35 обстежених. Для них первинно провели скринінг за шкалою депресії, тривоги та стресу DASS-21. Згідно з результатами, поділили на три групи відносно наявності у них психічних порушень та числі підгруп відносно статі (рис. 2.1.):

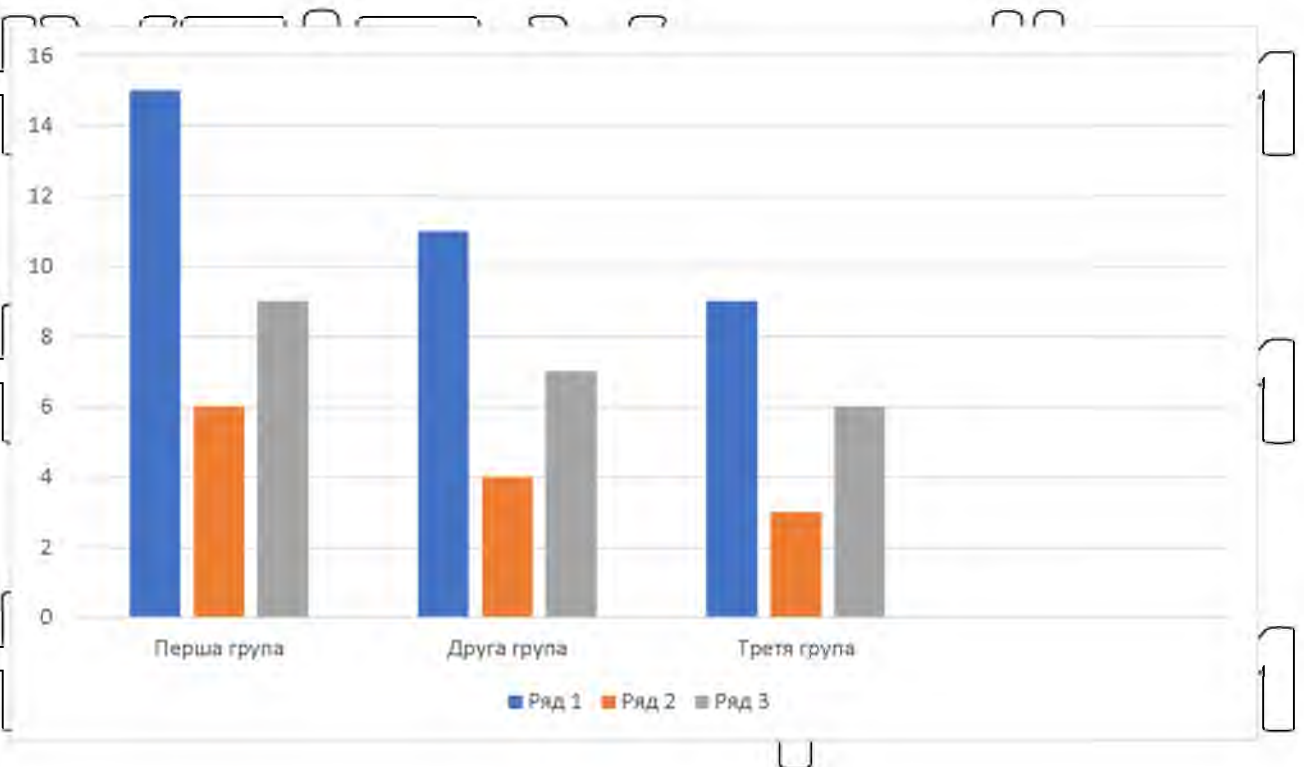


Рис. 2.1. Поділ респондентів за наявністю психічних порушень та статтю
Перша група – 15 внутрішньо переміщених осіб, у яких не було виявлено психічних розладів (умовно здорові): 6 чоловіки і 9 жінок.

Друга група – 11 осіб, у яких були визначені окремі психічні симптоми, що не сягали клінічного рівня: 4 чоловіка і 7 жінок.

Третя група – 9 осіб, у яких були визначені окремі психічні симптоми, що не сягали клінічного рівня: 3 чоловіка і 6 жінок. Усього 35 внутрішньо переміщених осіб.

Для подальшого дослідження було використано методику визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т. Холмса і Р. Прає. Усім обстеженим провели оцінку стресогенних чинників, а саме, фізіологічні, психоемоційні, соціально-психологічні та інформаційні (фізіологічні: соматичні проблеми, супутні захворювання інших органів і систем та фактори навколишнього середовища; психоемоційні чинники включали: афективні порушення, надмірне емоційне реагування та психічні порушення в анамнезі; соціально-психологічні: наявність групи підтримки, вищі комунікативні навички, житло та фінанси; інформаційні чинники: блокування мережі в момент окупації, відсутність інформаційної гігієни та тимчасова втрата зв'язку з рідними).

Дослідження проводили під час первинного обстеження внутрішньо переміщених осіб, коли вони звернулися зі скаргами на порушення психоемоційного стану, а також через 1 і 2 місяці з часу їхнього перебування в Києві.

Таблиця 2.1

Стресогенні чинники в обстежених внутрішньо переміщених осіб третьої групи (пацієнти з психічними розладами)

Стресогенний чинник	Фізіологічний чинник		Психоемоційний чинник		Соціально-психологічний чинник		Інформаційний чинник		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Під час первинного обстеження	чоловіки, n=28	25	89,28	27	96,43	16	57,14	25	89,28
	жінки, n=74	70	94,59	73	98,65	35	47,30	35	47,30
Через 1 місяць	чоловіки, n=28	11	39,29	17	60,71	23	82,14	23	82,14
	жінки, n=74	25	33,78	67	90,54	60	81,08	21	28,38

Через 2 місяці	чоловіки, n=28	7	25,00	25	89,29	21	75,00	9	32,14
	жінки, n=74	19	25,67	49	66,22	61	82,43	15	20,27

Після проведення обстеження та інтерпретації отриманих результатів, ми встановили, що у першій групі внутрішньо переміщених осіб (здорові) спостерігалася поступова адаптація з часом до різних стресогенних чинників у всіх досліджуваних групах. Дана реакція є нормальною фізіологічною реакцією на травматичну подію, яка стала затяжною і пояснюється адекватними компенсаторними механізмами у здорових людей. У жінок фізіологічні, психо-емоційні та соціально-психологічні чинники були активніше виражені у всіх часових проміжках, аніж у чоловіків, що може пояснюватися надмірним сомато-психологічним реагуванням, пов'язаним із гендерними фізіологічними особливостями. Додаткової уваги потребує інформаційний чинник, який у жінок під час перебування у зоні бойових дій був суттєво нижчим, ніж у чоловіків.

Під час індивідуального спілкування з респондентками ми встановили, що для них найважливішим було перемістити у безпечні умови своїх рідних, подбати про дітей «тут і тепер» (забезпечити їхню безпеку, сон, харчування, тепло, гігієну), незалежно від того, які події відбувалися навколо, тому вони не відстежували увесь актуальний інформаційний потік.

У другій групі (умовно здорових внутрішньо переміщених осіб, в яких були визначені окремі психічні симптоми, що не сягали клінічного рівня) соціально-психологічний чинник значною мірою почав впливати на стресостійкість респондентів через деякий час після того як вони покинули зону бойового конфлікту. Респонденти пов'язували дану реакцію з тим, що реагування на зміну оточення у них почалося після первинної адаптації і відчуття умовної безпеки. У жінок фізіологічні, психоемоційні та соціально-психологічні чинники були активніше виражені в усіх часових проміжках, аніж у чоловіків (подібно до ситуації у першій групі); проте інформаційний

чинник залишився стало важливим у формуванні стресостійкості для респондентів-чоловіків, які активно стежили за подіями для стратегічного планування подальших кроків задля покращення безпеки себе та свого близького оточення.

У третій групі внутрішньо переміщених осіб (тих, хто страждав від різних невротичних і психотичних психічних розладів) спостерігалось поступове погіршення стресостійкості під впливом соціально-психологічних чинників після втечі із зони бойового конфлікту; зокрема для психотичних пацієнтів такі фактори, як втрата житла та вимушена «неприємна» комунікація

з новими людьми, порушення звичного способу життя спричинили загострення психічної патології. Вплив психо-емоційних чинників після переїзду в умовно безпечне місце залишився значущим; тобто спостерігалось

підвищення емоційного реагування й афективних проявів у пацієнтів із психічними порушеннями в анамнезі, що було фактором, який не дозволяв швидко адаптуватися в стресовій ситуації. У цій групі також проявлялася гендерна різниця, зокрема у жінок фізіологічні, психоемоційні та соціально-психологічні чинники були активніше виражені в усіх часових проміжках, аніж у чоловіків.

Також ми виявили, що найчастіше високий рівень опірності стресовим подіям був притаманний внутрішньо переміщеним особам першої групи (у 15,96%), а низький – особам третьої групи (у 76,47%). Це пов'язано з тим, що люди, які страждають від психічних порушень, витрачають багато внутрішнього ресурсу на адаптаційні процеси. Отже, їм притаманна низька опірність до стресових подій.

Ми встановили, що кращу стресостійкість спостерігали у внутрішньо переміщених осіб із вищим показником інтелектуального коефіцієнта, людей схильних до творчості (митців, науковців, викладачів), або тих, які були прихильниками релігійних переконань.

На нашу думку, це пов'язано з тим, що такі особи дуже швидко пропрацьовували негативні емоції, проєктуючи їх у саморозвиток і тому якісно відновлювали внутрішній ресурс.

Результати проведеного дослідження [5] загалом співпадають із висновками численних аналізів про те, що міграція (особливо вимушена) асоціюється з розладами психічного здоров'я, при цьому психопатологічні та психологічні наслідки міграції та внутрішнього переселення спостерігаються у 50,0 % таких осіб [6].

У сучасних дослідженнях визначені ключові проблеми психічного здоров'я внутрішньо переміщених осіб, які базуються на трьох основних тезах:

1. Вимушене переселення є чинником ризику порушення психічного здоров'я.

2. Вимушене переселення та міграція впливають як на біологічні, так і на психосоціальні механізми розвитку і формування психопатологічних та психологічних порушень.

3. Традиційні психіатричні критерії не завжди можливо застосувати для мігрантів та внутрішньо переміщених осіб, спектр психологічних проявів та проблеми, в яких не вичерпуються лише критеріями МКХ-10.

Наступним етапом нашого дослідження було припшвидження ресоціалізації та покращення стресостійкості наших пацієнтів. Для цього було проведено ряд тренінгів, бесід та психо-терапевтичних груп, які включали травмо-фокусовану когнітивно-поведінкову та раціональну психотерапію, сугестивні та арт-терапевтичні техніки. На основі отриманих даних створено реабілітаційну програму для внутрішньо переміщених осіб [7, 8].

В основу програми покладено результати нашого та інших досліджень щодо рівня стресостійкості, реадптації та ресоціалізації [9, 10]. Після узагальнення результатів ми спиралися на наступні принципи психо-терапевтичної роботи з внутрішньо переміщеними особами:

1. Психо-освітні заходи для даної категорії осіб мають проводитись в перші дні знайомства.

2. Психотерапевтична робота є пріоритетною у реабілітаційному процесі внутрішньо переміщених осіб. Метою таких заходів є зменшення проявів психо-соціальної дезадаптації.

3. Для реабілітації внутрішньо переміщених осіб використовуються індивідуальні і групові заняття.

4. Техніки мають базуватися на принципах травмо-фокусованої когнітивно-поведінкової та раціональної психотерапії з включенням допоміжних технік (сугестивна психотерапія, техніка релаксації, заземлення, дихальні вправи, арт-терапія).

5. Вибір методики та частоти психотерапевтичних занять залежать від варіанта та ступеня тяжкості психосоціальної дезадаптації, рівня стресостійкості, індивідуальних особливостей внутрішньо переміщених осіб та наявності невротичної патології.

Дані принципи психотерапевтичної роботи можна успішно застосовувати в роботі з людьми, які постраждали під час збройного конфлікту і вимушено покинули свої домівки [11].

Збройний конфлікт, який розпочала росія та психотравматизація великої кількості цивільних громадян, які стали внутрішньо переміщеними особами, потребують проводити подальші активні дослідження у структурі психопатологічних розладів у даної категорії осіб, зокрема вивчати особливості невротичної та психотичної симптоматики, а також реалізовувати пошуки нових методів лікування (як медикаментозного, так і психотерапевтичного), які значно пришвидшать процес ресоціалізації та реадaptaції.

Висновки до розділу 2

Метою даного емпіричного дослідження було визначення рівня тривожності внутрішньо переміщених осіб та їх загального психічного стану.

Для проведення діагностики рівнів соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в Голосіївському центрі соціальних служб нами було обрано наступні методики скринінг за шкалою депресії, тривоги та стресу

DASS-21; Діагностика соціально-психологічної адаптації, К. Роджерса і Р.

Даймонда; методика самооцінки емоційного стану Уесміна-Рікса.

Емпіричне дослідження проводилось серед внутрішньо переміщених осіб. Вибірку складала група з 35 осіб.

Дослідження проходило у три етапи:

Перший етап полягав у виборі діагностичних методик, які дозволяють визначити психічний стан внутрішньо переміщеної особи.

На другому етапі було проведено безпосередньо діагностичне дослідження щодо визначення психічного стану внутрішньо переміщеної особи.

Третій етап полягав у проведенні якісного та кількісного аналізу даних, отриманих під час дослідження.

Проведення діагностики психічного стану внутрішньо переміщених осіб за запропонованими методиками свідчить про те, що значний відсоток

внутрішньо переміщених осіб, які брали участь у дослідженні, мають досить

високий рівень тривожності та агресивності в поведінці, що свідчить про стан занепокоєння, яке відчуває внутрішньо переміщена особа, що опинилась у складних життєвих обставинах, та вказує на необхідність провадження

спеціальних заходів щодо надання внутрішньо переміщеним особам допомоги

з метою соціально-психологічної адаптації їх в новому соціумі та середовищі.

Розділ 3

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ЦЕНТРУ

СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ

3.1. Обґрунтування та реалізація програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних служб

Мета соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб - полягає у теоретичному поглибленні розуміння психологічних особливостей процесу адаптації та забезпеченні адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центра соціальних служб.

Розглянемо інструменти соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб. Соціально-психологічна підтримка виступає одним з головних інструментів адаптації внутрішньо переміщених осіб. Так, соціально-психологічна підтримка може містити як індивідуальні консультації і групові заняття з соціальним працівником, так і роботу з громадськими організаціями й волонтерами.

Інший важливий інструмент – професійна підготовка та перекваліфікація. Це може бути навчання нових професійних навичок і здійснення практичних вправ, що допоможуть внутрішньо переміщеним особам знайти роботу та успішно інтегруватися в нове оточення.

Також важливим інструментом є доступ до соціальних послуг і підтримки, як-от медична, фінансова допомога, житло, харчування. Для досягнення успішної адаптації переселенців необхідно забезпечити їм належні умови життя та доступ до необхідних ресурсів.

Впровадження політик і програм, які сприяють соціально-психологічній адаптації внутрішньо переміщених осіб та дотримуються балансу врахування

і їхніх потреб, і потреб вразливих категорій представників місцевого населення громад, також здатне стати важливим інструментом адаптації. Ці програми можуть містити відповідні законодавчі зміни, алгоритми створення спеціальних заходів підтримки, забезпечення доступу до освіти та інших важливих пільг.

Докладно викладати всі процедурні моменти програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб не має можливості. Проте для кожної групи готується своя програма, змістовні й формальні аспекти якої залежать від цілої низки чинників:

ситуації в країні, конкретних подій, які відбулися останнім часом у певному місті й у певному центрі соціальних послуг;

- особистісних особливостей учасників групи, їхнього соціального статусу, рівня загальної культури, віку тощо.

Наповнення програми конкретними тренінгами, психотехніками і вправами змінюється з урахуванням перелічених чинників, а також особливостей групової динаміки в певній групі.

Водночас, програма має досить стійку узагальнену структуру, яка охоплює обов'язкові смислові блоки і процедурні моменти.

На самому початку роботи ведучий інформує учасників програми про те, що вони можуть одержати в результаті навчання. Після цього встановлюються основні принципи роботи в групі.

Композиція тренінгу включає три частини: вступну, основну та завершальну. Кожна з цих частин має своє смислове та емоційне навантаження і, своєю чергою, складається з послідовності вправ.

Вступна частина складається з таких компонентів:

- привітання тренера;
- знайомство з учасниками;
- презентація тренера (компанії);
- інформування про тему, мету, завдання, зміст і кінцевий результат тренінгу;

НУБІП УКРАЇНИ

- оголошення (обговорення) регламенту і правил роботи;
- визначення рівня поінформованості та очікувань учасників.

Основна частина включає в себе: розгорнутий, деталізований, викладений у логічній послідовності перелік основних питань, практичних вправ і занять, запланованих до опрацювання з використанням інтерактивних методів навчання.

НУБІП УКРАЇНИ

Для розкриття змісту теми насамперед слід використовувати активні та інтерактивні методи, експертні оцінки та консультації, практичні приклади та досвід, рекомендації щодо вирішення проблем.

НУБІП УКРАЇНИ

Зміст основної частини має бути якомога тісніше пов'язаний з сьогоденням, процесами та явищами, що відбуваються в найближчому соціальному середовищі учасників, викликати у них інтерес.

У завершальну частину входять:

НУБІП УКРАЇНИ

- підведення підсумків тренінгу;
- відповіді на запитання;
- оцінка досягнення цілей тренінгу;
- (іноді – анкетування учасників і вручення сертифікатів).

НУБІП УКРАЇНИ

Важливим під час тренінгу є управління увагою учасників, попередження і подолання їх психофізичної втоми. З цією метою тренер планує перерви – короткі часові проміжки відпочинку учасників, так звані coffee-break (перерви на каву).

НУБІП УКРАЇНИ

Експерти рекомендують, – після кожних 1,5 год. роботи планувати перерву 15 хв. При цьому обідню перерву можна робити довшою – приблизно 1 год.

НУБІП УКРАЇНИ

Тривалість вступної, основної та завершальної частин тренінгу також повинна мати певні часові межі (без врахування перерв):

НУБІП УКРАЇНИ

- вступ – до 15-20% тривалості тренінгу;
- основна частина – 60-70%;
- завершальна – до 10-20%.

Будь-який тренінг також повинен бути побудований у певній логічній послідовності. І. Матійків пропонує таку:

- вправи на знайомство та створення невимушеної творчої робочої атмосфери;

- вступ до теми тренінгу, вправи на актуалізацію знань і налаштування на тематику тренінгу;

- обговорення основних питань тренінгу (проблемних питань);

- відпрацювання вмінь і навичок, необхідних для вирішення проблеми;

- рольова гра на застосування знань і навичок;

- зворотний зв'язок, висновки, закріплення нових моделей поведінки та обговорення можливості їх застосування у житті;

- завершення тренінгу;

- оцінка [19].

Тренінг – це насамперед навчання, що спирається на досвід внутрішньо переміщеної особи, і можливість одразу використовувати нову інформацію на практиці, формуючи основи потрібних навичок. Отже, тренеру потрібно

створити максимально сприятливі умови для того, щоб внутрішньо переміщена особа могла навчатися. Підготовка до створення таких умов

починається ще на етапі проектування майбутнього тренінгу і повинна опиратися на ті методологічні позиції, які роблять процес навчання максимально ефективним.

Розглянемо зміст програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб, представлений на таблиці 2.2

Таблиця 2.2

Зміст програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центр соціальних служб

№п/п	Тема	Кількість годин
1.	Допомога в адаптації та розвитку навичок подолання кризової ситуації у внутрішньо переміщених осіб	4/4
2.	Робота з втратою при соціальній адаптації внутрішньо переміщених осіб, сімей з дітьми.	4/4

3.	Дії спеціаліста у роботі з родиною, яка пережила втрату.	4/4
4.	Особливості надання допомоги дітям, корисні навички для фахівця	4/4
5.	Психологічні стани та розлади серед осіб, що зазнали впливу травматичних подій війни	4/4
Усього годин:		20/20

Розкриємо методи і засоби реалізації програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в Голосіївському районному центрі соціальних служб.

Тема 1. Допомога в адаптації та розвитку навичок подолання кризової ситуації у внутрішньо переміщених осіб

1. Знайдіть безпечне, тихе і відокремлене місце для надання допомоги.
2. Встановіть контакт з людиною, яка потребує допомоги.

Вислови, які допомагають встановити контакт:

«Те, що Ви мені повідомите, лишиться між нами (лише з Вашого дозволу я розповідалиму колегам необхідну їм інформацію для надання Вам допомоги)». «Ви можете самі визначати рівень відвертості зі мною – про що бажаєте говорити, а про що ні».

«Зараз багатьом людям важко відновити довіру до інших».

«Не уявляю, як вам важко».

«Те, що вас трясє/драгує/чіпляє - це нормально. Це нормальна реакція».

«Що я можу зараз для вас зробити?»

Запитати: «Ви їли? Пили?» (нагадувати пити воду – якщо людина щойно пережила стресову або кризову ситуацію).

«Я не можу вирішити це за вас. Але ми можемо поговорити, як краще це зробити, спланувати?»

«Якщо ви вважаєте, що я не можу вам допомогти. Може є хоч щось, що я можу для вас зробити?»

3. Спочатку слухайте і уточнюйте:

- Слухайте слова.
- Слухайте інтонацію.

НУВІП УКРАЇНИ

- Спостерігайте рухи, жестикуляцію, міміку.
- Звертайте увагу на паузи і відмічайте теми, які замовчуються.
- Уточнюйте значення слів/подій для людини («що це для Вас значить?», «що Ви мали на увазі?»).

НУВІП УКРАЇНИ

- Будьте чутливими до того, що людина «говорить» емоціями.

Приклад: Молода жінка звернулася з головним болем. Вона хоче, щоб Ви їй допомогли звернутися до лікаря або видали знеболювальні. Якщо ми почуємо лише її слова, то дамо ліки і відправимо додому.

НУВІП УКРАЇНИ

Думки фахівця: У неї тремтять руки. Це через головний біль, чи щось інше. Я спробую поговорити про це.

Фахівець: Будь ласка, розкажіть детальніше про біль. Де і як болить? Чи бувають періоди, коли біль стає сильніше або вщухає?

НУВІП УКРАЇНИ

Жінка: У мене болить ліва половина голови. Це гострий біль, який посилюється при голосних звуках.

Фахівець: А коли розпочався? Жінка: Десять тижнів тому. Фахівець: Розкажіть, коли Ви вперше відчули цей біль?

НУВІП УКРАЇНИ

Жінка: Я завжди була здоровою, енергійною. Виховую трьох дітей, ніколи ні на що не скаржусь... Проте на минулому тижні раптово з'явився цей біль, навіть з ліжка не могла підвестись.

Фахівець: Розкажіть про ваше життя на минулому тижні. Чи змінилось щось небудь в ньому?

НУВІП УКРАЇНИ

Жінка: Так. Мій чоловік повернувся в Донецьку область. У нас там лишилося велике господарство, будинок.

Думки фахівця: В її голосі чути тривогу і гнів.

НУВІП УКРАЇНИ

Фахівець: Як змінилось Ваше життя, коли чоловік поїхав? Жінка: Ми ніколи не розлучалися надовго. А тепер часто не можу йому додзвонитися. У такі хвилини мені хочеться вити... Але не можна, треба тримати себе в руках, у мене діти. Я повинна підтримувати чоловіка. З нами ще живуть старенькі батьки – потрібно й про них дбати.

НУВІП УКРАЇНИ

Думки фахівця: Тепер я, мабуть, розумію, чому у неї болить голова.

Таблетки тут не допоможуть. Жінка взяла на свої плечі багато відповідальності.

Далі фахівцю варто навчити клієнтку технікам релаксації та запланувати «хвилини піклування про себе» у повсякденному житті жінки. А також запропонувати подальшу допомогу.

4. Докладіть зусилля для прояснення необхідної інформації:

- Застосовуйте інформаційне «зондування» (конкретизація інформації через закриті запитання, що передбачають відповідь «так» або «ні»).

- Ставте відкриті питання.

✓ Керуйте ходом бесіди.

Поведінка. Нам безпечніше звертатися по допомогу з якоюсь «зовнішньою» проблемою: «моя дитина відмовляється від їжі», «у мене болить голова», «у мене напади сильного серцебиття», «я не можу спати», «мій чоловік постійно свариться зі мною», «у мене не вистачає грошей», «я не можу зосередитися, думати»,..

Людині легше розпочати бесіду, описуючи свою поведінку або негативні наслідки подій.

Думки. Запитайте, що людина сама думає про ситуацію, яка склалась.

Всередині нас постійно лунає внутрішній діалог який може будуватись на негативних стратегіях інтерпретації: «я не зможу цього зробити», «я дурний»,

«я нікому не потрібний», «вони хочуть тільки грошей», «мені ніхто не зможе допомогти», «я сходжу з розуму».

Приклад: Молода вдова звернулася по допомогу через те, що постійно плаче.

Фахівець спочатку запитує про поведінку: Розкажіть мені, коли Ви розпочали плакати так часто?

Жінка. Після смерті чоловіка я багато плакала, але потім перестала.

Нещодавно я намагалася знайти роботу, проте нічого з цього не вийшло, мене не взяли. Потім я почала плакати майже весь час.

Фахівець: Про що Ви думаєте, коли плачете?

Жінка: Я думаю, що життя моє жахливе і що воно вже ніколи не стане кращим.

Фахівець: Чи вважаєте Ви, що можете щось зробити для покращення свого життя?

Жінка: Я, мабуть, занадто дурна і нічого не вмію.

Із бесіди видно, що у жінки сформувались стійкі переконання, що вона ні на що не здатна. Надалі можна продовжити роботу в ключі коуч-технік – методик, які передбачають допомогу в постановці цілей та пошуку найбільш ефективних шляхів втілення, а також мотивацію та підтримку в процесі соціально-психологічної адаптації.

Тема 1. Заняття 2

Емоції. У нашій культурі склалося негативне ставлення до відкритого вираження емоцій, і люди вважають, що вони повинні здаватися впевненими, врівноваженими і сильними. Якщо попередні етапи роботи ви пройшли успішно, і людина зрозуміла, що може відкрито виражати свої емоції, то вони прориваються назовні потоком слів, сліз, тілесних реакцій (рухи, жести, тремтіння). Заохочуйте це, але не нав'язуйте. Людина може розпочати кричати, гніватися, впадати у відчай. Проте саме це і є терапевтичним для людини. Стимування переживань може призвести до функціональних та емоційних розладів. Вам може бути важко вислуховувати такі слова.

Лишайтеся спокійним і дайте людині час на проживання своїх переживань. На цьому етапі не варто розробляти плани покращення ситуації і давати поради. Дайте клієнту прожити ці емоції, бо, можливо, більше ніде у нього на це немає можливості. Якщо людина розпочинає свою бесіду з поведінки, то слід ставити уточнюючі питання. А потім спробувати дізнатися, що людина думає, далі – спробувати прояснити її переживання.

Пристад: Чоловік: Я не можу заснути. Мені потрібні снодійні.

* *спочатку аналізуємо поведінку чоловіка.

Фахівець: Протягом якого часу Ви не можете заснути?

Чоловік: Близько місяця.

Фахівець: Вам тяжко засинати кожну ніч?

Чоловік: Майже кожну.

Фахівець: Чим відрізняються ті ночі, коли Ви можете заснути?

Чоловік: Я лишаю ввімкненим світло в будинку і на вулиці. Фахівець: Що Ви відчуваєте, коли лежите в ліжку?

Чоловік: Відчуваю втому.*

*із цієї відповіді можна зрозуміти, що консультант зарано запитав про емоції, людина ще не була готова поділитися ними. Тому він запитує про думки. Фахівець: Про що Ви думаете, коли лежите в ліжку?

Чоловік: Про той час, коли деденерівці прийшли до нас додому і погрозували, забрали авто... (мовчить, а потім починає плакати. Консультант говорить підтримуючу фразу).

Фахівець: Це, мабуть, дуже тяжко, думати про таке кожну ніч.

**чоловік киває головою і продовжує плакати.

Консультант не намагається утішити, а показує, що він розділяє його біль. Фахівець: Я знаю, що це може бути тяжко ділитися болісними переживаннями. Не поспішайте. Коли будете готові, будь ласка, розкажіть, що з Вами відбувається в той момент. Які переживання приходять до Вас.

Чоловік: Я лежу у ліжку і вслухуюся в кожен звук, що робиться в будинку, хто пройшов на вулиці, чому собака гавкає. Тиша лякає мене. Шурхіт лякає мене. Мене кидає в піт. (плаче... консультант певний час мовчить).

Фахівець: Що більш за все лякає Вас?

Чоловік: Я думаю, що вони повернуться за мною і цього разу вже вб'ють. Після вираження емоцій і встановлення ймовірної причини людина зазвичай готова перейти на когнітивний рівень і проаналізувати, які рішення були прийняті на основі переживань (чоловік щодня очікує приходу злочинців).

Далі одним із варіантів роботи може бути застосування техніки реалістичного прогнозування (КІПТ) в поєднанні з релаксаційними прийомами.

5. Надайте людині підтримку. Поміркуйте, як Ви можете дати зрозуміти іншому, що чуєте не лише його слова, а й переживання? Якої підтримки хотіли б Ви в подібній ситуації? Часто нам буває важко слухати слова клієнта, нас чіпляє історія в певних моментах і хочеться плакати. Відмічайте і визнавайте в собі ці емоції. Часто саме це дозволяє проявити участь у підтримці людини.

НЕ МОЖНА ВЖИВАТИ ФРАЗИ:

1. «Ну, мені все зрозуміло». (Вони відразу втрачають до вас інтерес. Він був на війні і в нього унікальна ситуація).

2. «На все воля Божа», «Це ще що, а ось у мого кума було...».

3. «Я б на вашому місці». (Ви не можете бути на його місці, ви не та людина, яка може його вчити зараз. Ніхто не та людина).

4. «Чи не хочете води...» – Жодних умовностей і негативних питань.

Просто даєте склянку води: «Прошу, випийте».

5. Сприяйте розвитку у людей уміння жити, опираючись на свої власні сили:

- Говоріть про майбутнє.

- Пояснюйте ситуацію, що відбувається зараз, що буде потім і що людина з нею справляється, якщо ні – поясніть, як можна.

- Не «відловлюйте» людей – не вмовляйте їх прийти на консультацію; просто скажіть, де і коли ви працюєте.

6. Оцінка характеру проблем.

7. Вироблення плану дій:

- Чітко визначте проблеми.

- Переведіть їх в статус цілей.

- Визначте, яку ціль необхідно виконати першою

- Складіть план дій.

- Записуйте самі та спонукайте до цього людину.

- Слідкуйте за виконанням конкретних дій людиною, яка потребує допомоги.

8. Заплануйте наступні зустрічі, надайте робочі контакти.

Стресовий стан може стати кризовим через повторне безрезультатне намагання звільнитися від нього. Із цим станом важко справитися, особливо коли власних сил і ресурсів недостатньо. І тоді стресовий стан переходить в

кризу, бо людина повторно і безуспішно користується одними і тими ж стратегіями, щоб вийти з важкого становища. Інакше кажучи, людина застрягає на одній реакції, на одному методі подолання, але без результатів.

Криза в цьому випадку розвивається на «зацикленості» та ригідності. Переживання, які поглинають людину, настільки важкі, що часто вона не може

впоратися з ними самотужки. Життєві цілі зникають, людина не в змозі бачити майбутнє або поставити перед собою інші цілі, дати своєму життю нового значення. І як результат, адаптація до нової реальності ускладнюється

Подолання – це спроба перебороти труднощі життя шляхом відновлення над ними влади і контролю. Це зусилля, за допомогою якого люди мобілізують всередині і зовні самих себе ресурси і сили, які дадуть їм відчуття, що їхні

проблеми їм під силу. В умовах стресу психологічна адаптація людини відбувається, головним чином, за допомогою копінг-стратегій і механізмів психологічного захисту. Одні й ті ж події життя можуть мати різне стресове

навантаження залежно від їх суб'єктивної оцінки або від того, які норми реагування дорослі транслиують дітям.

Завданням спеціалістів будь-якого профілю є допомогти людині адаптуватися на новому місці і повернутися максимально швидко до звичного життя. Важливо знайти і якомога раніше відновити зв'язки між минулим та

теперішнім, відновити ту картину світу, яка була до травми, опираючись на професійну приналежність, на рольову приналежність, на відновлення тієї поведінки, яку можна відновити в теперішніх умовах життя.

3.2. Аналіз та інтерпретація результатів експериментальної роботи

З метою визначення ефективності розробленої програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних послуг нами було проведено повторну діагностику основних

діагнозів внутрішньо переміщених осіб після впровадження розробленої програми соціально-психологічної адаптації в Голозівському центрі соціальних послуг.

В результаті реалізації програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб та повторного аналізу рівня їх адаптації можна побачити певні події у таких показниках:



Рис. 3. Результати діагностики внутрішньо переміщених осіб за методикою «Діагностика соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса і Р. Даймонда

Як бачимо адаптація збільшилася на 11%, що характеризує ефективність реалізованої програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб за достатньо невеликий час. Прийняття інших покращилося внутрішньо переміщеними особами на 20 %, не суттєві зрушення в самоприйнятті внутрішньо переміщеними особами складають від 50 до 54%. Емоційний комфорт внутрішньо переміщених осіб продемонстрував збільшення на 9%.

Результати діагностики внутрішньо переміщених осіб за методикою самооцінки емоційного стану Уессміна-Рікса наведені на таблиці 3.1.

Аналіз самооцінки емоційного стану внутрішньо переміщених осіб за методикою Уессміна-Рікса продемонстрував наступне: 77 % внутрішньо переміщених осіб мають високий рівень тривожності, що у свою чергу є на 10 % менше ніж до початку реалізації програми. Високий рівень втомленості визначається у 78 %, а 22 % внутрішньо переміщених осіб демонструють високий об'єм енергії та готовність до активного повноцінного життя, що значно поліпшило їх попередні показники.

Таблиця 3.1

Результати діагностики внутрішньо переміщених осіб за методикою самооцінки емоційного стану Уессміна-Рікса

Спокійність - тривожність	Шкала 4-10 77%	Шкала 7-9 23%
Енергійність - втомленість	Шкала 5-8 78%	Шкала 9-4 22%
Піднесення - пригніченість	Шкала 6-6 58%	Шкала 5-8 42%
Впевненість у собі - безпорадність	Шкала 8-7 50%	Шкала 4-7 50%

Отримані нами результати по завершенні реалізації програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб можуть бути використані для реалізації наступних рекомендацій:

- задля вироблення певної стратегії щодо інтеграції внутрішньо переміщених осіб в новий соціум, внутрішньо переміщені особи мають згуртуватися, а саме – підтримувати коло спілкування зі своїми близькими, рідними, друзями та новими знайомими у новій місцевості;

- шляхом об'єднання української нації треба на новій сильній системі загальнолюдських цінностей, що забезпечить цілісність і збалансованість та дасть можливість усвідомити усьому суспільству національні інтереси та інтереси української держави здійснити державно-національну ідентифікацію України, що сприятиме піднесенню національної гідності та самосвідомості.

Висновки до третього розділу

Визначення ефективності розробленої програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах центру соціальних послуг нами було проведено повторну діагностику основних

діагнозів внутрішньо переміщених осіб після впровадження розробленої програми соціально-психологічної адаптації, в результаті соціально-

психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб збільшилася на 11%, що характеризує ефективність реалізованої програми за достатньо невеликий час.

Прийняття інших покращилося на 20 %, не суттєві зрушення в самоприйнятті мають від 50 до 54% внутрішньо переміщених осіб. Емоційний комфорт

внутрішньо переміщених осіб характеризує збільшення на 9%.

Аналіз самооцінки емоційного стану внутрішньо переміщених осіб за методикою Уесеміна-Вікса продемонстрував наступне: 77 % внутрішньо

переміщених осіб мають високий рівень тривожності, що у свою чергу є на 10

% менше ніж до початку реалізації програми. Високий рівень втомленості

визначається у 78 %, а 22 % внутрішньо переміщених осіб демонструють

високий об'єм енергії та готовність до активного повноцінного життя, що значно поліпшило їх попередні показники.

Отримані нами результати по завершенні реалізації програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб можуть бути використані для реалізації певних рекомендацій.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження дає підстави сформулювати наступні висновки.

1. Теоретичний аналіз проблеми дав можливість з'ясувати, що адаптація це процес зміни поведінки та психологічних процесів, що дозволяє людині адекватно реагувати на зміни у навколишньому середовищі для досягнення оптимального функціонування та збереження психічного благополуччя. Соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб - це процес адаптації людей, які були змушені покинути своє місце проживання через конфлікти, насильство, природні катастрофи чи за інших подібних причин, до нового соціального та культурного середовища. Цей процес містить низку взаємодій із новим оточенням, як-от отримання роботи, житла, освіти, доступу до медичних та інших соціальних послуг, а також побудову нових соціальних зв'язків та інтеграцію в нову спільноту. Теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб дозволив визначити її як процес інтеграції в систему соціально-психологічних зв'язків та стосунків, що виникають в новому соціальному середовищі їхньої життєдіяльності. У соціально-психологічній адаптації взаємодіють дві складні системи – особистість та середовище. Процес соціально-психологічної адаптації залежить як від індивідуально-психологічних особливостей людини, так і від ознак того соціального середовища, до якого вона намагається пристосуватися. Результат соціально-психологічної адаптації впливає на визначення місця особистості у суспільстві та якісне виконання обраних нею соціальних ролей. Як соціально-психологічне явище адаптація таких осіб розглядається як процес входження особи в певну групу, засвоєння нею норм, відносин та займання певного місця у структурі відносин між членами групи. Значний вплив на успішність цього процесу здійснюють особливості обраної стратегії та її відповідність конкретній ситуації. Внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка

перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або в мету уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру.

2. Встановлено, що першочерговими проблемами всіх вимушено переміщених осіб, сімей з дітьми є реєстрація, їжа, житло, соціальні виплати, освіта дітям, особливо в дитячих садках, послуги з охорони здоров'я, працевлаштування працездатних членів родини і забезпечення певного рівня життя родини для виховання, догляду і розвитку дітей, життя членів сім'ї.

З'ясовано, що не всі переселенці шукають роботу, а ті, хто влаштувався не в місцях компактного проживання, по допомогу вже не звертаються після реєстрації і рішення названих першочергових задач. Окремо стоїть проблема психологічної адаптації до нових умов життя і психологічний стан переселенців, яка навіть за умов розв'язання всіх першочергових соціальних проблем довго ще дає про себе знати і позначається на самопочутті, поведінці, спілкуванні, стосунках переселенців, вимагає на своє вирішення професійними методами.

3. Основним методом соціальної роботи з внутрішньо переміщеними особами сьогодні є ведення випадку, під яким розуміють такий спосіб здійснення соціальної роботи, метою якого є формування у дезадаптованої людини навичок самостійного вирішення проблем задля успішної адаптації у соціумі. Метою ведення випадку переселенця є соціальна адаптація до нових умов життя, що сприяє реінтеграції вимушено переміщеної особи в українське суспільство. Встановлено, що адаптація є результатом розв'язання послідовно повторюваних ситуацій, процес їх подолання, в ході якого особистість використовує вже набуті вміння і механізми поведінки або відкриває нові способи поведінки і розв'язання задач, засвоює новий досвід поведінки. Тому для успішної соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених

осіб, важливо розробити програму соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб, навчати і інформувати їх про шляхи розв'язання проблем, роз'яснювати алгоритм дій, переконувати, показувати

зразки дій, наводити приклади, ілюстрації, демонстрації, аналізувати ситуації, виконувати вправи, перевіряти і корегувати дії. Це вимагає в соціальному

супроводі таких сімей застосовувати такі форми як лекції, індивідуальні просвітні бесіди для формування знань та переконань, мотивації до розв'язання своїх проблем, а також для формування умінь – тренінги, групи

підтримки тощо.

4. За результатами дослідження нами розроблено наступні рекомендації:

- з метою розроблення стратегії щодо соціально-психологічної адаптації та інтеграції внутрішньо переміщених осіб в новий соціум, внутрішньо

переміщені особи мають згуртуватися, а саме – підтримувати коло

спілкування зі своїми близькими, рідними, друзями та новими знайомими у новій місцевості;

- шляхом об'єднання української нації треба на новій спільній системі загальнолюдських цінностей, що забезпечить цілісність і збалансованість та

дасть можливість усвідомити усьому суспільству національні інтереси та інтереси української держави здійснити державно-національну ідентифікацію

України, що сприятиме піднесенню національної гідності та самосвідомості.

Результати контрольної-аналітичного етапу дослідно-експериментальної роботи засвідчили ефективність програми соціально-психологічної адаптації

внутрішньо переміщених осіб в умовах центрів соціальних служб, оскільки зафіксовано позитивну динаміку показників.

Подальшого дослідження потребують проблеми реалізації природо-терапевтичної програми соціально-психологічної адаптації дітей-сиріт в

центрах соціальних служб.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Блинова, О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів:

підходи і проблеми вивчення феномена аккультурації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки» :*

зб. наук. праць. – Херсон : Гельветика, 2016. – Вип. 3, том 1. – С. 111-

117. URL: [http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/111455789/2720/%](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/111455789/2720/%D0%91%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0_1.pdf)

[D0%91%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0_1.pdf](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/111455789/2720/%D0%91%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0_1.pdf)

[?sequence=1](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/111455789/2720/%D0%91%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0_1.pdf?sequence=1)

2. Боровинська І. Є. Готовність внутрішньо переміщених осіб до оволодіння соціально-психологічними стратегіями життєвої успішності.

URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/06/br20190826.pdf> (дата

звернення: 18.08.2022).

3. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб : дис. ... д-ра пед.

наук 13.00.05 / Тернопіл. нац. пед. ун-т ім. Володимира Гнатюка.

Тернопіль, 2019. 559 с.

4. Вимушена міграція і війна в Україні. Cedos. URL:

[https://cedos.org.ua/researches/vymushenamigracziya-i-viina-v-ukravini-24-](https://cedos.org.ua/researches/vymushenamigracziya-i-viina-v-ukravini-24-bereznya-10-cheruvna-2022/)

[bereznya-10-cheruvna-2022/](https://cedos.org.ua/researches/vymushenamigracziya-i-viina-v-ukravini-24-bereznya-10-cheruvna-2022/)

5. Вишньовський В. Психологічна адаптація вимушено переміщених осіб,

жертв

воєнних

конфліктів.

https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/37882/2/MCTD_2022_Vyshnevsky

[V-Psychological adaptation 3-5.pdf](https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/37882/2/MCTD_2022_Vyshnevsky)

6. Волков Д. С., Абагурова О. А. Особливості просоціальної поведінки в умовах воєнного стану. *Science of XXI century: development, main theories*

and achievements. 2022. С. 12-15.

7. Гундєртайло Ю. Д. Особливості психологічної допомоги вно у сучасних реаліях. Всеукраїнський науково-практичний семінар. м. Х-ті

Гротівські читання Ракурси психологічного благополуччя особистості, 9 черв. 2017 р. С. 54–58.

8. Гудвін-Гілл Г.С. Статус біженця в міжнародному праві / Г.С. Гудвін-Гілл. М., 1997. С. 314–315.

9. Денисюк С. Г., Корнієнко В. О. Адаптація як передумова самореалізації військовослужбовців до умов цивільного життя. Актуальні проблеми проектування, виготовлення і експлуатації озброєння та військової техніки : мат. всеукр. наук.-техн. конф., Вінниця, : ВНТУ, 2017. С. 111–113.

10. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» № 1706-VII від 20.10.2014

11. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 158 с. 5.

Кризова психологія: навчальний посібник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.

12. Коллі-Шамне А., Старцева В. Google-форма як інструмент дослідження соціально-психологічних проблем українців – вимушених мігрантів у перші місяці війни 2022 року. Трансформаційні процеси в умовах війни та післявоєнного періоду. Збірник матеріалів Всеукраїнської міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Чернігів, 10 червня 2022 року). Чернігів: ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2022. С.234-237.

13. Короход Я., Корнута Л. Арт-терапія : навч.-метод. реком. для здобув. почат. рівня (короткого циклу) вищ. освіти ступеня молод. бакалавра ф-ту психології, політології та соціології НУ «ОЮА») [Електронне видання] / Я. Короход, Л. Корнута ; Нац. ун-т «Одес. юрид. академія». – Одеса : Фенікс, 2023. – 40 с.

14. Кравченко О.О., Кравченко О.О. Соціально-психологічна реабілітація ВПО: з досвіду Уманського державного педагогічного університету

імені Павла Тичини. Соціальна психологія. Юридична психологія.
Випуск 41. 2022.

15. Кузьмич Т. Соціальна адаптація внутрішньо переміщених сімей з дітьми. Традиції та нові наукові стратегії у центральній та східній Європі. 2020. С. 126–134. URL: <https://novaosvita.com/wp-content/uploads/2020/07/ScStrCEEuk-Kyiv-June2020.pdf#page=123>

16. Мазіна Н. Е. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру. Вісник Маріупольського державного університету, Серія: Філософія, культурологія, соціологія. 2016. Вип. 12. С. 131–138.

17. Макарова О. В. Соціальна політика в Україні : монографія; Ін-т демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України. К., 2015. 244 с.

18. Малиха М. І. До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика. Грані. 2015. № 8. С. 6–11.

19. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності : [навч.-метод. посіб.] / І. М. Матійків, А. І. Якимів, Т. Г. Черняк / За заг. ред. А. І. Якиміва. – Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.

20. Мельник О. В. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій : автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2019. 20 с.

21. Ми пережили: техніки відновлення для сімей, військових, цивільних та дітей: практичний посібник для внутрішньо переміщених осіб, демобілізованих та їхніх сімей / за наук. ред. І. В. Циганенко. – К. : ЛОГОС, 2016. 202 с.

22. Міністерство соціальної політики України URL: http://www.msp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article?art_id=167122&cat_id=107177.

23. Наджафгулієв Рафіг Іслам огли. Адміністративно-правовий статус біженців і вимушених переселенців в Азербайджанській Республіці. канд. юрид. наук. 12.00.07. К., 2013. 195 с.

24. Назаренко І. І., Якимець В. М., Печиборщ В. П., Слабкий Г. О., Іванов В. І., Поліщук А. О. Проблемні питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції об'єднаних сил в Україні (аналітичний огляд літератури). Україна. Здоров'я нації. 2019. № 1. С. 48–58.

25. Нестеренко М. О. Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. Науковий журнал «Гуманітарні студії: історія та педагогіка». 2021. № 1(04). С.200–202. URL: <http://nauksgf.wnu.edu.ua/index.php/npsgf/issue/view/3>. (дата звернення: 18.09.2022).,

26. Оржель О. Соціальна місія університету під час воєнного часу в суспільстві знань. Міжнародний науковий журнал «Університети і лідерство» 3 (2022). С. 26–36.

27. Песоцька Ю. Соціальна реабілітація та соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб. Social Work and Education. 2022. № 9. С. 89–99.

28. Права та обов'язки внутрішньо переміщених осіб @ WikiLegalAid. Платформа правових консультацій WikiLegalAid. URL: https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/Права_та_обов'язки_внутрішньо_переміщених_осіб#. (дата звернення: 26.09.2022).

29. Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту: Закон України від 23.10.1993 № 3551-XII. Відомості Верховної Ради України (ВВР). 1993. № 45. Ст. 425. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3551-12> (дата звернення: 05.10.2021).

30. Про схвалення Стратегії державної міграційної політики України на період до 2025 року [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/ua/pras/250149647>.

31. Психологічна допомога мігрантам: травма, зміна культурного середовища, криза ідентичності. *Науковий збірник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2021. 479 с.

32. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім П 61 батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинцев Л.С. К. : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.

33. Свій серед чужих: психологічна адаптація в чужій країні . 28.04.2022.

Режим доступу: <https://holdyou.net/news/psihologicheskayaadaptaciya-v-chuzhoj-stranc>.

34. Семиченко В.А., Зданевич Л.В. Системно-структурний підхід до процесу адаптації студентів. Проблеми адаптації студентів до навчання за умов фахової ступеневої підготовки: збірник тез за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції. Хмельницький. 2002. С.12- 20.

35. Сірант М. М. Брженц та внутрішньо переміщені особи: співвідношення понять. *Митна справа*. 2015. № 2 (2.2). С. 154-159.

36. Слюсаревський М. М. Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді. *Вісник НАПН України*. 2022. № 4(1) С. 1-11.

37. Соловйова В. Пошук шляхів надання спеціалізованої психологічної допомоги дітям ВПО через систему перенаправлення. Головна сторінка eKMAIR. URL: http://ekmajr.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/13285/Solovyova_Poshukia_sbliakhiv_nadannia_spetsializovana_poi_psykholohichnoi_dopomohy.pdf?sequence=1 (дата звернення: 26.09.2022).

38. Соціальна адаптація ВПО: які інструменти для підтримки переселенців потребують впровадження. <https://sss-ua.org/news/sozialna-adaptacziya/>

vno-yaki-instrumenty-dlya-pidtrymky-pereselencziv-potrebnuyt-vprovadzhennya/

39. Татаренко Т. Етнічні кордони і міжетнічна толерантність. *Політичний менеджмент*. К. 2004. №5(8). С. 31–39.

40. Титаренко Т. М., Дворник М. С., Климчук В. О. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практ. посіб. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

41. Трибрат Т. А., Шуть С. В., Сакевич В. Д. Біженці, мігранти та переміщені особи під час війни: виклики для систем охорони здоров'я та громадського здоров'я. Організаційні та нормативно-правові аспекти діяльності системи громадського здоров'я в Україні в мирний час та під час війни: колективна монографія; за заг. ред. проф. Ждана В. М. та проф. Голованова Т. А. Полтава: ТОВ «Фірма «Техсервіс», 2022. С. 23–31.

42. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа ведення випадку в соціальній роботі з ними.

43. Уркаєв В. С., Плескач Б. В. Соціально-психологічні аспекти психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам. Збірник наукових праць інституту психології імені К. С. Костюка НАПН України. 2017. III, № 13. С. 74–84.

44. Циганенко Г., П'яста Р., Дідик Н. Любити, жити і чекати. Путівник для родин військових, які перебувають у зоні бойових дій. Львів : Колесо, 2018. 144с.

45. Чуйко О., Голотенко А. Соціальна підтримка в структурі особистісних ресурсів внутрішньо переміщених осіб. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»* Київ, 2017. №1(6), 2(7). С. 145-150.

46. Чуйко О. Соціальна реабілітація: підходи до змістових характеристик процесу. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 4 (29). С. 152–158. URL: <http://www.apspp.soc.univ.kiev.ua/index.php/home/article/viewFile/379/292>

47. Юрків Я. І., Луканов Д. В. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2021. Вип. 1 (48). С. 469-472.

48. Яблонська Т. М., Дембицька Н. М. Адаптація до цивільного життя військовослужбовців, які повернулись із зони бойових дій. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали II Міжнар. наук-практ. конф. К.: КНУ імені Тараса Шевченка 2017. С. 193–200.

49. Nikolajchuk M. The constituent elements of the mechanism of regulation of migration processes of the rural population, *Regional'na ekonomika*. 2005. Vol. 3, No. 37. P. 105-112.