

РОЛЬ І МІСЦЕ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ ВПО В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Дідух І. Я.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

(м. Івано-Франківськ)

iryna.didukh@pnu.edu.ua

Триває війна на Сході України, ми переживаємо військову агресію проти українців на значній частині території країни. Велика кількість населених пунктів разом із мешканцями потрапила під обстріли, люди пережили страх втрати життя – свого та близьких, і вимушені були втікати в ті регіони, де не ведуться активні бойові дії. Органи державної влади отримали завдання розмістити цих людей і забезпечити найнеобхіднішим: їжею, засобами гігієни, одягом, тимчасовим житлом тощо. Поряд із цим внутрішньо переміщені особи потребували психологічної підтримки та допомоги [1].

Воєнний конфлікт завжди має серйозні соціальні й психологічні наслідки, однією із найуразливіших груп населення стають внутрішньо переміщені особи (ВПО) та їхні сім'ї.

За таких умов роль і місце соціально-психологічного консультування набуває особливого значення. Науковці, що працюють у цьому напрямку, звертають особливу увагу на необхідність створення системи розвитку психічного здоров'я і психосоціальної допомоги, яка б підтримувала в організації самопомоги, адаптації та формуванні стійкості до факторів стресу у населення, яке постраждало [2].

Для забезпечення стабільності та ефективного розвитку сімей внутрішньо переміщених осіб держава повинна розробити чітку систему соціальної підтримки. Спільна діяльність фахівців різних галузей, таких як соціальні працівники, соціальні педагоги та психологи є важливою для успішного вирішення соціальних проблем різних категорій клієнтів [3].

Враховуючи наукові підходи в соціальній роботі, її нормативну базу в Україні, призначення у мирний та воєнний час, проблеми сучасних клієнтів соціальних служб, сутність і значення консультування в соціальній роботі, ми можемо говорити про комплексність проблем і необхідність застосування таких наукових підходів до консультування сімей ВПО, як родиноцентричний, допомога для самопомоги та кризове втручання. Таке розуміння методології консультування дозволяє виділити зміст консультування сімей ВПО за такими напрямками: психологічний, соціальний, соціально-педагогічний, освітній, економічний, правовий, медичний, діагностичний тощо.

Консультування сімей ВПО в умовах війни має свій зміст згідно з комплексом проблем і складності кожного окремого випадку. Відповідно можна виокремити різні типи сімей:

- ті, яким потрібна інформаційна допомога у вирішенні проблем;
- самотійні благополучні сім'ї, що опинилися в нових обставинах;
- ті, яким потрібна часткова допомога й підтримка у вирішенні окремих проблем;
- ті, яким потрібна тривала допомога й підтримка у вирішенні проблем. Ці сім'ї перебувають у кризі та не можуть самотійно вирішувати проблеми, виконувати свої функції щодо членів родини й у суспільстві в цілому.

Соціально-психологічне консультування в цьому випадку відіграє вирішальну роль у соціальній допомозі сім'ям ВПО, тому важливо правильно визначити його підвид для кожної окремої сім'ї, а саме: підтримуюче, інформаційне, навчальне тощо [4].

Ці види консультування є різними за ступенем підтримки й самотійності сімей ВПО у вирішенні проблем. Таке консультування дозволяє перейти від кризи й підтримки до самопомоги [5].

Соціально-психологічне консультування сімей ВПО під час воєнного конфлікту є надзвичайно важливим аспектом допомоги людям, що втратили свої домівки та стали жертвами війни. Сім'ї ВПО зустрічаються з численними психологічними проблемами: травмами, стресом, депресією, тривожними розладами. Тривога і страх майбутнього також є загальними явищами серед внутрішньо переміщених осіб і їх сімей.

Потребами внутрішньо переміщених осіб є:

- надання тимчасового притулку та забезпечення харчами, одягом, засобами гігієни;
- медичне обстеження, лікування;
- психологічна підтримка з боку кваліфікованих фахівців;
- одержання інформації про пільги на отримання допомоги (її види, порядок надання), організації, що надають таку підтримку тощо;
- узгодження процедур отримання соціальних виплат згідно з чинним законодавством;
- правова допомога (юридичне консультування; відновлення документів, реєстрації; встановлення (відновлення) опіки над дітьми; представництво інтересів у суді тощо);
- допомога з питань працевлаштування й зайнятості;
- пошук загублених унаслідок збройного конфлікту членів сім'ї.

Тому тут важливим є прояв доброзичливості громади, яка сьогодні стає першим притулком для ВПО. Громада – перше джерело для задоволення цих потреб внутрішньо переміщених осіб, забезпечення їх фізичної та емоційної безпеки, створення умов для виховання й

розвитку дітей. Соціально-психологічна консультація на цьому етапі роботи з сім'ями внутрішньо переміщених осіб може бути підтримуючою, що приводить до зняття негативних емоцій, напруги, тривоги і спонукає до раціонального прийняття рішень [5].

Після того, як сім'я ВПО прийняла рішення залишитися на новому місці, їй потрібна консультація щодо адаптації в новій громаді, регіоні, освітньому й професійному, соціальному середовищі.

Інформаційне консультування є необхідним для вирішення побутових проблем, спілкування; екскурсій містом і культурними місцями з показом шляхів вирішення різних проблем на місцевості; для розуміння звичаїв, традицій регіону.

З'ясування можливостей сім'ї ВПО, а не тільки проблем і потреб, є важливим для її адаптації та влаштування на новому місці. Діагностичне консультування дозволяє краще визначити шлях адаптації сім'ї в нову громаду.

Таким чином, маємо різні види соціально-психологічного консультування для вирішення різних проблем сімей ВПО в умовах війни, а соціально-психологічне консультування в цілому відіграє ключову роль у допомозі сім'ям внутрішньо переміщених осіб в подоланні психологічних та соціальних проблем.

При плануванні соціально-психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам слід враховувати, що багато з них не завжди усвідомлюють свої потреби в допомозі. Форми проведення таких заходів можуть включати:

1. Індивідуальну роботу (індивідуальні консультації та бесіди з актуальних питань, кризове консультування, пропрацювання травматичного досвіду, планування й ведення випадку, оцінку успіхів, терапевтичні сесії).

2. Сімейне консультування (опрацювання травматичного досвіду для всієї родини та постановка завдань на майбутнє. Сімейне консультування передбачає консультування батьків із питань профілактики психологічної травми в дитини і створення середовища підтримки в сім'ї).

3. Тренінги з розвитку життєвих навичок (зайнятість чи працевлаштування, дієва комунікація, визначення життєвих цілей, захист прав, здоровий спосіб життя і профілактика соціально небезпечних хвороб, насильства, виховання дітей і догляд за ними, формування сімейних стосунків, профілактика конфліктів тощо, які є корисними для ВПО з метою подальшої їх адаптації).

4. Групи взаємодопомоги і взаємопідтримки (формується в центрах компактного проживання ВПО або територіальних центрах, де вони перебувають. Вони формують згуртованість членів громади, сприяють розвитку самостійності, віри у власні сили.

5. Психокорекційні групи (спрямовують ВПО на розуміння травми і навчання стратегіям подолання стресу). Під час групових робочих сесій згідно з поставленими завданнями використовують такі психотерапевтичні методи: методи релаксу, гештальт-терапія, біхевіористична терапія, психодрама, когнітивна терапія і тощо. Для перших сесій важливо побудувати довірливі стосунки у групі, щоб сприяти відкритості учасників.

6. Залучення до програм підтримки внутрішньо переміщених осіб, які успішно подолали складні обставини. У такі програми входять активні учасники громади з числа ВПО з певним досвідом і бажанням ним поділитися, готові вчитися й розвивати мережу підтримки. Ці ініціативи важливі, оскільки вони дозволяють ВПО розуміти проблеми і потреби тих, хто пережив схожий досвід. Програми можуть включати наставництво, допомогу за принципом «рівний – рівному», заняття для дітей чи молоді, розробки інформаційних і роздаткових матеріалів, надання гуманітарної допомоги [6].

Соціально-психологічне консультування – це одна з ключових складових системи підтримки сімей ВПО в умовах воєнного конфлікту. Воно повинно бути інтегрованим у загальну систему допомоги, співпрацювати з іншими галузями: медициною, освітою, соціальними службами – для забезпечення комплексної підтримки сімей внутрішньо переміщених осіб.

У ситуації воєнного конфлікту особливої важливості набуває своєчасне надання першої психологічної допомоги. Вона насамперед зосереджена на людях, які зазнали травм від пережитих подій тільки що або нещодавно, і перебувають у важкому психічному стані. Фахівці звертають увагу на те, що таку допомогу може надавати будь-хто, хто в цей момент знаходиться поруч, а не лише спеціалісти під час фахової консультації. Перша психологічна допомога передбачає підтримку постраждалої особи – емоційну, фізичну, соціальну, а також посилює відчуття безпеки.

Отже, соціально-психологічне консультування для сімей ВПО виконує багатофункціональну роль у сприянні їхньому фізичному й психологічному відновленню. Воно спрямоване на полегшення процесу адаптації до нового життя, підвищення психологічного благополуччя і сприяння соціальній інтеграції в новому оточенні. В умовах воєнного стану важливо також надавати відповідну підтримку і фахівцям у галузі соціально-психологічного консультування, які працюють із ВПО, оскільки вони можуть і самі відчувати психологічне навантаження та втрати. Забезпечення надійної системи підтримки для цих спеціалістів, розвиток їх професійних навичок – також важливий аспект забезпечення успішного консультування. Усі ці зусилля спрямовані на відновлення нормального життя і психологічного благополуччя сімей, що потерпіли внаслідок воєнних конфліктів, та сімей ВПО і сприяють процесу відновлення суспільства в цілому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Каменшук Т. Д. Роль і місце психологічної допомоги для внутрішньо переміщених сімей в умовах воєнного часу. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти*. Серія «Педагогіка. Психологія». Вип. 1, 2022.
2. Алексєєнко Т. Ф., Жданович Ю. М., Зверєва І. Д. Соціальна педагогіка : словник-довідник / за ред. Т. Ф. Алексєєнко. Вінниця : Планер, 2009. 542 с.
3. Міхеєва О. Ю. Соціально-правова підтримка сімей вимушених переселенців. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. С. 88–94. (Серія 11. «Соціальна робота. Соціальна педагогіка»).
4. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях : навч. посіб. Миколаїв : Іліон, 2019. 134 с.
5. Трубавіна І. М., Каліна К. Є. Консультування вчителями сімей з дітьми в Україні в умовах війни. Засоби навчальної та науково-дослідної роботи. 2022. Вип. 58. С. 73–82. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/sciencemeans/article/view/3996>. (дата звернення: 21.08.2023).
6. Мельник Л. А. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посібник для практиків соціальної сфери / ред. Л. С. Волинець. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.

ПРОБЛЕМИ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ НА ЕТАПІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДЕКОМПРЕСІЇ

Жа́ра Г. І.

*Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
zhannafarm@gmail.com*

Психічне здоров'я військовослужбовців Збройних сил України, які захищають нашу країну від збройної агресії російської федерації, зазнає суттєвих негативних впливів під час виконання бойових завдань. Важливим етапом їх медико-психологічної реабілітації є так звана психологічна декомпресія, яка проводиться з метою поступового переключення механізмів реагування в екстремальних (бойових) умовах до мирних умов життєдіяльності; стабілізації психоемоційного стану військовослужбовців, профілактики розвитку у них психогенних розладів [2]. Правильна організація психологічної декомпресії є необхідним завданням для фахівців лікувальних та медико-профілактичних закладів.

Мета дослідження – аналіз викликів, які постають перед фахівцями при організації медико-психологічної реабілітації військовослужбовців Збройних сил України на етапі психологічної декомпресії.

Для отримання емпіричних даних використано комплекс методів (спостереження, опитування, аналіз медичної і психологічної документації, структуроване інтерв'ю, психологічне діагностування (скринінг) за затвердженими методиками [2], метод експертних оцінок).