

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ТА ДОРОСЛИХ З ЧИСЛА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Єдалова О. Л.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
edalova@meta.ua*

Особливості соціально-психологічної адаптації підлітків та дорослих, які є внутрішньо переміщеними особами, є важливою темою для дослідження в умовах сучасної соціально-політичної ситуації, особливо в країнах, що переживають збройні конфлікти, природні катастрофи або інші кризи. Станом на 22 жовтня 2024 року в Україні офіційно зареєстровано 4 646 735 внутрішньо переміщених осіб, соціально-психологічна адаптація яких є найактуальнішою проблемою як для них самих, так і для представників територіальних громад, які їх приймають.

Соціально-психологічна адаптація передбачає процес інтеграції індивіда в нове соціальне середовище після пережитих стресових ситуацій або змін у житті. Це важливий етап у житті будь-якої особи, але особливо важливий для внутрішньо переміщених осіб, оскільки вони стикаються з численними труднощами, такими як втрата дому та рідного середовища, через що підлітки та дорослі можуть переживати емоційний стрес через втрату знайомих умов, друзів, рідної громади та звичних соціальних зв'язків; невизначеність майбутнього, що в свою чергу може викликати відчуття тривоги та непевності; соціальна ізоляція, яка виникає внаслідок втрати соціальних зв'язків, а також стигматизації з боку місцевого населення, що можуть спричинити відчуття відчуження, що є особливо важким для підлітків, які перебувають на етапі розвитку власної ідентичності.

Для того, аби процес соціально-психологічної адаптації для зазначених категорій громадян проходив безболісно та успішно, необхідно постійно аналізувати та вивчати процес адаптації людей, що були вимушено переміщені з-за умов війни або інших кризових ситуацій. Такі дослідження мають фокусуватися на вивченні особливостей адаптаційних процесів, а також на факторах, що впливають на успішність чи складність цього процесу для підлітків і дорослих осіб.

Для комплексного аналізу соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб застосовуються як кількісні методи, так і якісні методи. Зокрема, анкетування та опитування, які використовуються для збору даних про психологічний стан, рівень стресу, соціальні проблеми, потреби внутрішньо переміщених осіб;

психологічні опитувальники та тестування, які є необхідними для оцінки емоційного стану та рівня стресу. А з іншого боку це інтерв'ю (напівструктуровані або глибокі інтерв'ю), що дає можливість отримати більш глибоке розуміння індивідуальних переживань, проблем, труднощів, а також механізмів адаптації, які використовують підлітки та дорослі; створення фокус-групи із залученням групи людей для обговорення проблем, з якими вони стикаються, дозволяє виявити колективні стратегічні підходи до адаптації, соціальні норми та стратегії підтримки; спостереження за поведінкою ВПО в нових соціальних умовах, що може дати додаткову інформацію про адаптаційні стратегії, соціальну інтеграцію і взаємодію з оточенням. Комбінування кількісних і якісних методів дозволить отримати більш багатий і точний результат, забезпечить різноманітні перспективи досліджуваного процесу.

Дослідження соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб має здійснюватися на основі таких організаційних принципів, як залучення фахівців (команда дослідників повинна включати психологів, соціальних працівників, соціологів і статистиків, які будуть взаємодіяти для збору і аналізу даних); етика дослідження (оскільки учасники можуть пережити серйозні психологічні травми, важливо забезпечити конфіденційність, а також належну психологічну підтримку в процесі дослідження); вибірковість (для отримання репрезентативних даних слід обирати учасників з різних регіонів, вікових категорій і соціальних груп серед ВПО).

Результати проведених досліджень, що стосуються соціально-психологічної адаптації підлітків і дорослих з числа внутрішньо переміщених осіб, вказують на різноманітні труднощі, з якими стикаються ці групи населення. Водночас, дослідження також висвітлюють фактори, що сприяють успішній адаптації. Зокрема, у підлітків, які стали внутрішньо переміщеними особами, часто спостерігається високий рівень психологічного стресу, що проявляється в тривожності, депресії, агресивності та низькому рівні самооцінки. Багато з них переживають посттравматичний стресовий розлад через пережиті стресові ситуації, такі як війна, бомбардування, втрати. Часто підлітки часто не можуть адаптуватися до нового соціального середовища через відсутність соціальної підтримки, що важливо в цей період розвитку. Також важливою проблемою є криза ідентичності, адже підлітки починають відчувати себе «іншими» через зміни у їхньому соціальному та культурному середовищі.

Що стосується дорослих, то проведеними дослідженнями встановлено, що вони також стикаються з високим рівнем стресу і депресії, особливо у тих, хто пережив травмуючі ситуації або втратив близьких. Вони частіше переживають відчуження та відчуття

безпорадності, що пов'язано з втратою звичних соціальних ролей. Батьки часто переживають стрес, пов'язаний з необхідністю забезпечити родину в нових умовах, а також стикаються з труднощами в пошуку роботи та відновленні фінансової стабільності.

Дослідження показують, що соціально-психологічна адаптація підлітків і дорослих з числа ВПО є складним та багатофакторним процесом. Для успішної адаптації важливо враховувати психологічні потреби, соціальну підтримку та можливості для інтеграції в нові соціальні умови. Важливу роль у цьому процесі відіграють як індивідуальні, так і колективні ресурси, включаючи сім'ю, громаду та соціальні інститути.

ЛІТЕРАТУРА

1. Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій : метод. рек. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соціальної та політичної психології ; за ред. Т. М. Титаренко. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. 80 с.
2. Дослідження соціальних очікувань внутрішньо-переміщених осіб та інших соціально-вразливих груп населення місцевих громад щодо соціально-професійної інтеграції та вже існуючих їх соціалізації, особистісного та професійного розвитку в Полтавській обл. / авт. кол.: Є. Корзун, В. Карманенко, С. Везомська ; Громадська організація Центр освіти дорослих Полтавщини. Полтава, 2019. 47 с. URL: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/2finlweb.pdf>
3. Психологічні особливості дітей, переміщених із зони збройного конфлікту на південному сході України / Є. І. Степанова, Д. А. Бази́ка, Н. С. Полька, В. А. Позниш, І. Є. Колпаков, В. Ю. Вдовенко. *Довкілля та здоров'я*. 2019. № 3. С. 17–22.
4. Бе́ляєва Н. В. Забезпечення емоційного комфорту як складової здорового способу життя внутрішньо переміщених студентів. *Новітні теоретико-методичні й методологічні засади розвитку фізичного виховання і спорту* : матеріали регіональної наук.-практ. онлайн-конф., (Полтава, 5 трав. 2021 р.) / ред. колегія: П. В. Хоменко, О. О. Момот, І. В. Тараненко, О. М. Павелко ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка, Ф-т фіз. фих., Каф. теоретико-метод. основ викладання спорт. дисциплін. Полтава, 2021. С. 33–36. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/7792>.
5. Горлач Н. Психологічна робота з внутрішньо переміщеними особами. *Психолог*. 2016. трав. (№ 9-10). С. 70–77.
6. Дембіцький С. С. Оцінки соціально-психологічного стану населення України в умовах війни. *Вісник НАН України*. 2022. № 6. С. 79–84.
7. Демченко Ю. Ю. Поняття переміщена особа: стан проблеми, шляхи вирішення, особливості адаптації. *Екологія плюс*. 2016. № 6. С. 34–37.
8. Знахорчук К. Психологічна підтримка підлітків у період війни. Використання методів інтегративної арт-терапії. *Соціальний педагог*. 2022. № 9/10. С. 60–63.
9. Сенів-Макогон Н. Переміщені особи та культурна ідентичність. *Народна творчість та етнологія*. 2019. № 2. С. 41–47.
10. Скрипнікова В. Як правильно спілкуватися з тими, хто був у зоні бойових дій. *Полтавський вісник*. 2022. 22 верес. (№ 11). С. 6.

11. Соколов О. М. Статус внутрішньо переміщених осіб: цивільно-правовий аспект. *Держава і право* : зб. наук. праць / Ін-т держави і права імені В. М. Корецького НАН України. Київ, 2018. Вип. 79 : Юридичні науки. С. 182–193.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ В УКРАЇНІ В ПОДОЛАННІ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ

Комленко Л. Б.

Харківський приватний ліцей «Перша українська школа»

Харківської області в м. Полтава

liudmilakomlenko@gmail.com

Уже понад два роки українці живуть в умовах стресу, що був спричинений повномасштабним вторгненням військ росії до нашої країни. Стрес – це травма, яка «є неочікуваним, раптовим чинником, який виходить за межі досвіду особистості» [1]. Відомо, що короткочасний стрес може як мобілізувати, так і сприяти підвищенню працездатності та витривалості. Однак тривалий стресовий стан виснажує організм і не сприяє розвитку, а навпаки, призводить до тяжких психологічних наслідків. Відомо, що розвиток деяких форм ментальних порушень, внаслідок стресу, значно впливає на продуктивність людей, а відтак і на економіку країни: утрати від проблем, пов'язаних із психічним здоров'ям, можуть сягати 4-5 % ВВП. Тож у який спосіб можна протистояти впливу стресових чинників під час війни і як боротися з його наслідками? На подібні питання шукали відповіді різні фахівці в галузі медицини та психології, а також представники інших спеціальностей, дотичних до цих наук. Окрім того, в умовах довготривалої війни актуалізується питання надання оперативної психологічної та соціальної допомоги населенню, що зумовлює наукове обґрунтування безпекового напрямку в цій галузі. Теорія і практика сучасної психосоціальної роботи у сфері безпеки населення зумовлює необхідність підготовки фахівців, які здійснюватимуть ефективну соціальну й психологічну підтримку та захист в умовах сучасних небезпек і загроз. Отже, важливою рушійною силою, своєрідною антитравматичною умовою є психосоціальна підтримка населення.

Результати теоретичного аналізу літератури з проблеми психосоціальної роботи в Україні та за кордоном, а також видів допомоги особам, які перенесли бойові дії чи перебувають у вирі воєнних подій, та їхнього психологічного благополуччя дають змогу дійти висновків про те, що важливим завданням на сьогодні є визначення ефективних методів психосоціальної роботи допомоги населенню в подоланні наслідків війни. Оскільки суб'єктами