

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Пасько К. М. Використання арттерапевтичних засобів у роботі з психосоціального відновлення особистості. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 1. С. 144–147. URL: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.25>
2. Биков І. Використання арттерапії в професійній підготовці майбутніх учителів початкових класів для формування позитивного ставлення учнів до здоров'язбереження. *Acta Paedagogica Volynienses.* 2023. Вип. 3. С. 29–34. URL: <https://doi.org/10.32782/apv/2023.3.5>
3. Найчук В. В., Лесніченко Н. П. Розвиток стресостійкості особистості засобами арттерапії в умовах воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 2. С. 133–136. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.26>
4. Орленко І. М., Романчикова А. А. Використання арттерапії в корекції страхів підлітків в умовах воєнного стану в Україні. *Ментальне здоров'я.* 2024. № 3. С. 49–55. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-3-9>
5. Флоренко А. Арттерапія у роботі з дітьми дошкільного віку. *Моделі життєтворчості у сучасних соціокультурних контекстах*: матеріали доп. наук.-практ. on-line конф. для студ., аспірантів, викл., учителів шк., вихователів ЗДО, м. Харків, 10 лист. 2023 р. / Харків нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди; редкол.: І. Дорошко, О. Малихіна, К. Беляєва. Харків, 2023. С. 87. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/13653>

ЕМПАУРМЕНТ ЯК МЕТОД СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ВРАЗЛИВИХ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ

Шеремет Віталіна

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
star-ascella@ukr.net

Постановка проблеми. Сучасне суспільство переживає динамічні зміни, кризові прояви та збільшення кількості вразливих груп населення (внутрішньо переміщені особи, люди з інвалідністю, безробітні, самотні батьки тощо). Вони часто стикаються з бар'єрами у доступі до послуг, обмежених можливостями для реалізації та підвищеним стресом.

Емпаурмент як метод підтримки спрямований на розширення можливостей, підвищення самооцінки, розвиток саморегуляції та залучення до життя суспільства. Він не лише готовий, а й формує внутрішні ресурси для подолання труднощів. Попри потенціал емпаурменту, він часто недооцінюється в роботі з вразливими групами. Це підкреслює необхідність розробки ефективних програм та підготовки фахівців до застосування цього методу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Д. Гершон, Г. Страуб, Н. Сайко (вивчали поняття «емпаурменту»). Н. Кривоконь (лінгвістичний аналіз термінів «емпаурмент» та «наснаження»); Брускальоні (модель емпаурменту – набуття досвіду та особисте бажання змін); А. Созонтов

(життєва стратегія – конструювання життя за цінностями); М. Мдівані, П. Кодесс (життєва стратегія – структура цілей у перспективі майбутнього); Є. Варламова (життєва стратегія – організація життя та використання ресурсів); В. Берковський (життєва стратегія – планування життя через формування майбутнього); Д. Чеботарьова (життєва стратегія – соціальна орієнтація на довготривалу перспективу); О. Вороніна (життєва стратегія – конструювання та реалізація цілей у часі).

Мета статті: обґрунтувати теоретичні засади та розробити практичні підходи до використання емпайрменту як методу соціально-психологічної підтримки.

Виклад основного матеріалу. У соціальній роботі емпайрмент розглядається як ключова цінність, яка передбачає активізацію життєвої позиції клієнта за підтримки соціального працівника. Завдяки цьому процесу людина починає усвідомлювати або посилювати свою відповідальність за розв’язання власних проблем, а також розвиває навички самодопомоги. Основна мета соціальної роботи полягає саме в тому, щоб допомогти людині навчитися допомагати собі самостійно. У цьому контексті особливо важливо враховувати роль мотивації та спонукання до змін як визначальних факторів активізації особистості клієнта [3].

Американські вчені Д. Гершон і Г. Страуб визначають емпайрмент як мистецтво творити таке життя, яке людина прагне прожити; як спосіб формування життєстійкої особистості, зазначаючи, що цей аспект у діяльності призначений для людей, котрі готові вивести себе на передній край саморозвитку; як процес розвитку особи до самостійних дій [3].

Зарубіжні дослідники розкриваючи проблему наснаження іноді через надання політичних повноважень людині [3]. Водночас деякі дослідники розглядають поняття «емпайрмент» крізь призму психологічного підходу, який охоплює мотиваційні та когнітивні аспекти й відображає сукупність психічних станів і когніцій, що формуються у людей залежно від їхнього сприйняття середовища, в якому вони перебувають і діють [4].

На думку Н. Кривоконь, лінгвістичний аналіз слова «empowerment» показує, що воно буквально означає «надання внутрішньої сили» іншій людині або дозвіл і підтримку у використанні цієї сили. Загальновизнаним та усталеним перекладом термін «empowerment» українською мовою є «наснаження». Поняття «емпайрмент» часто використовується при транслітерації й має різні варіанти тлумачення, зокрема: «підвищення компетентності», «мобілізація потенціалу», «підвищення результативності (продуктивності)», «наділення повноваженнями», «делегування», «посилення» [2, с. 192]. Важливим у контексті нашого дослідження є семантичний аналіз слів, що складають основу терміну «наснаження» в україномовній енциклопедичнословниковій літературі. Так, однокорінними словами є «наснага», «снага», «наснажувати», що означають «енергію, силу (творчу), запал, натхнення, піднесення». Слово «наснажувати» тлумачиться як «запалювати, надихати (на подвиг), спонукати, кликати, насичувати, наповнювати (силою), заряджати» [1].

В Італії поняття «емпауермент» здебільшого розглядається у сфері освіти та має два основні підходи. Перший підхід фокусується на внутрішніх змінах особистості. Спочатку визначаються чинники, які призводять до відчуття безпорадності. Далі зменшується це відчуття через застосування стратегії «емпауермент», посилюються очікування щодо позитивних результатів від стратегії, а також перевіряються емоційна наполегливість і поведінкові реакції.

Другий підхід орієнтується на організацію соціального оточення людини, що сприяє її внутрішнім змінам. Цей підхід передбачає визначення сфер для оптимізації ресурсів, пошук ефективної стратегії емпвауерменту, оцінку та закріплення успішного досвіду.

За моделлю Брускальоні (Bruscaglioni), емпвауермент полягає у набутті досвіду позитивних можливостей, які ведуть до позитивних змін у житті, але лише за умови наявності особистого бажання змінюватися. Емпвауермент не є загальною екзистенційною концепцією, він завжди стосується конкретного об'єкта або групи об'єктів. Тому, за словами Брускальоні, сила соціального працівника полягає у здатності визначати ресурси людини, враховувати можливості її оточення та пропонувати конкретні дії для досягнення змін [3].

Аналіз поняття «емпауермент» дозволяє дійти висновку, що його ключовою характеристикою є активність клієнта та його конкретні дії, спрямовані на досягнення власної мети. Ця особливість особливо відповідає віковим особливостям молодших підлітків. Тому, розпочинаючи роботу з відновлення їх соціального функціонування, важливо дотримуватися основних принципів емпвауерменту: діяти негайно, долаючи страхи та невпевненість; уникати будь-якої критики чи негативної оцінки дій учнів; постійно підкреслювати їхні успіхи та досягнення; надавати можливість самостійно приймати рішення та робити конкретні кроки.

Згідно з даними посібника «Кращі практики створення обласної служби екстреної соціально-психологічної служби для вразливих категорій населення» (2022), кількість осіб, які потребують соціально-психологічної підтримки в умовах воєнного стану, невинно зростає. Наприклад, у Миколаївській області категорії населення, які потребують соціально-психологічної підтримки:

внутрішньо переміщені особи (ВПО): наприклад, у Миколаївській області зареєстровано 86 325; Харківській області – 232 000; Сумській області – 63 277 [6];

сім'ї, які перебувають у складних життєвих обставинах: Миколаївській області 60 % від загальної кількості отримувачів соціальних послуг – це сім'ї у складних обставинах (12 тис. сімей). У Харківській області понад 65 тис. сімей, зокрема понад 50 тис. сімей із дітьми з числа ВПО. Особи, які постраждали від бойових дій чи перебували під окупацією: у Миколаївській області 36 % сімей, які потребують соціальних послуг, постраждали від бойових дій або перебувають під окупацією (9 371 сім'я) [6];

особи/сім'ї, які зазнали жорстокого поводження та насильства: у Сумській області – 1 655 осіб, з яких 1 583 жінки; сім'ї з дітьми, діти з яких перебували у закладах інституційного догляду. У Миколаївській області 1 300 дітей повернуто до сімей через війну сім'ї з дітьми, які не виконують

батьківські обов'язки та існує ризик соціального сирітства. У Миколаївській області 447 сімей з 973 дітьми мають ризик соціального сирітства [6].

Це підкреслює необхідність використання ефективних методів надання соціальних послуг, серед яких особливе місце займає емпайрмент як метод «наснаження». Емпайрмент не лише допомагає отримувачам послуг подолати кризові ситуації, а й розвиває їхню здатність до самостійного вирішення проблем, що повністю відповідає вимогам Закону України «Про соціальні послуги».

Соціальні працівники та психологи відіграють ключову роль у процесі емпайрменту вразливих категорій населення. Вони допомагають клієнтам усвідомити свої сильні сторони, розвинути навички самодопомоги та прийняття рішень, а також надають підтримку на шляху до досягнення поставлених цілей. Їхня робота включає в себе індивідуальні консультації, групові тренінги, а також допомогу в налагодженні зв'язків з необхідними ресурсами та послугами.

Емпайрмент серед вразливих категорій населення може здійснюватися на індивідуальному та груповому рівнях, а також існує поняття «селф-емпайрмент», тобто самонаснаження.

Індивідуальний емпайрмент передбачає насамперед визначення мети, основних потреб і бажань людини. В умовах невизначеності, постійних вагань або складних життєвих обставин цей процес може супроводжуватися труднощами та потребує психологічної підтримки для аналізу власного «Я», розуміння своїх уподобань і можливого знайомства з новими видами діяльності, які можуть стати ресурсними. На цьому етапі важливо ставити питання, що допоможуть людині розкритися та визначитися з пріоритетами. Наприклад: «Що для вас зараз найважливіше?», «Які кроки ви можете зробити для досягнення цієї мети?».

Другий етап передбачає роботу фахівця (психолога, соціального педагога чи консультанта) щодо виявлення потенціалу особистості до розвитку, аналізу її «сильних» сторін, домінуючих позитивних рис. Позитивні риси стають основою для досягнення мети та подолання труднощів, таких як тривожність, невпевненість або занижена самооцінка. Важливо також оцінити навколишнє середовище та створити умови, які сприятимуть прояву позитивних рис чи навичок.

Після набуття впевненості й відчуття власної сили можна переходити до третього етапу – реалізації цілей і розвитку тих навичок, яких бракує. Людина самостійно обирає шляхи досягнення поставлених завдань, здійснює реальні практичні дії, відстежує успіхи, аналізує спроби та зроблені кроки. Важливо навчити правильно реагувати на невдачі: знаходити позитивний досвід у будь-якій ситуації та формувати конструктивний підхід до подальших дій.

На груповому рівні емпайрмент спрямований на розвиток взаємопідтримки та підкреслення значущості кожного учасника групи. Ефективним методом підтримки є проведення тренінгів або використання їх елементів, що дозволяє створити умови для розвитку толерантності, взаємодопомоги та злагодженості у групі, незалежно від особистих обставин

учасників. Тренінгові методики сприяють формуванню атмосфери довіри і доброзичливості, сприяючи розкриттю потенціалу кожного учасника та створенню необхідності підтримувати один одного.

Рекомендуємо під час групових занять застосовувати такі вправи: знайомство та згуртування: «Дві правди та одна брехня», «Спільні риси», «Лідер групи»; розвиток емпатії та толерантності: «Рольова гра», «Коло думок», «Історія з різних точок зору»; розвиток навичок спілкування та підтримки: «Активне слухання», «Зворотний зв'язок», «Групова підтримка» Ці вправи допоможуть учасникам краще розуміти один одного, а також сформувати у них навички ефективної взаємодії та підтримки в складних ситуаціях.

Найголовніше соціальному працівникові\ психологу надати\ розробити комплексне вивчення стратегій життєдіяльності вразливих категорій населення стає можливим лише завдяки синтезу наукових підходів, кожен із яких доповнює уявлення про життєві стратегії особистості, їхні структурні компоненти, механізми функціонування та відповідність завданням сучасного суспільства. Особливо важливо це у контексті емпіаурменту як методу соціально-психологічної підтримки, що сприяє посиленню особистісних і соціальних ресурсів людини.

Життєва стратегія – це спосіб конструювання людиною власного життя відповідно до цінностей, смислів і цілей, що регулюють її соціальну поведінку (А. Созонтов). Вона включає: структуру життєвих цілей у часовій перспективі (М. Мдівані, П. Кодесс); цілеспрямовану організацію життя з урахуванням власних можливостей і ресурсів (Є. Варламова); свідоме планування майбутнього (В. Берковський); соціально зумовлену орієнтацію в особистій і суспільній сферах на довготривалу перспективу (Д. Чеботарьова); індивідуальний підхід до реалізації життєвих цілей відповідно до цінностей і особистісних якостей (О. Вороніна) [5, с. 168–171].

Таким чином, метод емпіаурменту передбачає створення умов для активного залучення особистості до процесу усвідомлення своїх можливостей, підвищення контролю над власним життям і досягнення позитивних змін у соціальній та особистісній сферах. Життєва стратегія у цьому контексті розглядається як важливий інструмент соціально-психологічної підтримки, що допомагає вразливим категоріям населення не лише адаптуватися до складних життєвих обставин, але й активно впливати на своє майбутнє [5, с. 168–171].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Емпіаурмент у соціальній роботі є не тільки методом, а й концептуальною основою, що підтримує розвиток особистості. Цей підхід передбачає активну участь клієнта у вирішенні своїх проблем, сприяючи розвитку його самостійності та відповідальності. Ефективність емпіаурменту полягає в активації внутрішніх ресурсів особистості, допомагаючи усвідомити її потенціал, що важливо для вразливих груп, які часто відчують безпорадність і соціальну ізоляцію.

Соціальні працівники та психологи, застосовуючи принципи емпіаурменту, не лише допомагають, а й стають провідниками, створюючи умови для самостійного й повноцінного життя клієнтів.

Подальші дослідження можуть включати розробку нових методів емпіаурменту для різних категорій населення, аналіз його впливу на соціальну адаптацію, психологічне благополуччя та якість життя клієнтів, а також застосування в межах міждисциплінарних підходів до соціальних проблем, таких як бідність, безробіття та дискримінація. Це сприятиме розвитку ефективних і гуманних підходів до соціальної роботи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2009. 1736 с.
2. Кривоконь Н. І. Поняття наснаження в аспекті психології соціальної роботи. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2011. Т. XIII. Ч. 3. С. 190–198.
3. Сайко Н. О. Емпіаурмент у соціальній реабілітації молодших підлітків загальноосвітніх навчальних закладів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2017. Vol. 50. Issue 111.
4. Сайко Н. О. Соціальна реабілітація молодших підлітків у роботі соціального педагога загальноосвітніх навчальних закладів : монографія. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, ФОП Гаража М. Ф., Видавництво «Сімон», 2017.
5. Теличко Н. В. Роль педагогічного емпіаурменту у формуванні педагогічної майстерності вчителів початкової школи. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка і соціальна робота*. 2013. Вип. 28. С. 168–171.
6. Хватинець О., Варцабюк Н., Кот А., Шевченко Т., Янковська С., Прокопенко О. Кращі практики створення обласної служби екстреної соціально-психологічної служби для вразливих категорій населення. 2022.