

ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ І ПЕРЕМІЩЕНИХ ЗА КОРДОН ОСІБ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Лебедик Л. В.,

Полтавський національний педагогічний університет

імені В. Г. Короленка

lebedyk_lesya@ukr.net

Актуальність дослідження особливостей резилієнтності внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану визначається тим, що резилієнтність (psychological resilience) є ключовим чинником, що визначає здатність людини адаптуватися до змін і подолати кризові ситуації, зокрема вимушене переміщення внаслідок воєнного конфлікту. Внутрішньо переміщені особи та особи, які виїхали за кордон, стикаються з численними викликами, серед яких втрата домівки, соціальної підтримки, професійної стабільності та культурне пристосування.

Важливість проблеми дослідження особливостей резилієнтності внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану показує аналіз останніх досліджень і публікацій з цієї проблеми (О. Андрусик [2], К. Балахтар, С. Волощук [3, с. 6–19], Л. Григоровська, Л. Данилевич [2], С. Діхтяренко [2], О. Зайцева [1, с. 111–116], З. Кісарчук, Г. Лазос, Т. Мулеса [3, с. 6–19], Я. Омельченко, О. Раті [3, с. 6–19], М. Слюсаревський, В. Стрельников [3–7], А. Шулдик [2] та ін.). Однак відсутні теоретичні узагальнення особливостей резилієнтності цих осіб в умовах воєнного стану.

Вивчення резилієнтності цієї категорії населення є надзвичайно важливим для розробки ефективних програм психологічної підтримки, соціальної адаптації та інтеграції у нові спільноти.

Метою дослідження є аналіз психологічних механізмів резилієнтності внутрішньо переміщених осіб та осіб, які виїхали за кордон, в умовах воєнного стану; завданнями: 1) визначити основні чинники, що впливають на рівень резилієнтності переміщених осіб; 2) дослідити особливості адаптації до нових

умов життя; 3) визначити ефективні стратегії підтримки та зміцнення психологічної стійкості; 4) окреслити роль соціального середовища, підтримки сім'ї та державної політики у формуванні резилієнтності.

Серед основних особливостей резилієнтності внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану виділимо:

- 1) чинники, що впливають на рівень резилієнтності;
- 2) емоційний стан та адаптацію;
- 3) механізми резилієнтності в умовах переміщення;
- 4) відмінності між внутрішньо переміщеними особами та тими, хто виїхав за кордон.

кордон.

1. До чинників, що впливають на рівень резилієнтності внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану відносимо:

а) індивідуальні психологічні особливості (саморегуляція, емоційний інтелект, когнітивна гнучкість);

б) соціальні ресурси (підтримка сім'ї, друзів, спільноти);

в) державні програми допомоги та адаптації (фінансова підтримка, житло, працевлаштування);

г) культурні та мовні бар'єри (особливо для осіб, переміщених за кордон);

д) попередній життєвий досвід (досвід кризових ситуацій, травматичних подій).

2. Особливостями емоційного стану та адаптації внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану є: а) гострі реакції на стрес (тривожність, депресія, відчуття безсилля); б) прояви посттравматичного стресового розладу, особливо у тих, хто пережив бойові дії чи втрату близьких; в) фази адаптації: шок і заперечення (перші тижні після переміщення); фрустрація та криза ідентичності (потреба визнати нову реальність); поступове прийняття та адаптація (пошук ресурсів для інтеграції).

3. Механізмами резилієнтності в умовах переміщення внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану є:

а) когнітивні стратегії – усвідомлення своїх емоцій, зміна негативних переконань; б) емоційна регуляція – розвиток навичок самоконтролю, технік зниження стресу; в) підтримка соціальних зв'язків – активна взаємодія з рідними, участь у волонтерських і громадських ініціативах; г) формування нової ідентичності – інтеграція попереднього життєвого досвіду у нову реальність; д) професійна реалізація та навчання – перекваліфікація, пошук можливостей для працевлаштування.

4. Виділяємо відмінності між внутрішньо переміщеними особами та тими, хто виїхав за кордон, за такими критеріями, як соціальна підтримка, доступ до ресурсів і психологічна адаптація.

Так, за критерієм «соціальна підтримка», внутрішньо переміщені особи часто залишаються у своїй культурній спільноті, мають знайомі соціальні норми, а особи, що виїхали за кордон, часто стикаються з мовними, культурними бар'єрами

Щодо критерію «доступ до ресурсів», внутрішньо переміщені особи мають легший доступ до державної підтримки, хоча є економічні обмеження, а особи, що виїхали за кордон, не завжди мають право на соціальну допомогу, є необхідність легалізації їхнього статусу.

За критерієм «психологічна адаптація» відмінності полягають в тому, що внутрішньо переміщені особи мають відчуття нестабільності, складність інтеграції в нове середовище, а особи, що виїхали за кордон, мають високий рівень стресу через розрив із сім'єю, нові умови життя.

Стратегіями підтримки та розвитку резиліентності внутрішньо переміщених і переміщених за кордон осіб в умовах воєнного стану є психологічна підтримка, соціальна інтеграція, освітні та професійні можливості, психоедукація та інформаційна підтримка.

Психологічна підтримка передбачає: а) групові та індивідуальні терапевтичні сесії для опрацювання травматичного досвіду; б) використання когнітивно-поведінкової терапії для подолання стресу; в) навчання навичок стресостійкості

та саморегуляції.

Соціальна інтеграція включає: а) підтримку громадських ініціатив та волонтерства серед переміщених осіб; б) створення програм наставництва та взаємодопомоги; в) залучення місцевих громад до процесу адаптації переселенців.

Освітні та професійні можливості складають: а) програми перекваліфікації та дистанційної освіти; б) онлайн-курси та платформи для розвитку нових професійних навичок; в) державні та міжнародні програми підтримки працевлаштування тощо.

Психоедукація та інформаційна підтримка полягає у використанні: а) просвітницьких програм щодо адаптації до нових умов; б) підготовці довідкових матеріалів, які пояснюють права та можливості переміщених осіб; в) використанні цифрових ресурсів для комунікації та самопомоги.

Зробимо висновок, що резилієнтність внутрішньо переміщених осіб та тих, хто виїхав за кордон, є важливим чинником їхньої успішної адаптації та інтеграції в нове середовище. Вона залежить від внутрішніх (особистісні риси, психологічні навички) та зовнішніх (соціальна підтримка, державна політика) чинників. Ефективні стратегії підтримки включають психологічну допомогу, розвиток соціальних зв'язків, освітні та професійні програми, що сприяють відновленню ресурсів особистості. Важливим завданням є розробка комплексних програм, які враховують специфіку різних груп переміщених осіб та сприяють їхній довгостроковій соціальній інтеграції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Зайцева О. В. Психологічні механізми резильєнтності внутрішньо переміщених осіб в умовах воєнного стану. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : зб. наук праць за матеріалами VIII Усеукраїн. наук.-практ. конф. молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 7 квіт. 2023 р.) / ред. колегія : І. Р. Крупник, І. С. Попович, Н. І. Тавровецька, О. М. Танасійчук (відп. за випуск)

та ін. Херсон ; Івано-Франківськ : ХДУ, 2023. С. 111–116.

2. Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / редкол.: С. Ю. Діхтяренко, Л. А. Данилевич, А. В. Шулдик, О. О. Андрусик. Умань. 204 с.

3. Стрельніков В. Ю., Волощук С. М., Раті О. Л., Мулеса Т. Ф. Розвиток резилієнтності викладача закладу фахової передвищої освіти для забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни. *Постметодика*. 2024. № 1. С. 6–19. URL: <https://ed.pano.pl.ua/handle/022518134/1808>

4. Стрельніков В. Ю. Ключові компетентності викладачів економічного коледжу – основа для розвитку їхньої резилієнтності. *Ukrainian professional education*. 2023. № 14. С. 136–148. URL : <https://upecnpu.pnu.edu.ua/article/view/300241/292748>

5. Стрельніков В. Ю. Розвиток резилієнтності педагогічних працівників коледжів на курсах підвищення кваліфікації. *Актуальні проблеми педагогічної освіти: новації, досвід та перспективи* : зб. тез доповідей IV Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (20 квіт. 2024 р., м. Запоріжжя) / за заг. ред. Л. О. Сущенко. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 226 с. С. 187–189. URL : <https://drive.google.com/file/d/19c-Gp2NL5UzXaXX-73KDO7zn-3yD0a6f/view?usp=sharing>

6. Стрельніков В. Ю. Розвиток резилієнтності як складника дискурсивно-проективної компетентності фахівця в галузі фізичної культури і спорту. *Рухова активність і здоров'язбереження людини*. Монографія; за ред. В. М. Пристинського, Т. М. Пристинської. Слов'янськ : ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”, 2024. 680 с. С. 35–54. URL : <http://dspace.pnu.edu.ua/handle/123456789/23360>

7. Lesya Lebedyk, Viktor Strelnikov. Components of the development of resilience of teachers in the conditions of war in Ukraine. *Modern trends in the science, education and business* : Monograph / Eds. Svitlana Arkhypova, Dimitrina Kamenova.

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ КОЛІРНОГО ДОСВІДУ ОСОБИСТОСТІ У ВИМІРАХ ПСИХОЛОГІЇ МИСТЕЦТВА

Литвин-Кіндратюк С.Д.

Прикарпатський національний університет

імені Василя Стефаника

svitlanalytvyn@pnu.edu.ua

Сучасні студії особливостей та механізмів художньої перцепції здійснюються здебільшого у контексті теорії та практики мистецької освіти та психології мистецтва, які розкривають як шляхи розвитку естетичної компетентності особистості, так і механізми оздоровчого, стабілізуючого впливу художньо-естетичного споглядання на емоційну сферу та психіку загалом. В українській музичній психології ці пошуки розпочалися ще в кінці ХХ століття на межі культурологічного та комунікативного підходів, натомість на теренах психології кольору зазначена проблема залишається недостатньо артикульованою. Опираючись на дослідження у галузі психології мистецтва О. Рудницька визначила структуру художнього сприйняття та основні етапи його формування. Дослідниця вважала, що художнє сприйняття – це “узагальнений вид духовно-практичної діяльності, що вимагає не тільки логічного осмислення одержаної інформації, але й потреби усвідомити та інтерпретувати результати суб’єктивного емоційного осягнення образно-символічного змісту твору”[1, 101]. Нею були визначені дві критеріальні ознаки художнього сприйняття, а саме: адекватність (об’єктивний критерій) та індивідуальні неповторність (суб’єктивний критерій), де висока внутрішня організація художньо-пізнавального процесу вказувала на культуру художньо-естетичного сприйняття особистості.

Відтак йдеться про типи та стратегії художньої перцепції, найперше від