

ПУБЛІЧНЕ АДМІНІСТРУВАННЯ ПРОЦЕСІВ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УКРАЇНІ – АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ

*Деміхов О.І., к.н держ.упр., старший викладач,
Сумський державний університет, м. Суми,
Естонський університет природничих наук,
м. Тарту, Естонія (Estonian University of Life Sciences,
Tartu, Estonia)*

*Сірле Салмісту, PhD, викладач, Талліннський
технологічний університет, Естонія, м.Таллінн (Sirle
Salmistu, Tallinn university of Technology, Estonia, Tallinn)*

*Красій А.А., здобувачка освіти, група ЕН-03/2пу
Сумський державний університет, м. Суми*

Вступ. Внутрішньо переміщені особи стикаються з серйозними втратами, зокрема втрачають рідних та близьких людей, що є особливо болісним. Окрім забезпечення притулку та безпеки, ВПО потребують медичної та соціально-психологічної підтримки.

Актуальність. Через повномасштабного вторгнення РФ до України 24 лютого 2022 року проблема вимушеної міграції стала однією з найактуальніших для держави та суспільства. Майже 10 мільйонів українців були вимушені залишити свої домівки. Це становить чверть населення країни, з них близько 6,5 мільйонів стали внутрішніми

переселенцями, а 3,2 мільйона емігрували за кордон, згідно з даними Міжнародної організації з міграції.

Основна частина. За результатами опитування проведеного Міжнародною організацією з міграції (МОМ), 48% переміщених в Україні залишили місце проживання після початку війни, 45% залишили місце проживання, коли війна досягла їхнього району, а 5% покинули місце проживання в очікуванні конфлікту.

Питання збереження психічного здоров'я та процесів адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах війни вивчали у своїх працях В. Вишньовський[1], Л. Карамушка [2], Т. Карамушка [2], Я. Короход [3], В. Лефтеров [3], В. Тюріна [4], Л. Солохіна [4], В. Федько [5] та ін.

Майже 90% українців мають хоча б один із симптомів посттравматичного стресового розладу. При цьому 57% громадян знаходяться в зоні ризику розвитку цього розладу. Таким чином, значна кількість населення має серйозні проблеми з психологічним благополуччям та потребує психологічної підтримки у процесі адаптації внутрішньо переміщених осіб на нових місцях проживання.

Під час надання допомоги таким особам важливо враховувати їхній психологічний стан. Психолог має спочатку здійснити фазу стабілізації, виводячи їх зі стану шоку та заперечення, перш ніж допомагати їм усвідомити травматичний досвід та прийняти реальність. Далі особа може бути готова до психотерапії, якщо це необхідно. Основне завдання психолога - знизити напругу та навчити вирішувати конфліктні ситуації.

Для ефективного управління процесами адаптації ВПО на рівні менеджменту територіальних громад доцільно використовувати певний інструментарій, які буде включати:

- Індивідуальне консультування: цей метод передбачає роботу з психологом віч-на-віч, де людина може опрацювати свій травматичний досвід, отримати емоційну підтримку та навчитися методів саморегуляції.
- Групи взаємодопомоги: участь у таких групах дає можливість ВПО відчувати себе частиною спільноти, поділитися своїми переживаннями, отримати підтримку та розширити соціальні зв'язки.
- Сімейне консультування: цей метод роботи спрямований на допомогу сі'ям, які постраждали

від війни, у відновленні стосунків, подоланні спільних травм та налагодженні нового життя.

- Психокорекційні групи: ці групи орієнтовані на усвідомлення травми, пошук шляхів подолання стресу, корекцію психосоматичних розладів та покращення загального психоемоційного стану.
- Налагодження соціальних зв'язків: важливо надати підтримку в установленні та зміцненні соціальних зв'язків з оточуючими людьми, включаючи родину, друзів, спільноту та інші підтримуючі групи.
- Інтеграція в мікросередовище: допомога у включенні в нове соціальне середовище, таке як група, клас або громада, де вимушено переміщені особи можуть встановити контакти, знайти підтримку та відчути приналежність.

Важливо пам'ятати, що психологічна підтримка має бути індивідуалізованою та орієнтованою на потреби конкретних осіб. Комплексний підхід до психологічної підтримки, що включає діагностику, планування і виконання інтервенцій, сприяє покращенню психологічної адаптації вимушено переміщених осіб.

В умовах воєнного конфлікту також актуальним стає питання психологічної адаптації та соціалізації ВПО, особливо дітей, як в Україні, так і за кордоном. Існують два основних теоретико-методологічних підходи до вивчення адаптації внутрішньо переміщених осіб:

- соціокультурний підхід – зосереджений на культурних аспектах та взаємодії з новим середовищем, підкреслюючи важливість прийняття нових соціокультурних норм та розвитку соціальних зв'язків.
- ресурсний підхід – акцентується на пристосуванні до економічних аспектів та збереженні або здобутті ресурсів для задоволення потреб переселенців, таких як можливості працевлаштування, навчання та доступ до соціальних послуг на новому місці проживання.

Ці підходи важливі для розуміння та підтримки внутрішньо переміщених осіб. Тому варто навчати персонал служб соціального захисту в територіальних громадах обох підходам. Це дозволить їм краще розуміти потреби та виклики, з якими зіштовхуються переселенці, і забезпечити їм необхідну підтримку та допомогу

Висновки. Психологічна підтримка виявляє важливу роль у процесі адаптації внутрішньо переміщених осіб. Вона допомагає засвоїти нове середовище, подолати стрес та травми, що виникають внаслідок конфлікту чи переїзду. Індивідуальні консультації, групи взаємодопомоги, сімейні консультації та психокорекційні групи є ефективними засобами підтримки, які сприяють зниженню напруги, розвитку соціальних зв'язків та формуванню ресурсів для подальшої адаптації. Шляхом надання психологічної підтримки можна допомогти внутрішньо переміщеним особам знаходити нові шляхи розвитку та побудови майбутнього, сприяючи їхній успішній інтеграції в новому оточенні.

Список використаних джерел:

1. Вишньовський В. Психологічна адаптація вимушено переміщених осіб, жертв воєнних конфліктів. Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: Матеріали II Міжнародної наукової конференції; Упорядники: А.А. Криськов, В.В. Вишньовський та Н.В. Габрусєва Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2022. С. 3–5.

2. Карамушка Л. М., Карамушка Т. В. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2022. № 2 (26). С. 62–74. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.6> (дата звернення: 21.04.2024).
3. Лефтеров В. О., Короход Я. Д. Психоемоційний стан та психологічна адаптація вимушено переміщених осіб в Україні. Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військово-вої агресії та глобальних викликів ХХІ століття» (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права): у 2 т. : матеріали Міжнар.наук.-практ. конф.; за загальною редакцією С. В. Ківалова. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Т. 1. С. 291–294.4
4. Тюріна В. О., Солохіна Л. О. Вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. Особистість, суспільство, війна: тези доп. учасників міжнар. психол. форуму; МВС України, Харків. нац. ун-т

внутр. справ, Нац. поліція України та ін. Харків: ХНУВС, 2022. С. 116–121.

5. Федько В. Психологічна підтримка здобувачів освіти та організація навчання під час війни. Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми: збірник матеріалів наукових доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ, 2022. С. 171–176.
6. Blok N. V. Terminology and conceptual characteristics of internally displaced persons. Law and society. 2022. № 3. С. 142–147. URL: <https://doi.org/10.32842/2078-3736/2022.3.21> (дата звернення: 13.04.2024).
7. Могильова Н. М. Особливості психічного здоров'я та психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб в умовах війни: досвід України. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2023. № 2. С. 81–85. URL: <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2023.2.12> (дата звернення: 13.04.2024).
8. Соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб. Психологія та соціальна робота. 2023. № 2(58). С. 26–34.

URL: <https://doi.org/10.32782/2707->

[0409.2023.2.3](https://doi.org/10.32782/2707-0409.2023.2.3) (дата звернення: 13.04.2024).

9. Котух О. В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічна наука. 2023. № 1. С. 56–61. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-1-7> (дата звернення: 13.04.2024).
10. Pesotska Y. P. Social rehabilitation and social adaptation internally displaced persons. Social work and education. 2022. Т. 9, № 1. С. 89–99. URL: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.22.1.7> (дата звернення: 21.04.2024).