

УДК 159.9

А-43

Рекомендовано до друку Вченою радою Вищого навчального приватного закладу «Дніпровський гуманітарний університет» (протокол від 29.02.2024 № 5).

А-43 Актуальні проблеми психології в умовах політичної та економічної нестабільності: матер. II Міжнар. наук.-практ. конф. (Дніпро, 22 груд. 2023 р.). Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2024. 100 с.

Збірник містить матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми психології в умовах політичної та економічної нестабільності» (22.12.2023), у роботі якої взяли участь зарубіжні та вітчизняні теоретики та практики в галузі психології й медицини, здобувачі вищої освіти та докторанти закладів вищої освіти.

Матеріали науково-практичної конференції надруковані в авторській редакції.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

докт. юрид. наук, проф. **Олег КИРИЧЕНКО** (голова); канд. юрид. наук, доц. **Тетяна ЛЕЖНЄВА** (заст. голови); канд. псих. наук, доц. **Людмила ПРИСНЯКОВА** (заст. голови); **Андрій МІРОШНИК** (секретар); докт. політ. наук, проф. **Олег АГАРКОВ**; докт. псих. наук, проф. **Олександр САМОЙЛОВ**; докт. мед. наук, проф., засл. лікар України **Ірина СПРІНА**.

ISBN 978-966-981-878-2

© ВНПЗ ДГУ, 2024

© Автори, 2024

6. Droessiger H. H. On evaluative conceptualizations of swear words and invectives. *Athens journal of philology*. 4(3). 2017. P. 201–217.

7. The pragmatics of swearing Timothy B. Jay, Kristin Janschewitz URL: <https://www.semanticscholar.org/paper/The-pragmatics-of-swearing-Jay-Janschewitz/a5d6bf861794fcc0b8a6f82293bc502455570e44> (дата звернення 16.12.2023).

Гарець Надія Олексіївна

старший викладач

кафедри психології

Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМ ОСОБАМ

Актуальність проблеми обумовлюється особливими викликами, з якими наразі стикається як українське суспільство загалом, так і практичні психологи в своїй роботі з умовах надання психологічної допомоги населенню. Зростає кількість звернень клієнтів, що мають статус внутрішньо переміщених осіб; разом з тим, актуалізується необхідність не тільки усвідомлювати психологічні особливості даної групи клієнтів, але і знати обґрунтовані підходи та алгоритми з надання їм психологічної допомоги.

Аналіз останніх публікацій показує про значне зростання уваги дослідників до зазначеної проблеми. Так, Т. Каменчук аналізує особливості психологічної допомоги внутрішньо переміщеним сім'ям в умовах воєнного часу [1]; М. Козак пропонує напрямки та етапи роботи із дітьми з тимчасово переселених родин [2]; Б. В. Плескач та В. С. Уркаєв пропонують технології інтенсивної та короткотривалої психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам, в рамках якої перелічують методи для виявлення психологічної травматизації та особливостей пристосування до нового соціокультурного середовища, стосунку клієнт-терапевт, формулюють корекційну складову та ряд вправ [3].

А. Курапов та І. Данилюк, визначаючи психологічний стан українців під час війни, визначають вікові та статеві особливості переживання стресу, тривожності та депресії [4].

В роботах зарубіжних авторів, зокрема, Justine M. Gatt та співавторів порівнюються особливості молоді що є внутрішньо переміщеними особами та емігрантами, а саме їх резильєнтність, психічне здоров'я тощо [5].

Відповідно до статті 1 Закону України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», «внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, який постійно проживає в Україні, якого змусили або який самостійно покинув місце свого проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації,

повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» [6, с. 6]. Зміна місця проживання часто переживається людиною як психологічна травма.

До негативних психологічних наслідків травматичного стану відносять втрату стабільності та контролю над власним життям: людина втрачає автономність, суб'єктивність, порушується ідентичність, виникає розгубленість, регрес, сором, почуття провини тощо. Перелічені особливості здатні негативно вплинути на психологічне здоров'я та якість життя особистості.

Т. Каменчук зазначає важливість першої психологічної допомоги, яка є необхідною в рамках ситуації військового конфлікту; автор, вказуючи також на досвід роботи мобільних груп, доходить висновку, що алгоритм психологічної допомоги має включати інформаційно-профілактичну роботу у напрямку підвищення довіри до психологів, поінформованості щодо ознак посттравматичного стресового розладу, профілактичних засобів збереження психічного здоров'я та прийомів розвитку психологічного благополуччя [1].

М. Козак вказує на роль відновлення почуття безпеки через забезпечення ритмічності в житті дитини: починаючи від повторюваних побутових дій, і закінчуючи постійністю соціального оточення [2].

Л. М. Карамушка та Т. В. Карамушка зазначають як прояви негативних станів внутрішньо переміщених осіб - страху, паніки, недостатньої активності щодо професійної та волонтерської діяльності, апатії і депресії, так і позитивні: потреби у соціальній взаємодії і підтримці [7].

Цікавими є результати Justine M. Gatt та співавторів: в своєму дослідженні вони виявили, що молоді люди, що є внутрішньо переміщеними особами або емігрантами частіше мають вищий рівень благополуччя, ніж не мігранти, за наявності психологічної травми. Таким чином, автори припускають, що здатність змінити своє місцеперебування дозволяє повернути відчуття контролю [5].

Дослідження А. Курапова, І. Данилюка та інших показало, що наразі через війну значна частина українського населення має підвищений рівень тривоги, депресії та стресу. Жінки при цьому виявляються більш вразливими до проблем психічного здоров'я, ніж чоловіки, а молоді особи виявилися більш стійкими. Українці, що були вимушені емігрувати, мали вищий рівень тривоги, депресії та стресу [4].

І. І. Сидоренко та О. Г. Марченко наголошують на формуванні в людини стану вивченої безпорадності в умовах війни як одного із руйнівних ефектів зазначених обставин на психіку особистості, за якого індивід втрачає здатність до послідовного вирішення проблеми, навіть якщо воно існує і є доступним до виконання [8].

Враховуючи вищезазначені результати ми можемо припустити, що важливу роль в успішному подоланні стресу, пов'язаного із внутрішнім переміщенням, мають такі особливості, як відновлення відчуття контролю та побудова соціальних зв'язків в нових умовах.

Таким чином:

- багато осіб в Україні стикаються із негативними наслідками війни, зокрема, впливом стресових обставин на психіку особистості;
- внутрішньо переміщені особи характеризуються підвищеним рівнем переживання стресу, тривожності, депресії тощо;
- більш схильними до погіршення психологічного стану є такі категорії населення, як жінки та особи дорослого похилого віку;
- психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам має враховувати як роботу мобільних груп, так і тривале консультування, спрямоване на подолання вивченої безпорадності, повернення відчуття контролю, відбудову соціальних зв'язків.

Список використаних джерел:

1. Каменчук Т. Роль і місце психологічної допомоги для внутрішньо переміщених сімей в умовах воєнного часу. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2022. Вип. 1. С. 21-27.
2. Козак М., Вишньовський В. В. Психологічна допомога дітям з тимчасово переселених родин. Матер. II Міжнар. студ. наук.-технічної конф. / (м. Тернопіль, 25-26 квітня 2019 р.). Тернопіль : Тернопільський нац. техн. ун-т ім. І. Пулюя. 2019. С. 253-254.
3. Плескач Б. В., Уркаєв В. С. Складові технології психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам спрямованої на подолання травматичного досвіду. *Актуальні проблеми психології : Консультативна психологія та психотерапія*. 2019. Т. 3. № 15. С. 172-205.
4. Kurapov A., Danyliuk I., Loboda A., Kalaitzaki A., Kowatsch T., Klimash T. & Predko V. Six months into the war: a first-wave study of stress, anxiety, and depression among in Ukraine. *Frontiers in psychiatry*. 2023. Vol. 14. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2023.1190465/full> (дата звернення: 01.12.2023).
5. Gatt Justine M., Alexander Rebecca, Emond Alan...& Wu Qiaobing. Trauma, Resilience, and Mental Health in Migrant and Non-Migrant Youth: An International Cross-Sectional Study Across Six Countries. *Frontiers in Psychiatry*, 2020. Vol. 10. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00997/full> (дата звернення: 01.12.2023).
6. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л. С. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.
7. 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. 48-59.

8. Сидоренко І. І., Марченко О. Г. Вивчена безпорадність як наслідок війни в Україні. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : зб. матер. VII Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Львів, 28 жовт. 2022 р.). Львів : Львів. держ. ун-т внутр. справ, 2022. С. 331-333.