

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра соціальної роботи

На правах рукопису

Гарнець Єлизавета Кирилівна

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

**«ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА ГОТОВНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОЇ
ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО»**

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня

магістр соціальної роботи

Науковий керівник:

професор кафедри соціальної роботи,

доктор психологічних наук, професор

Швалб Юрій Михайлови

Допустити до захисту в ЕК

Кафедра соціальної роботи

Завідувач кафедри соціальної роботи,

кандидат соціологічних наук, доцент

Люта Леся Петрівна _____

(підпис)

Київ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРУКТУРИ ГОТОВНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО	6
1.1 Проблеми соціальної адаптації та інтеграції у ВПО	6
1.2 Готовність як психологічний феномен	13
1.3 Параметри і ознаки інтеграції ВПО	17
Висновок до розділ 1.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРУКТУРИ ГОТОВНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО	25
2.1 Методологія та опис дослідження.....	26
2.2 Інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	30
Висновок до розділу 2.....	51
РОЗДІЛ 3. ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО	54
3.1 Аналіз сучасних підходів соціальної інтеграції у ВПО	54
3.2 Розробка програми для підвищення інтеграції ВПО.....	57
Висновок до розділу 3.....	70
ВИСНОВОК	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	78
ДОДАТКИ	82

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема вимушеного внутрішнього переміщення людей стає особливо актуальною в умовах збройних конфліктів, природних катастроф, а також політичних чи етнічних напруг.

Після початку повномасштабного вторгнення та активних бойових дій на території України, велика частина громадян була змушена покинути свої домівки і звичне середовище проживання для пошуку більш спокійного життя. Наразі кількість офіційно зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в країні досягає 4,9 млн, зазначає Міністерство соціальної політики України. Визначити реальну кількість дуже складно, оскільки є люди, які тимчасово живуть у родичів або орендують помешкання самостійно не звертаючись за допомогою до державних структур.

Ця тема є надзвичайно актуальною, оскільки сприяння соціальній адаптації та інтеграції ВПО не лише покращує їхнє життя, але й зміцнює суспільство загалом, сприяючи єдності та солідарності.

В теоретичній роботі дослідження було використано напрацювання вітчизняних та зарубіжних (І. О. Титар, Ю.М. Швалб, Т. В. Семигін, В. А. Молотай, Д. О. Александров, І. Ю. Горелов, О. В. Воропай, О. М. Кокун, Н. І. Тищенко, Н. Е. Мазіна, І. Когут, С. Закіров) вчених. В емпіричній частині дослідження було використано методики Ю.М. Швалба, О. Л. Вернік, Є. І. Головахи, А.А. Кроніка.

Теоретичне значення даної роботи полягає в аналізі та порівнянні наукових підходів до розуміння феномену психологічної готовності в умовах соціальної адаптації. У дослідженні систематизовано ключові концепції сучасної психологічної та соціальної науки та узагальнено уявлення про психологічну готовність.

Мета дослідження: розробка інструментарію психо-соціального сприяння процесам ефективної інтеграції ВПО у приймаючі громади.

Задачі дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз понять соціальної інтеграції та адаптації.
2. Розробити модель та інструментарій готовності ВПО до інтеграції у приймаючі громади.
3. Провести емпіричне дослідження ступеню інтегрованості ВПО у приймаючі громади.
4. Розробити тренінг сприяння процесів інтеграції у громаді.

Об'єкт дослідження: процеси соціальної інтеграції ВПО у приймаючу громаду.

Предмет дослідження: психологічна структура готовності до соціальної інтеграції.

Гіпотеза: рівень готовності внутрішньо переміщених осіб до соціальної інтеграції функціонально зумовлюється типом і характером їхніх соціальних зв'язків з місцевими жителями, суб'єктивним переживанням благополуччя або неблагополуччя, а також наявністю життєвих перспектив у приймаючій громаді.

Методи дослідження, які були використані різні: теоретичні (пошук соціологічних та психологічних, наукових джерел); аналітичні (аналіз і обробка наукових джерел); методологічні (використання «Методика оцінка благополуччя особистості Юрія Михайловича Швалба і Верніка Олексія Леонідовича»); розробницькі (розробка анкети «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції» та тренінгової програми) та інтепретаційні (проведення роз'яснення отриманих результатів).

Емпіричну базу дослідження складає 107 респондент внутрішньо переміщеної особи 77 особи жіночої статі та 30 чоловічої. Та 15 респондентів контрольної групи внутрішньо переміщених осіб (15 осіб жіночої статі).

Наукова новизна дослідження полягає у здійсненні комплексного теоретико-емпіричного аналізу феномену психологічної готовності особистості, що включає деталізоване вивчення проблематики на рівні

сучасних наукових підходів, розробку авторської анкети для її оцінювання, а також створення та реалізацію тренінгової програми, спрямованої на покращення відповідних показників.

Практична значущість дослідження полягає у розробці та апробації тренінгової програми, спрямованої на підвищення рівня психологічної готовності в процесі соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

Структура роботи: складається зі вступу, 3 розділів, які містять 7 підрозділів, 3 висновки до кожного розділу, списку використаних джерел у кількості 34 та додатків А, Б, В. Загальний обсяг включає 113 сторінок, з яких основного тексту – 80.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРУКТУРИ ГОТОВНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО

1.1 Проблеми соціальної адаптації та інтеграції у ВПО

Внутрішньо переміщені особи (ВПО) стикаються з низкою серйозних викликів під час адаптації та інтеграції в нове соціальне середовище. Цей процес охоплює не лише вирішення побутових питань таких як пошук житла, роботи чи доступу до послуг, але й подолання емоційних та соціокультурних бар'єрів. Зокрема, відсутність підтримки, наявність упереджень у приймаючих громадах, потреба у пристосуванні до нових культурних норм і правових систем можуть суттєво ускладнити повернення до стабільного життя.

Особливої уваги потребують аспекти психологічної адаптації, зокрема подолання наслідків травматичного досвіду, а також економічна інтеграція, що передбачає доступ до стабільного джерела доходу. Не менш важливим є забезпечення рівного доступу до освіти, охорони здоров'я та механізмів соціального включення – саме вони дають можливість ВПО відчувати себе повноцінними членами нового суспільства. Для кращого розуміння теми варто визначити поняття «внутрішньо переміщені особи».

За законом України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» внутрішньо переміщена особа – це громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру.

У своєму дослідженні Н. І. Тищенко зазначає, що внутрішньо переміщені особи – це люди, «які не перетнули визнаний на міжнародному

рівні державний кордон країни» [23]. Вони нерідко пережили поранення, втрату рідних або близьких, що зумовлює потребу не лише у безпечному житті, а й у комплексній медичній, соціальній та психологічній підтримці. Надання такої допомоги є ключовою умовою для їхньої успішної адаптації та повноцінної інтеграції в нове соціальне середовище.

Після початку війни у 2014 році було зафіксовано першу хвилю внутрішньо переміщених осіб. У дослідженні Тищенко Н.І. 2014 року, було виділено головні організаційні складнощі з якими вони стикаються на новому місці проживання:

- забезпечення себе та сім'ю їжею та житлом;
- виплатою пенсій і соціальних виплат;
- доступом до соціальних послуг;
- забезпеченням місць в дитячих садках і школах для дітей;
- вступом і продовженням навчання у Вищих навчальних закладах;
- надання медичної допомоги особам, що потребують спеціалізованої чи кваліфікованої медичної допомоги;
- пошуком роботи і працевлаштування;
- відновлення документів тощо [23].

Окрім того, за статистичними даними, майже 90% українців мають прояви щонайменше одного симптому посттравматичного стресового розладу (ПТСР). При цьому близько 57% населення перебуває у зоні ризику його повноцінного розвитку. Такий високий рівень психоемоційного напруження серйозно ускладнює процес адаптації, знижує мотивацію до змін та перешкоджає ефективній інтеграції особи у нове соціальне середовище. Подолання наслідків ПТСР є необхідною умовою для відновлення життєвої активності та соціального включення внутрішньо переміщених осіб [34]. Це вказує на те що процес адаптації ускладнюється наявністю ПТСР у ВПО і може впливати на успішний результат адаптації.

На думку Н. Е. Мазіної під час процесу соціально-економічної адаптації внутрішньо переміщена особа навчається використовувати нові

ефективні стратегії для її виживання в новому місці [12]. Цей процес необхідний для інтеграції індивіда у нове соціальне середовище.

Ю. Песоцька зазначає, що соціальна адаптація переміщених осіб відбувається у декілька етапів. Після пережитого шоку та стресу, який людина зазнала, їй необхідно прийти у відносну норму, задля того щоб вона могла реально оцінювати ситуацію в якій опинилася та приймати подальші життєво важливі рішення. Далі, «після певної стабілізації ВПО необхідно інтегруватися у соціальне середовище, у якому вона знаходиться, з метою забезпечення себе відповідними ресурсами для підтримання життєдіяльності» [32].

У дослідженні С. Закірова наголошується, що соціалізація внутрішньо переміщених осіб значною мірою ускладнюється через невизначене майбутнє територій, які вони були змушені покинути. У такій ситуації людина опиняється в стані «між двома світами» – вона вже не живе вдома, але й не інтегрується в нову громаду, зберігаючи надію на тимчасовість перебування. Це породжує труднощі в ухваленні рішень, зокрема щодо пошуку роботи чи облаштування побуту на новому місці проживання [8]. Окрім того, спрямованість на минуле сприяє розвитку депривації майбутнього і, як наслідок, відсутність життєвих перспектив в приймаючій громаді.

Інші дослідники зазначають, що інтеграція внутрішньо переміщених осіб у нову громаду тісно пов'язана зі зближенням ідентичностей. Цей процес може відбуватися у двох основних формах: перша – через поступове прийняття культури приймаючого суспільства, друга – шляхом мирного співіснування кількох культур в межах одного соціального простору. Як зазначає Cheong P.H, вибір того чи іншого шляху залежить від ступеня культурних, соціальних та політичних відмінностей між переселенцями та місцевим населенням. Чим більшими є ці розбіжності, тим більш імовірно є модель мультикультурного співіснування, тоді як при наявності спільних цінностей і поглядів переважає тенденція до культурної інтеграції [30].

Ідею соціальної інтеграції як ключового аспекту включення ВПО в суспільство розкриває І. Когут. Він розглядає її як комплекс заходів, спрямованих на відновлення порушених або втрачених соціальних зв'язків і стосунків. Метою соціальної інтеграції є створення інклюзивного суспільства, в якому кожна людина, незалежно від свого походження чи життєвих обставин, має рівні права, виконує обов'язки та відіграє активну роль. Крім того, соціальна інтеграція виступає індикатором соціального розвитку суспільства загалом, заснованого на принципах недискримінації, толерантності, поваги й рівності можливостей, зокрема для осіб із вразливих категорій [9].

В українському контексті актуальність набуває формування у внутрішньо переміщених осіб системи ціннісних орієнтацій. Сюди входить ідентифікація себе українкою/українцем, патріотизм та толерантність [18].

Процес інтеграції внутрішньо переміщених осіб реалізується, зокрема, через налагодження спільного доступу до ресурсів між ВПО та приймаючими громадами. Це передбачає ефективну взаємодію у сфері надання соціальних послуг, спрямовану на поліпшення умов життя переселенців. Такий підхід сприяє не лише задоволенню базових потреб ВПО, а й формуванню почуття залученості, взаємної підтримки та соціальної єдності у громадах [11].

Виділяють різні підходи до опису ключових чинників успішної інтеграції ВПО. В соціокультурному підході головне – культурне навчання та зміна ідентичності індивіда. Тоді як ресурсний підхід спрямований, перш за все, на економічну інтеграцію, а саме отримання доступу до ринку праці, а також доступу до житла, освіти, охорони здоров'я тощо. Слід зазначити, що в науковій літературі є консенсус щодо того, що «економічна інтеграція є передумовою для інших типів інтеграції, оскільки вона дозволяє відбуватися спонтанній інтеграції» [9]. Таким чином, економічна інтеграція створює підґрунття, на якому можуть розвиватися інші складові інтеграційного процесу – соціальна, культурна та політична складові. Саме через

забезпечення доступу до стабільного заробітку, житла, освіти та медичних послуг особа здобуває впевненість у завтрашньому дні, що дозволяє їй брати активну участь у житті громади. В умовах, коли ВПО мають обмежені ресурси, забезпечення економічної незалежності виступає не лише практичним завданням, а й психологічною умовою формування відчуття контролю над власним життям. Це, у свою чергу, посилює мотивацію до подальшої соціальної взаємодії, відкритості до нової культури та поступового формування нової соціальної ідентичності.

Готовність внутрішньо переміщених осіб до соціальної інтеграції є багатофакторним процесом, який залежить від задоволення базових життєвих потреб та умов середовища. Як засвідчило дослідження О.О. Хандія (жовтень–грудень 2016 р.), у ході експертного опитування було визначено, що першочерговою для ВПО є потреба в покращенні умов життєзабезпечення – її відзначили 54,6% респондентів. Наступною за значущістю стала потреба в матеріальному забезпеченні (37,5%), а вже потім – у соціальних зв'язках, відновленні соціального статусу та активності (29,6%) [25].

Ці дані підтверджують, що мотивація до соціальної інтеграції виникає переважно після того, як забезпечено базові потреби, зокрема житло та фінансова стабільність. Тобто, провідним мотиваційним фактором виступають потреби в матеріальному забезпеченні.

Ефективна інтеграція є ключовим чинником психологічного благополуччя ВПО, розвитку їхньої самостійності та формування стабільного, згуртованого суспільства. Однак ефективна інтеграція можлива лише за умови, що переселенець уже адаптований до базових умов життя в новому соціальному середовищі.

Окрім того, у дослідження Т.В. Семигіна, що сам процес інтеграції інколи може ускладнюватися тим, що ВПО часто характеризуються переважно споживацьким підходом, специфічними ціннісними орієнтаціями та обмеженим баченням майбутнього. Саме тому при розробці політики

підтримки інтеграції ВПО у нове соціальне середовище потрібно не зупинятися на задоволенні потреб, а потрібно їх залучати до активних дій в середині громади: працевлаштування, залучення до соціального та культурного життя, участь в ініціативах тощо [20]. Ці всі активності допомагають ВПО побачити можливий особистісний розвиток та оцінити життєві перспективи, які вони можуть реалізувати в новій громаді.

Окрім того, створення груп взаємодопомоги та взаємопідтримки для ВПО можуть стати ефективним інструментом соціальної адаптації переселенців. Вони можуть сприяти формуванню нового соціального середовища, в якому учасники обмінюються досвідом і емоціями; будують нові соціальні зв'язки в приймаючій громаді; знижують відчуття ізоляції тощо [1]. Створення таких груп взаємопідтримки можуть допомогти ВПО підвищити рівень інтеграції в громаді.

Створення політики підтримки інтеграції ВПО є надзвичайно важливим напрямом державної та місцевої політики. Адже проблеми, які можуть виникати внаслідок неуспішною інтеграцією або дезадаптацією переселенців, можуть призводити до підвищення соціальної напруги, зростання недовіри й конфліктів у громадах.

Натомість ефективна інтеграція сприяє формуванню позитивного соціального клімату, активізації взаємодії між усіма членами громади та загальному її розвитку. Саме тому багато сучасних програм підтримки ВПО водночас орієнтовані і на розвиток громад, що приймають переселенців. Такий підхід ґрунтується на розумінні того, що інтеграція ВПО та сталий розвиток громади є взаємопов'язаними процесами, які взаємно підсилюють один одного [29].

Психологічне благополуччя відіграє значну роль у процесі соціально-психологічної адаптації особистості. Успішність цього процесу детермінується як внутрішніми, так і зовнішніми факторами середовища, в якому опинилася особа. Успішна соціально-психологічна адаптація особистості залежить не лише від зовнішніх обставин, а й від рівня її

психологічного благополуччя та обраної стратегії включення у зміни. Активна позиція сприяє ефективнішому входженню в нове соціальне середовище [11].

У роботі Ю.М. Швалба зазначає, що розглядаючи категорія благополуччя ми маємо розглянути не лише індивідуальний суб'єкт, а й колективний суб'єкт. Тобто благополуччя особистості невід'ємно залежить від її залученості у різні людські спільності: сім'я, мала неформальна група та суспільство в цілому. Це означає, що включеність у соціальне середовище є важливим для благополуччя особистості [27]. Відчуття благополуччя формується як природна емоційна реакція. Її виникнення обумовлене внаслідок інтеграції суб'єктивного переживання власного життєвого стану з оціночним ставленням до життєвих обставин та умов життєдіяльності.

Психологічне благополуччя зазвичай асоціюється з почуттям щастя та загальною задоволеністю життям. Ці переживання постають як результат внутрішньої узгодженості та реалізації екзистенційно значущих потреб особистості на різних рівнях. Відтак рівень психологічного благополуччя безпосередньо впливає на адаптаційний потенціал індивіда та ефективність його включення в нові соціальні умови. Тобто, чим вищий рівень психологічного благополуччя, тим ефективніше ВПО можуть реагувати на зміни та інтегруватися в нове соціальне середовище [18].

Отже, процес інтегрованості ВПО в громаді є показником благополуччя. При відсутності спільності з приймаючою громадою у людини не виникає відчуття приналежності до місця проживання і не формуються життєві перспективи.

Як висновок, процес інтеграції ВПО – це безперервний і багатогранний процес який включає в себе багато аспектів кожен з яких може впливати на результат успішної інтеграції. У випадку українських ВПО багато чого залежить від приймаючої громад та їх готовності до прийняття. Боязнь змін та страх перед невідомим робить приймаючі громади більш негативно налаштованими для нових проживаючих. Важливо також зазначити, що

культурні аспекти також мають безпосередній вплив, оскільки культурна різність може зменшувати успішність інтеграції.

Самі ж внутрішню переміщені особи можуть бути не готові вливатися в нову громаду та можуть проявляти агресію до місцевих жителів або просто відмовлятися будувати контакти. Ситуація, коли ВПО не бачать життєвих перспектив в новій громаді та мети інтегруватися та продовжувати жити в може призвести до небажання будувати нові соціальні контакти та розвивати себе в цьому просторі.

1.2 Готовність як психологічний феномен

Зрозуміло, що психологічна готовність до різних видів діяльності має свої специфічні особливості. Разом з тим більшість дослідників даної проблеми вказує на існування загальних для всіх видів діяльності характеристик психологічної готовності. Цілісна психологічна готовність до діяльності являє собою сукупність певних психологічних властивостей та станів особистості, які складають підсистеми короткочасної та тривалої готовності [10].

Психологічна готовність виступає ключовою передумовою для здійснення різних видів цілеспрямованої діяльності, оскільки саме вона забезпечує внутрішню зібраність, стабільність та ефективність поведінки людини в умовах змін. Вона регулює активність особистості, сприяє зосередженню на поставленій меті та дозволяє зберігати продуктивність навіть за наявності зовнішніх або внутрішніх труднощів [13].

У науковому просторі Л.І. Захарова та М.А. Котик психологічна готовність розглядається як психічний феномен, що забезпечує стійкість діяльності особистості в умовах багатомотивованого простору. Вона виступає внутрішнім регулятором активності, що дозволяє людині ефективно функціонувати в умовах змін і навантажень. Інші ж дослідники зокрема, Б.С. Братусь, В.П. Зінченко інтерпретують готовність у контексті системи знань,

умінь, дій. Її активізація починається в процесі досягнення конкретної мети. Такий підхід підкреслює прикладну сторону феномену - здатність особистості мобілізувати свої ресурси відповідно до завдань, які стоять перед нею [14].

Дослідники виділяють три основні підходи до розуміння поняття «готовності»:

1. Готовність як складне утворення, яке передбачає наявність взаємопов'язаних когнітивного, мотиваційного та емоційно-вольового компонентів. У цьому підході готовність розглядається як сукупність знань, умінь, навичок і професійно важливих якостей, необхідних фахівцю для ефективного виконання діяльності;

2. Готовність як функціональний стан. В цьому підході акцент робиться на психофізіологічній готовності особистості до діяльності. Такий стан сприяє підвищенню результативності, забезпечує мобілізацію ресурсів і підтримує високий рівень виконання завдань;

3. Готовність як особистісне утворення. Вона трактується як інтегративна характеристика, що охоплює індивідуальні психологічні стани, професійно важливі риси та сформовані вміння, які разом визначають ефективність діяльності особистості в професійній сфері [6].

Ці підходи не суперечать, а радше доповнюють один одного, дозволяючи комплексно оцінювати і сприяти формуванню готовності до професійної або до соціальної активності в нашому випадку.

О. С. Тарновська на прикладі педагогічної діяльності запропонувала розуміти психологічну готовність до діяльності як інтегративне утворення. В неї це інтегративне утворення також складається із трьох підструктур, які є взаємозумовлені і взаємозалежні між собою:

1) Функціональна, до якої входять компоненти: мотиваційний, когнітивний та операційний. Мотиваційний компонент вказує на мотиви вибору професії та спеціальності особистістю, її орієнтири в цінностях тощо. Когнітивний компонент демонструє знання спеціальних дисциплін. А операційний компонент показує наявність вмінь і навичок, які необхідні для

вирішення певних професійних завдань та модулювання або планування своєї діяльності.

2) Емоційна включає налаштованість на вирішення професійних завдань, впевненість у собі як у фахівці, стан задоволеності обраною професією тощо.

3) Особистісна – професійно важливі якості особистості: вольові, моральні та ін. [10].

В.А. Молотай підкреслює, що психологічна готовність охоплює не лише наявність певних знань чи навичок, але й здатність до психологічної саморегуляції особистості. Вона проявляється в умінні діяти в нестандартних і стресових умовах та передбачати можливі зміни ситуації. Окрім цього вміння формувати відповідну адаптивну реакцію організму в умовах невизначеності. Такий підхід акцентує на важливості гнучкості мислення, емоційної стійкості та внутрішньої мобілізації ресурсів особистості для ефективного функціонування в складних життєвих обставинах [14].

Як зазначає Я.Л. Коломінський, готовність людини до дії формується як прояв її здатності результативно функціонувати в новій життєвій реальності. Вона виступає своєрідним індикатором адаптації особистості до змін, здатності знаходити ефективні способи існування у складному й динамічному світі. Умови для формування такої готовності закладаються в контексті професійного становлення та розвитку спеціаліста, що забезпечує інтеграцію особистісного й професійного зростання [15]. Готовність, у цьому розумінні, є не лише внутрішньою установкою, а й результатом системного процесу навчання, практики та осмислення власної ролі у професійній і соціальній взаємодії.

У своєму дослідженні О.В. Бикова запропонувала багатокomпонентну модель психологічної готовності офіцерів пожежної охорони до професійної діяльності, яка охоплює п'ять ключових складових:

1. Морально-психологічна готовність – включає мотиваційний, морально-орієнтаційний, пізнавально-операційний, емоційно-вольовий,

психофізіологічний і оцінно-змістовий компоненти. Ця складова визначає загальну налаштованість особистості на діяльність у складних умовах, засновану на цінностях, внутрішній мотивації та емоційній стійкості.

2. Командирська готовність – передбачає наявність природного лідерства, розуміння соціальної значущості завдання, відповідальність, інтуїцію, сміливість, рішучість, здатність до оперативного прийняття рішень та оптимізації управлінських дій.

3. Авторитативна готовність – охоплює морально-етичну й управлінську складові, включаючи престиж, харизму, здатність виховувати, дисциплінувати, регулювати взаємини та впливати на колектив завдяки авторитету.

4. Креативна готовність – характеризується здатністю до генерування нових ідей, творчого підходу, дивергентного мислення, наукової комунікабельності, глибини знань і професійного самовдосконалення.

5. Комунікативна готовність – передбачає психологічну сумісність із колективом, розвиток навичок професійного спілкування, дотримання етичних норм, відкритість до взаємодії, самокритичність та відсутність егоцентризму [6].

Ця модель підкреслює, що психологічна готовність до складної професійної діяльності – багатовимірне утворення, яке об'єднує як особистісні, так і професійні якості, що забезпечують ефективне функціонування в екстремальних умовах. В межах нашої дослідницької роботи компоненти, які виділила О.В. Бикова можна застосувати на ВПО. Тобто, морально психологічно готовність буде включати готовність діяти у складних умовах спрямовуючись на власні цінності та внутрішню мотивацію. Другий пункт буде передбачати наявність якостей лідера та умінні до прийняття швидких управлінських дій (куди поїхати, що зробити чи залишатися на тому самому місці тощо). Авторитарна готовність включає уміння до управлінської складової, виставляти свої кордони,. Креативна готовність характеризується здатністю до створення творчих ідей та

нестандартного мислення. А комунікативна готовність передбачає уміння відкрито взаємодіяти дотримуватись установлених етичних або культурних норм та вміти розвивати навички професійного спілкування.

Отже, психологічна готовність – складна структура яка включає в себе сукупність певних психологічних властивостей і станів особистості. Головні проблеми визначення психологічної готовності в тому що виділити конкретні складові цієї структури дуже важко, а також в тому, що їх не можна виділити узагальнено – для кожного випадку будуть свої структури. Тому, коли ми говоримо про готовність до внутрішньої інтеграції ми будемо виділяти комунікаційну складову економічну складову, суб'єктивне сприйняття ставлення випило та ставлення до громади. В наступному підрозділі вибір цих пунктів буде аргументовано.

1.3 Параметри і ознаки інтеграції ВПО

В попередніх підрозділах показано, що інтеграція внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у нові громади є важливим процесом, який визначає рівень їхньої соціальної адаптації, економічної стабільності та особистого благополуччя. В умовах масового переміщення населення, зумовленого збройними конфліктами, природними катастрофами або соціально-економічними потрясіннями, оцінка рівня інтеграції внутрішньо переміщених осіб (ВПО) набуває особливої актуальності. Вона є критично важливою для формування ефективних державних і громадських стратегій, спрямованих на підтримку ВПО та забезпечення рівного доступу до можливостей у всіх сферах життя.

Щоб здійснити таку оцінку, необхідно чітко окреслити параметри та індикатори інтеграції – зокрема, рівень зайнятості, доступ до освіти, охорони здоров'я, житлових умов, соціальних зв'язків і участі в житті громади. Системний аналіз цих показників дозволяє не лише визначити поточний стан адаптації ВПО, а й виявити вразливі аспекти, які потребують додаткової

уваги. На основі таких даних можна розробити практичні рекомендації щодо вдосконалення політики інтеграції, з урахуванням реальних потреб як самих переселенців, так і приймаючих громад.

У результаті проведеного теоретичного аналізу було виокремлено ключові складові, які стали основою для подальшого емпіричного дослідження рівня інтеграції внутрішньо переміщених осіб.

До таких складових віднесено: **комунікаційна** (характер, частота контактів і готовність до соціальних контактів), **економічна** (рівень зайнятості, стабільність доходу, житлові умови), **ставлення приймаючого соціального середовища до ВПО** (суб'єктивна оцінка переселенців) та **ставлення ВПО до нового соціального середовища** (готовність до участі в житті громади, емоційне сприйняття нової реальності).

На основі цих складових у межах магістерської роботи було розроблено анкету, що має на меті комплексно дослідити рівень інтеграції ВПО в громаду. Опитувальник дозволяє оцінити як зовнішні умови прийому, так і внутрішню готовність самих переселенців до включення в соціальне середовище, що в цілому забезпечує глибше розуміння динаміки інтеграційних процесів.

Поговоримо детальніше про кожну цю складову. **Комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія** є важливою передумовою успішної інтеграції внутрішньо переміщених осіб у приймаючі громади. Саме завдяки процесу спілкування виникають і розвиваються міжособистісні стосунки, які становлять фундамент соціального життя. Спілкування сприяє формуванню спільних настроїв, цінностей і поглядів, забезпечує взаєморозуміння між людьми та координацію їхніх дій. Воно виступає ключовим механізмом соціальної інтеграції, адже через обмін думками, емоціями й досвідом відбувається налагодження зв'язків і формування почуття належності до спільноти [16].

Залучення ВПО до локальних «соціальних мереж» як фізичних так і віртуальних дозволяє не лише прискорити процес їхньої адаптації, а й

створює умови для двостороннього збагачення – обмін культурним і соціальним досвідом сприяє формуванню відкритого соціального середовища в якому кожен має своє місце. Саме через активну участь у житті громади переселенці можуть відчути свою значущість і вплив, що позитивно позначається на їхній психологічній стабільності та готовності до довготривалого проживання у новому соціальному середовищі.

Комунікаційна складова охоплює участь ВПО у громадському житті – зокрема в культурних заходах, волонтерських ініціативах, соціальних проєктах і неформальних спільнотах. Як зазначено в дослідженні «Інтеграція внутрішньо переміщених осіб: імплементація міжнародного досвіду в Україні», соціальна взаємодія між переселенцями та місцевими жителями є ключовим чинником формування соціальної згуртованості, взаємної довіри та стабільності в суспільстві [23].

Отже, комунікаційна складова допомагає ВПО побудувати нові взаємини в громаді, які в майбутньому можуть допомогти їм краще влаштуватися на новому місці проживання. Відкритість і готовність іти на зустріч до контакту з новими людьми допомагає не тільки інтегруватися та знайти нове місце проживання для ВПО, а й сприяє позбавитись емоційного навантаження, знайти допомогу та друзів в новому місці.

Економічні складова. Економічна складова інтеграції ВПО є одним із базових параметрів, що визначають ефективність їх адаптації в новому середовищі. Виокремлення цього аспекту підкреслює важливість всебічної підтримки переселенців у процесі працевлаштування, пошуку житла та отримання матеріальної допомоги. Як зазначає Л.К. Семів, інтеграція ВПО значною мірою залежить від створення сприятливих соціально-економічних умов, які дозволяють людині зробити свідомий вибір на користь включення у нове соціальне середовище [21].

Працевлаштування – не лише засіб фінансової стабільності, а й інструмент самореалізації, розвитку трудового потенціалу та соціального визнання. При цьому особливе значення має не просто наявність роботи, а її

якість: відповідність професійним знанням, індивідуальним запитам, рівень оплати, умови праці.

Інші дослідники акцентують увагу на тому, що задоволення базових потреб, таких як безпека, матеріальне забезпечення та соціальна підтримка, є первинною умовою, без якої подальша інтеграція в інші сфери – зокрема освітню, культурну чи громадську - є неможливою [22]. Відтак економічна підтримка ВПО повинна розглядатися не як тимчасовий захід, а як невід'ємний елемент довгострокової інтеграційної політики.

Економічна складова є однією з провідних в параметрах інтеграції ВПО, оскільки цей пункт включає не тільки отримання допомоги від держави, а й працевлаштування. Наявність стабільної роботи в новій громаді сприяє інтеграції, оскільки платоспроможність може закрити такі пункти як: житло, їжа, одяг. Тобто забезпечити себе мінімальним комфортом і закрити базові потреби. Тому важливо при врахуванні допомоги внутрішню переміщених особам розуміти, що надання працевлаштування за фахом та бажанням посприяє якісній інтеграції у нову громаду.

Ставлення соціального середовища до ВПО (суб'єктивна оцінка). Важливим аспектом соціальної інтеграції та згуртованості є ставлення місцевого населення до внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Дослідження показують, що загалом українці демонструють позитивне або нейтральне ставлення до ВПО, хоча існують певні виклики та стереотипи.

Ставлення соціального середовища до ВПО є важливим показником, оскільки, як і в будь-якій груповій взаємодії, важливо або група була достатньо відкрита для того щоб прийняти нового суб'єкта в її коло. Тому готовність самої групи до прийняття іншої людини, яка може відрізнитися від них за культурним або етичним аспектом є цікавим для дослідження. Страх до змін та до прийняття чогось нового може призвести до того що навіть нейтральне ставлення не допоможе людині інтегруватися. Внутрішню переміщена особа на новому місці проживання немає жодних знайомих і тому їй потрібно щоб хоча б хтось з громади проявив ініціативу та допоміг

розміститися, знайти роботу, показати де знаходиться школа дитини тощо. Тобто якісь такі буденні речі, які ВПО мала б шукати сама місцевий житель громади може їй пояснити і надати інформацію і тим самим показати готовність когось прийняти в громаду.

У межах магістерського дослідження увага зосереджена не на вивченні загального ставлення громади до внутрішньо переміщених осіб, а на суб'єктивному відчутті, яке виникає у переселенця в процесі взаємодії з новим соціальним середовищем. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти, як саме ВПО сприймають своє включення в громаду: чи відчувають вони підтримку, прийняття, рівноправність у стосунках, чи, навпаки, – ізольованість, напруженість, відчуження. Саме ці емоційно-перцептивні аспекти є важливим індикатором рівня інтеграції, оскільки впливають на мотивацію до взаємодії, участь у житті громади та формування почуття належності.

Ставлення ВПО до соціального середовища є важливим параметром, який відображає рівень їхньої внутрішньої адаптації до нових умов життя. Він охоплює не лише здатність особи пристосовуватися до змінених обставин (тобто визначити рівень адаптивності ВПО), а й її загальне емоційне й когнітивне ставлення до приймаючого середовища – від відкритості до взаємодії до відчуження та спротиву змінам.

Адаптивна позиція проявляється у готовності рухатися вперед, будувати нові соціальні зв'язки, реалізовувати себе у новому контексті. Водночас яскравим прикладом неадаптивної поведінки є фіксація на минулому, коли людина постійно порівнює теперішнє з тим, що втратила, живе очікуванням повернення у попередні обставини, уникає участі в новому соціальному житті. Така установка супроводжується запереченням або ігноруванням змін, що призводить до поступового відставання від соціального контексту та, зрештою, – до соціальної ізоляції [22].

Надмірна сфокусованість на минулому може негативно впливати на інтеграцію, бо інтеграції - це про теперішнє. ВПО потрібно шукати нові

зв'язки, будувати нові знайомства, шукати нову роботу, шукати нове житло. При мисленні спрямованому в минуле будь-які навіть позитивні зміни, які будуть відбуватися в житті не будуть оцінені. В такому випадку, навіть в об'єктивно найкращих умовах для інтеграції вона може не відбутися, оскільки фокус уваги знаходиться не тут.

Розуміння цього параметра дозволяє не лише оцінити рівень інтеграції особи, а й вчасно виявити ризики, пов'язані з її емоційною дезадаптацією та потребою в додатковій підтримці, яку потрібно надати.

Необхідно зазначити, що на сьогодні не існує єдиного, чітко визначеного переліку емпіричних ознак, які б однозначно свідчили про успішну інтеграцію ВПО. У межах соціокультурного підходу індикаторами інтеграції можуть виступати кількість конфліктів, рівень соціальної напруги між ВПО та місцевим населенням, а також показники соціальної дистанції. Водночас ресурсний підхід орієнтується на рівень соціально-економічного добробуту переселенців: зайнятість, житлові умови, доступ до послуг тощо [24].

Можна зробити висновок, що тема інтеграції ВПО є надзвичайно актуальною, адже якість цього процесу впливає не лише на добробут самих переселенців, а й на соціальну стабільність, згуртованість та розвиток приймаючих громад. Успішна інтеграція ВПО не повинна розглядатися лише як відповідальність самих переселенців – вона є спільним завданням держави, місцевих органів влади, громадського сектору та приймаючих громад. Ключову роль відіграє створення таких умов, у яких ВПО можуть не лише адаптуватися до нового соціального середовища, а й активно долучатися до його розвитку. Ефективна інтеграція знижує ризики соціального напруження, сприяє економічному зростанню та покращує якість життя для всіх мешканців громади. При цьому, системне вивчення параметрів інтеграції дозволяє своєчасно виявляти проблемні зони та формувати дієві механізми підтримки, які забезпечують рівні можливості для участі в суспільному житті.

Висновок до розділ 1

Отже, варто наголосити, що соціальна адаптація та соціальна інтеграція, хоча й взаємопов'язані, є різними за своєю суттю процесами і потребують відмінних підходів та соціальних дій.

Соціальна адаптація передбачає пристосування ВПО до нових умов життя і зосереджується на забезпеченні базових потреб: житла, роботи, медичних і соціальних послуг.

Натомість соціальна інтеграція має глибший характер і полягає у включенні особи до повноцінного суспільного життя, формуванні почуття належності до громади, активній участі у соціальних, культурних та громадських процесах.

Таким чином, адаптація створює підґрунтя, а інтеграція – забезпечує повноцінну реалізацію людини в новому соціальному середовищі.

Соціальна інтеграція є важливою складовою стабільного та згуртованого суспільства, особливо в умовах внутрішніх переміщень населення. Вона забезпечує не лише включення людини в нове соціальне середовище, а й створює умови для її самореалізації, формування життєвих перспектив та відчуття благополуччя. Процес соціальної інтеграції є двостороннім і залежить як від готовності приймаючої спільноти забезпечити умови для прийняття та включення внутрішньо переміщених осіб, так і від рівня відкритості самих ВПО до інтеграції, прийняття нових соціальних норм та активної участі в житті громади. Ефективна інтеграція сприяє зниженню соціальної напруги, розвитку довіри між переселенцями та приймаючими громадами, формуванню толерантного соціального середовища та рівного доступу до можливостей. Водночас вона позитивно впливає на економічний розвиток громад, які приймають ВПО, оскільки активне включення нових членів суспільства посилює його потенціал і сприяє взаємному збагаченню.

Саме тому дослідження соціальної інтеграції є не лише актуальним, а й необхідним кроком до формування стабільної держави та згуртованого соціуму.

Дослідження психологічної готовності є актуальним і цікавим, оскільки воно дає змогу глибше зрозуміти внутрішні ресурси людини, її здатність адаптуватися до змін, діяти в складних життєвих ситуаціях і досягати цілей попри зовнішні перешкоди. Особливо це важливо в умовах кризи, невизначеності чи змін, як-от у випадку з внутрішньо переміщеними особами.

Психологічна готовність охоплює не лише знання та вміння, а й мотивацію, емоційну стійкість, волюві якості, здатність до саморегуляції, тобто весь комплекс характеристик, що забезпечує ефективну поведінку людини у нових умовах. Її вивчення дозволяє виявити, що саме допомагає людині долати стрес, приймати рішення, бути активною та зберігати внутрішню рівновагу.

Крім того, дослідження психологічної готовності має практичну цінність - воно дозволяє створювати цільові програми підтримки, тренінги, інструменти профілактики дезадаптації та розвитку особистісного потенціалу. Це відкриває шлях до формування більш стійкого, самореалізованого та інтегрованого суспільства.

Чотири виділені складові інтеграції ВПО разом дають комплексне уявлення про те, наскільки ефективно особа включається у нове соціальне середовище та відчувається в ньому:

1. Комунікаційна складова важлива, бо саме через соціальні контакти формуються почуття прийняття, підтримки, належності до громади. Без комунікації неможливо побудувати нові зв'язки, які є основою інтеграції та соціального включення.

2. Економічна складова забезпечує базу для стабільності та безпеки. Доступ до роботи, житла й матеріальних ресурсів дозволяє людині

задовольнити основні потреби, що є першою умовою для адаптації та подальшого особистісного розвитку.

3. Ставлення громади до ВПО має вирішальне значення для відчуття прийняття та підтримки. Якщо переселенець стикається з упередженнями або ізоляцією, інтеграція ускладнюється, а ризики соціального відторгнення зростають.

4. Ставлення ВПО до соціального середовища показує внутрішню готовність до змін. Якщо особа емоційно відкрита, готова адаптуватися та брати участь у житті громади, процес інтеграції буде ефективним. Навпаки, фіксація на минулому та заперечення нової реальності призводить до ізоляції.

Ці чотири складові охоплюють як зовнішні умови інтеграції: підтримка громади, доступ до ресурсів, так і внутрішні аспекти готовності, ставлення, включення у взаємодію, що дозволяє комплексно оцінити процес інтеграції та впливати на нього в різних напрямках.

Таким чином, на основі аналізу наукової літератури можна висунути гіпотезу, що соціальна інтеграція залежить від трьох базових факторів:

1. Тип або характер соціальних зв'язків між ВПО і місцевими жителями: визначає ступінь соціального включення, прийняття та взаємної підтримки.

2. Загальне переживання благополуччя і неблагополуччя: формує емоційно-психологічне підґрунтя для мотивації до інтеграції.

3. Наявність переживань або бачення життєвих перспектив в даній громаді: впливає на стратегічне планування особистого і сімейного майбутнього в новому середовищі.

Ці чинники перебувають у тісному взаємозв'язку та можуть як взаємно посилювати позитивну динаміку інтеграції, так і виступати бар'єрами в разі їх дисбалансу.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРУКТУРИ ГОТОВНОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО

2.1 Методологія та опис дослідження.

У відповідності до представленої теоретичної моделі було підібрано методологічний інструментарій та була розроблена анкета, які дозволяють оцінити ці три базові фактори кількісно. Комплекс методик дозволить всебічно охарактеризувати рівень психологічного благополуччя, життєвих орієнтирів, характер соціальних зв'язків та готовності до соціальної інтеграції учасників вибірки:

1. *Методика оцінки благополуччя особистості (Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік).*

«Розроблена методика є одним із перших інструментів, спрямованих на дослідження феномену благополуччя особистості в межах екопсихологічного підходу.» Вона дозволяє здійснювати цілісне вимірювання рівня життєвого благополуччя з урахуванням взаємодії індивіда з природним, соціальним та особистісним середовищем [28].

Методика складається з 12 шкал:

- **Задоволеність духовна** – відображає ступінь гармонії людини з власними цінностями, внутрішнім світом, сенсами життя та відчуттям особистої місії.
- **Задоволеність здоров'ям** – характеризує суб'єктивне сприйняття свого фізичного і психічного стану, відчуття життєвого тону, сили та енергії.
- **Задоволеність фізичним оточенням (середовище)** – оцінює комфортність, безпеку та приємність середовища проживання (житлові умови, природа, інфраструктура тощо).

- **Задоволеність матеріальна** – відображає ставлення до свого фінансового становища, можливість задовольняти базові потреби та почуття стабільності.
- **Задоволеність професійна** – вимірює ступінь задоволення від трудової діяльності, відчуття реалізації у професійній сфері, сенсу та цінності роботи.
- **Задоволеність близькими** – оцінює якість стосунків з рідними, друзями, партнерами – наявність підтримки, довіри та емоційної близькості.
- **Цілі** – відображає усвідомлення особистих цілей, життєвих орієнтирів та вмотивованість до їх досягнення.
- **Перспективи** – характеризує бачення майбутнього, оптимізм, надію на позитивні зміни та впевненість у завтрашньому дні.
- **Досвід** – оцінює ставлення до власного життєвого шляху, накопиченого досвіду, вміння робити з нього висновки та приймати себе.
- **Автономність** – відображає здатність приймати самостійні рішення, діяти незалежно та почуватися вільним у виборі.
- **Компетентність** – характеризує віру у власні здібності, ефективність, професійні та особистісні навички.
- **Включеність** – оцінює відчуття приналежності до соціуму, прийняття у групі, значущість своєї ролі у спільноті.

2. *Стандартизована методика «Життєвий шлях» (Lifeline)* (Головаха, Кроніка, 1993)

Методика дозволяє візуалізувати біографічний шлях особистості, поділити життя на часові періоди та зафіксувати значущі події. Мета використання в дослідженні:

- Вимірювання емоційної насиченості життя – на основі тональності подій (позитивні/негативні) оцінюється емоційний фон минулого і майбутнього. Порівнюється стан до 2022 року та після, щоб простежити динаміку надії, відновлення, внутрішньої рівноваги.

- Аналіз щільності життя – кількість подій за певний період. Наприклад, 1 подія на 5 років – низька щільність, що свідчить про потенційну депривацію майбутнього.

- Виокремлення подій (об'єктивні зовнішні обставини) і вчинків (свідомі дії суб'єкта), що дозволяє оцінити ступінь суб'єктності індивіда. Згідно з концепцією А. Романця, важливо визначити, що переважає – подієва або вчинкова сторона життєвого досвіду. Це допомагає виявити, чи сприймає людина себе активним учасником власного життя, чи пасивно реагує на обставини.

Отже, ця проєктивна методика дозволяє візуалізувати власну біографію та рефлексувати щодо неї, виявити ключові події життя, а також їхнє суб'єктивне значення. Сприяє глибшому самопізнанню та розумінню ціннісних орієнтацій ВПО.

3. Анкета «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції».

Результатом проведеного теоретичного аналізу стало розроблення анкети, яка складалась з 31 питання. Було виокремлено наступні складові, що надалі стали основою опитування: комунікаційна складова або соціокультурна, економічна складова, ставлення соціального середовища до ВПО (суб'єктивна оцінка) та ставлення ВПО до соціального середовища. Анкета має на меті дослідити рівень інтеграції ВПО у громаді, спираючись на зазначені параметри.

Опис чотирьох основних складових інтеграції ВПО, що досліджуються в магістерській роботі:

1. Комунікаційна складова – відображає рівень участі ВПО у соціокультурному житті громади (спілкування, участь у ініціативах, заходах).
2. Економічна складова – стосується доступу до роботи, житла, матеріальної підтримки та забезпечення базових потреб.

3. Ставлення громади до ВПО – оцінюється через суб'єктивне сприйняття переселенцем атмосфери прийому та рівня прийняття в новому соціальному середовищі.

4. Ставлення ВПО до соціального середовища – показує адаптивність особи: готовність жити в нових умовах або, навпаки, фіксацію на минулому й соціальну ізоляцію.

Застосування комбінованого методичного підходу дало змогу поєднати кількісні та якісні показники, що забезпечило повноцінний аналіз досліджуваної проблематики.

Одержані дані із результатів дослідження було опрацьовано за допомогою статистичних програм таких як: SPSS, Microsoft Excel. В них було створено таблиці кореляційних зв'язків, які будуть описані в наступному розділі.

Вибіркова сукупність дослідження складається з осіб, які проживають у межах в селище Іванків та село Феневичі. До складу вибірки входять як чоловіки, так і жінки, що забезпечує гендерну репрезентативність даних. Всього у дослідженні взяли участь 107 осіб з них: 77 жінок та 30 чоловіків.

За віковими характеристиками, учасники дослідження були розподілені відповідно до класифікації Всесвітньої організації охорони здоров'я:

- молодий вік (від 25 до 45 років) – 45 учасники.
- середній вік (від 46 до 65 років) – 62 учасники.

Такий віковий діапазон дозволяє охопити активне працездатне населення, яке потенційно залучене до соціальних, економічних і громадських процесів на території громади.

Збір емпіричних даних у дослідженні здійснювався комбінованим методом, що дозволило поєднати широту охоплення з глибиною психологічного аналізу. Частина респондентів проходила опитування у форматі онлайн-анкети за допомогою сервісу Google Forms, що забезпечило оперативний доступ до великої кількості учасників і зручність у зборі кількісних даних. Інша частина вибірки була залучена до участі у

дослідженні через застосування проєктивної методики, що дало змогу виявити глибинні особистісні установки, емоційні реакції та ставлення до досліджуваної проблематики.

Комбінований підхід в отриманні даних підвищив валідність отриманих результатів і дозволив отримати як кількісні, так і якісні показники, що в сукупності підвищує надійність та валідність отриманих результатів.

2.2 Інтерпретація результатів емпіричного дослідження.

Емпіричне дослідження є важливим етапом наукової роботи. Інтерпретація отриманих даних надає змогу глибше зрозуміти внутрішні механізми процесів, що вивчаються, встановити взаємозв'язки між окремими показниками, а також визначити тенденції, що мають значення для подальших висновків і практичних рекомендацій.

У цьому розділі представлено змістовний аналіз результатів, отриманих під час емпіричного дослідження,

Таблиця 2.1

Розподіл вибірки за показником «Стать»

Стать	Кількість	Сумарні	Кумулятивні
Жіноча	77	72.0%	72.0%
Чоловіча	30	28.0%	100.0%

У досліджуваній вибірці переважають жінки, які становлять 72,0% (n = 77) загальної кількості респондентів. Чоловіки склали 28,0% (n = 30), що

свідчить про нерівномірний гендерний розподіл із суттєвим домінуванням жіночої частини вибірки. Така структура може бути зумовлена як специфікою цільової аудиторії дослідження, так і загальними тенденціями в участі жінок у соціально-психологічних дослідницьких заходах.

Таблиця 2.2

Розподіл вибірки за показником «Освіта»

Освіта	Кількісні	Сумарні	Кумулятивні
Вища	43	40.2%	40.2%
Середня загальна	22	20.6%	60.7%
Середня спеціальна	42	39.3%	100.0%

Щодо рівня освіти, більшість респондентів мають вищу або середню спеціальну освіту. Зокрема, 40,2% опитаних (n = 43) зазначили наявність вищої освіти, що становить найбільшу частку серед усіх респондентів. Майже рівнозначну частку (39,3%, n = 42) становлять особи із середньою спеціальною освітою. Середню загальну освіту вказали 20,6% учасників (n = 22). Такий розподіл свідчить про загалом достатній рівень освітньої підготовки вибірки, що забезпечує надійність і свідомість відповідей у межах проведеного дослідження.

Таблиця 2.3

Розподіл вибірки за показником «Сімейний стан»

Сімейний стан	Кількість	Сумарні	Кумулятивні
Перебувають у шлюбі	56	52.3%	52.3%
Розлучений/а	23	21.5%	73.8%
У шлюбі не був / не була	16	15.0%	88.8%
Вдова/вдівець	12	11.2%	100.0%

Аналіз розподілу вибірки за сімейним станом свідчить про домінування респондентів, які перебувають у шлюбі. Зокрема, 52,3% учасників (n = 56) зазначили, що перебувають у зареєстрованому подружжі. Особи, які розлучені, становлять 21,5% (n = 23), тоді як 15,0% респондентів (n = 16) ніколи не перебували у шлюбі. Частка вдів і вдівців складає 11,2% (n = 12). Такий розподіл свідчить про значну представленість сімейних осіб у вибірці, що може мати вплив на сприйняття життєвого благополуччя, соціальної підтримки та адаптаційних ресурсів.

Таблиця 2.4

Кореляційні зв'язки показників за методикою оцінки благополуччя особистості Ю.М. Швалба та О.Л. Верніка

Частина 1

	Задоволеність духовна	Задоволеність здоров'я	Задоволеність фізичне	Задоволеність матеріальна	Задоволеність професійна	Задоволеність близькими
--	--------------------------	---------------------------	--------------------------	------------------------------	-----------------------------	----------------------------

Задоволеність духовна	–					
Задоволеність здоров'я	0.467** *	–				
Задоволеність фізичне оточення (середовище)	0.104	0.115	–			
Задоволеність матеріальна	0.130	0.441** *	0.429** *	–		
Задоволеність професійна	0.240*	0.387** *	0.072	0.431** *	–	
Задоволеність близькими	0.471** *	0.462** *	0.078	0.235*	0.406** *	–
Цілі	0.509** *	0.572** *	0.031	0.322** *	0.332** *	0.530** *
Перспективи	0.264**	0.138	0.040	0.116	0.108	0.223*
Досвід	0.116	0.011	0.051	0.115	0.026	-0.029
Автономність	0.378** *	0.455** *	-0.053	0.128	0.292**	0.447** *
Компетентність	0.275**	0.403** *	0.101	0.398** *	0.464** *	0.424** *
Включеність	0.436** *	0.508** *	0.065	0.188	0.303**	0.534** *

Частина 2

	Цілі	Перспективи	Досвід	Автономність	Компетентність	Включеність
--	------	-------------	--------	--------------	----------------	-------------

Задоволеність духовна						
Задоволеність здоров'я						
Задоволеність фізичне оточення (середовище)						
Задоволеність матеріальна						
Задоволеність професійна						
Задоволеність близькими						
Цілі	–					
Перспективи	0.259**	–				
Досвід	0.117	0.186	–			
Автономність	0.582***	0.203*	0.011	–		
Компетентність	0.535***	0.022	0.112	0.501***	–	
Включеність	0.603***	0.169	-0.109	0.510***	0.390***	–

Методика складається з 12 шкал: задоволеність духовна, задоволеність здоров'ям, задоволеність фізичним оточенням (середовище), задоволеність матеріальна, задоволеність професійна, задоволеність близькими, цілі, перспективи, досвід, автономність, компетентність та включеність.

Задоволеність духовна виявляє середню позитивну кореляцію із задоволеністю здоров'ям ($r = .467$, $p < .001$), задоволеністю професійною ($r = .240$, $p < .05$), задоволеністю близькими ($r = .471$, $p < .001$), цілями ($r = .509$, $p < .001$), перспективами ($r = .264$, $p < .01$), автономністю ($r = .378$, $p < .001$), компетентністю ($r = .275$, $p < .01$) та включеністю ($r = .436$, $p < .001$). Це може свідчити про те, що внутрішня гармонія та наявність духовних орієнтирів тісно пов'язані з якістю міжособистісних стосунків, особистісною автономією та почуттям приналежності. Люди, які задоволені своїм духовним життям, частіше відчують себе цілісними, включеними в соціальний контекст і мають сформовані життєві орієнтири. Для ВПО внутрішня гармонія та духовна стабільність можуть виступати компенсаторними механізмами в умовах зовнішньої нестабільності. Якщо людина має сформовану систему цінностей, відчуває належність до спільноти (навіть у новому місці), підтримує зв'язок зі своїми релігійними, моральними або культурними переконаннями - це допомагає їй зберегти цілісність «Я», подолати депривацію майбутнього та знову вибудувати новий сенсовий простір.

У контексті інтеграції ВПО це особливо важливо: люди, які мають духовні орієнтири, легше включаються в нове соціальне середовище, швидше адаптуються, активніше будують міжособистісні стосунки та частіше відчують себе не ізольованими, а повноцінними членами громади.

Задоволеність здоров'ям має позитивні середні зв'язки з матеріальним добробутом ($r = .441$, $p < .001$), професійною задоволеністю ($r = .387$, $p < .001$), задоволеністю близькими ($r = .462$, $p < .001$), цілями ($r = .572$, $p < .001$),

автономністю ($r = .455, p < .001$), компетентністю ($r = .403, p < .001$), а також включеністю ($r = .508, p < .001$). Такий взаємозв'язок підкреслює, що фізичне здоров'я не є ізольованим чинником, а навпаки – інтегровано пов'язане з іншими аспектами життєвого добробуту, зокрема з почуттям ефективності, соціальними зв'язками і загальною життєвою цілеспрямованістю. Людина, яка відчувається фізично нездоровою, часто втрачає мотивацію до інтеграції, самоорганізації та активної участі в житті громади. Навпаки, збереження або відновлення фізичного благополуччя сприяє поверненню почуття контролю, формуванню життєвих цілей і мобілізації внутрішніх ресурсів.

Задоволеність фізичним оточенням (середовищем) має кореляцію з фізичним оточенням ($r = .429, p < .001$). Матеріальна задоволеність демонструє середні позитивні кореляції з професійною задоволеністю ($r = .431, p < .001$), цілями ($r = .322, p < .001$). Це свідчить про те, що стабільне матеріальне становище є важливою умовою для професійної реалізації, а також для відчуття особистої ефективності та наявності життєвих цілей. Коли ВПО отримують можливість відновити або знайти нове джерело доходу, знайти роботу за фахом або реалізувати себе у новій сфері, це суттєво підвищує їхню психологічну стійкість, зміцнює віру в майбутнє та сприяє формуванню нових життєвих орієнтирів. Матеріальна стабільність стає основою для включення в соціальне та економічне життя громади, що, своєю чергою, підсилює процес інтеграції.

Професійна задоволеність також має середні кореляції з автономністю ($r = .292, p < .001$), компетентністю ($r = .464, p < .001$), задоволеністю близькими ($r = .406, p < .001$), цілями ($r = .332, p < .001$), та включеністю ($r = .303, p < .01$). Ці результати вказують на те, що професійне благополуччя є багатовимірним явищем, яке водночас пов'язане з внутрішньою впевненістю у своїх здібностях, підтримкою з боку значущих інших і наявністю соціальних зв'язків. Воно тісно пов'язане з усвідомленням власної компетентності, впевненістю у своїх професійних здібностях, а також із підтримкою з боку значущих інших – сім'ї, колег, друзів. Важливу роль

відіграє також якість соціальних зв'язків, адже саме через взаємодію та визнання з боку оточення людина може відчувати свою професійну цінність і значущість.

Задоволеність близькими суттєво пов'язана з цілями ($r = .530, p < .001$), перспективами ($r = .223, p < .05$), автономністю ($r = .447, p < .001$), компетентністю ($r = .424, p < .001$) і включеністю ($r = .534, p < .001$). Це підкреслює важливість близького соціального оточення як ресурсу для розвитку особистісної ефективності, почуття контролю над життям та соціальної інтегрованості. Втрата домівки часто супроводжується розривом соціальних зв'язків, ізоляцією та втратою звичного соціального середовища, що може призводити до зниження почуття контролю над власним життям, емоційної дезорієнтації та тривожності.

Натомість наявність близьких людей, друзів або підтримуючої спільноти в новому соціальному середовищі створює умови для відновлення особистісної ефективності, тобто здатності діяти, ухвалювати рішення, планувати майбутнє.

Цілі мають сильні позитивні зв'язки з включеністю ($r = .603, p < .001$), автономністю ($r = .582, p < .001$), компетентністю ($r = .535, p < .001$), перспективами ($r = .259, p < .01$). Наявність чітких життєвих цілей виявляється тісно пов'язаною з базовими психологічними потребами - бути самостійним, відчувати свою ефективність і бути соціально включеним, а також з відчуттям соціальної підтримки та професійної реалізації. Ці результати підтверджують, що цілепокладання виконує інтегративну функцію, поєднуючи особистісну мотивацію з соціальним контекстом. Життєві цілі не лише структурують майбутнє, а й зміцнюють внутрішній ресурс особистості, підвищуючи її здатність до адаптації, прийняття рішень та активної участі у соціумі. Особливо це важливо для ВПО, які перебувають у стані вимушеної трансформації життєвих орієнтирів: сформовані цілі можуть виступати механізмом стабілізації та психологічного відновлення.

Більше того, наявність життєвих перспектив і цілей посилює відчуття контролю над власним життям, що знижує рівень тривожності та сприяє позитивній емоційній регуляції. Таким чином, підтримка процесів формування й усвідомлення життєвих цілей є важливим компонентом програм соціальної адаптації та психосоціального супроводу.

Автономність демонструє середні та високі позитивні зв'язки з включеністю ($r = .510$, $p < .001$), компетентністю ($r = .501$, $p < .001$). Ці результати підкреслюють значущу роль автономності як ключового ресурсу психологічного благополуччя. Автономність виявляється не лише індикатором особистісної зрілості, а й важливою умовою ефективної соціальної інтеграції. Особа, яка відчуває себе автономною, з більшою ймовірністю бере активну участь у соціальному житті, проявляє ініціативу та формує стійкі соціальні зв'язки.

У контексті ВПО це особливо важливо, адже порушення автономії через втрату стабільного життєвого простору чи соціальних ролей часто призводить до пасивності або залежності.

Компетентність, у свою чергу, тісно пов'язана з включеністю ($r = .390$, $p < .001$), що свідчить про те, що чим більше людина відчуває себе здатною ефективно діяти, досягати цілей і вирішувати життєві завдання, тим більше вона переживає себе як повноправного члена соціального середовища. Такий зв'язок цілком узгоджується з теорією самодетермінації, де включеність (або належність до спільноти) та компетентність є базовими психологічними потребами. Отже, коли індивід відчуває власну спроможність, це не лише сприяє особистому задоволенню, а й посилює його соціальну інтеграцію, формуючи відчуття приналежності, прийняття та залученості до спільного життя.

У випадку ВПО, формування і підтримка почуття компетентності стає одним із ключових механізмів відновлення контролю над життям після кризових змін. Це допомагає знижувати рівень фрустрації, посилює суб'єктність та сприяє глибшій соціальній інтеграції, оскільки відчуття

власної спроможності нерозривно пов'язане з відчуттям приналежності, прийняття і значущості у новій громаді.

Таблиця 2.5

Кореляційні зв'язки показників за анкетною «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції».

	Блок 1	Блок 2	Блок 3	Блок 4
Блок 1	–			
Блок 2	0.429***	–		
Блок 3	-0.094	-0.036	–	
Блок 4	0.243*	0.525***	0.176	–
Note.* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$				

Примітка:

Блок №1 – комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія

Блок №2 – ставлення ВПО до соціального середовища

Блок №3 – економічна складова

Блок №4 – оцінка ставлення навколишнього соціального середовища до ВПО

У міжблочних взаємозв'язках другої методики спостерігаються два ключові статистично значущі кореляційні зв'язки, що мають середню та високу силу. Помірна позитивна кореляція між комунікаційною складовою або соціокультурною взаємодією (Блок №1) та ставленням ВПО до соціального середовища (Блок №2) ($r = .429$, $p < .001$) вказує на те, що активніша взаємодія з соціальним оточенням, зокрема залучення до культурного чи комунікативного життя, супроводжується більш позитивним сприйняттям соціального середовища проживання. Це може свідчити про те, що соціальна включеність та можливість налагоджувати контакти з іншими

людьми відіграють важливу роль у формуванні відчуття прийняття нового простору.

Своєю чергою, сильний позитивний зв'язок між ставленням ВПО до соціального середовища (Блок №2) та оцінкою того, як соціальне середовище ставиться до них (Блок №4) ($r = .525$, $p < .001$), свідчить про взаємну відповідність між внутрішнім сприйняттям і зовнішніми очікуваннями. Інакше кажучи, ті, хто краще адаптувався до нового соціального середовища та бачить у ньому підтримку й ресурси, також частіше сприймають це соціальне середовище як таке, що ставиться до них доброзичливо. Така динаміка може бути ознакою ефективною соціальною інтеграцією та емоційного прийняття з боку оточення. Більше того, цей результат підкреслює важливість взаємної емпатії та соціальною відкритості як з боку приймаючої громади, так і з боку самих ВПО. У практичному вимірі це означає, що стратегії соціальною адаптацією повинні включати двостороннє налагодження комунікації, формування довіри та створення безпечного простору для міжособистісної взаємодії. Сприятливе соціальне середовище не лише посилює відчуття прийняття, а й мотивує до активнішої інтеграційної участі.

Зв'язок між блоком №1 (комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія) та блоком №4 (оцінка ставлення навколишнього соціального середовища до ВПО) є статистично значущим, хоча й не дуже сильним ($r = .243$, $p < .05$). Це означає, що активніша соціокультурна взаємодія, зокрема участь у комунікаційних практиках, соціальних подіях чи культурному житті, пов'язана з більш позитивним сприйняттям того, як оточення ставиться до внутрішньо переміщених осіб. Іншими словами, чим більше людина взаємодіє з соціальним середовищем і включається в нього, тим більше вона схильна сприймати це соціальне середовище як прийнятне, доброзичливе або підтримуюче. Цей зв'язок може свідчити про те, що комунікаційна активність не лише сприяє інтеграції, а й формує більш позитивне уявлення про соціальну атмосферу загалом. Водночас, оскільки сила кореляції залишається на рівні низької (але значущої), це також вказує на наявність

інших чинників, що впливають на оцінку соціального прийняття. Серед таких чинників можуть бути: попередній досвід соціальної ізоляції або дискримінації, індивідуальні риси (рівень довіри до інших, соціальна тривожність), а також характер комунікаційного середовища, тобто наскільки середовище є відкрите для прийняття нового мешканця.

Інші кореляції між блоками методики 2 є слабкими ($r < |.30|$) і тому не розглядаються як істотно виражені.

Таблиця 2.6

Кореляційні зв'язки показників за анкетною «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції».

	Задоволеність духовна	Задоволеність здоров'я	Задоволеність фізичне оточення (середовище)	Задоволеність матеріальна	Задоволеність професійна	Задоволеність близькими	Цілі	Перспективи	Досвід	Автономність	Компетентність	Включеність
Блок №1	-0.028	-0.073	0.027	-0.006	-0.107	-0.031	0.075	0.054	0.203*	0.052	-0.011	-0.039
Блок №2	0.204*	0.206*	0.166	0.144	0.036	0.192*	0.216*	0.266*	0.168	0.185	0.002	0.161
Блок №3	-0.049	-0.178	0.212*	-0.028	-0.102	-0.114	-0.068	0.060	-0.085	-0.036	-0.058	-0.029
Блок №4	0.139	-0.038	0.159	0.079	-0.141	-0.024	0.082	0.124	0.092	0.052	-0.072	0.083
Note.* p < .05, ** p < .01, *** p < .001												

Примітка

Блок №1 – комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія

Блок №2 – ставлення ВПО до соціального середовища

Блок №3 – економічна складова

Блок №4 – оцінка ставлення соціального середовища до ВПО

Блок 1, що відображає комунікаційну складову або соціокультурну взаємодію, продемонстрував статистично значущий, хоча й слабкий позитивний зв'язок із досвідом ($r = .203, p < .05$). Це може вказувати на те, що ті, хто має ширший життєвий досвід, або більше залучений до соціокультурної взаємодії, мають певний ресурс для побудови контактів, або ж навпаки - саме участь у соціальному житті сприяє розширенню досвіду та адаптивних механізмів у новому соціальному середовищі.

Блок 2, який характеризує ставлення внутрішньо переміщених осіб до соціального середовища, виявив найбільше статистично значущих, хоча й слабких, кореляцій із показниками добробуту. Зокрема, позитивні зв'язки спостерігаються із задоволеністю духовною ($r = .204, p < .05$), здоров'ям ($r = .206, p < .05$), задоволеністю близькими ($r = .192, p < .05$), цілями ($r = .216, p < .05$) та перспективами ($r = .266, p < .01$). Ці результати свідчать, що ті, хто позитивніше оцінює соціальне середовище, у якому перебуває, мають вищий рівень внутрішньої злагоди, краще самопочуття, підтримку близьких, а також сформовані життєві орієнтири та позитивне бачення майбутнього. Натомість негативне сприйняття соціального середовища може посилювати ізоляцію, знижувати мотивацію та поглиблювати стан тривоги чи безнадії. Тобто загальна налаштованість на адаптацію в новому соціальному середовищі тісно пов'язана з психоемоційним станом та мотиваційними характеристиками особистості. Окрім того, це підкреслює важливість створення підтримуючого соціального середовища в громадах, які приймають переселенців.

Блок 3, який репрезентує економічну складову, виявив лише один статистично значущий, але слабкий зв'язок - із задоволеністю фізичним оточенням ($r = .212, p < .05$). Це цілком очікувано, адже фінансова ситуація може безпосередньо впливати на якість житла, побуту, доступу до інфраструктури й загальне сприйняття простору як комфортного чи

непридатного. Фінансова нестабільність часто супроводжує досвід вимушеного переміщення. Втрата постійного доходу, роботи, житла та ресурсів робить ВПО вразливими на новому місці до зниження якості життя. Фінансове становище безпосередньо впливає на умови проживання, можливість орендувати житло в безпечному та зручному районі, облаштувати побут, забезпечити себе та родину базовими речами. Відповідно, простір, у якому перебуває людина, починає сприйматися або як безпечний і комфортний, або як тимчасовий, чужий і навіть ворожий. Це сприйняття, у свою чергу, впливає на загальний психоемоційний стан, мотивацію до інтеграції та рівень залученості у життя громади.

Блок 4, що відображає оцінку ставлення соціального середовища до ВПО, не має жодних статистично значущих зв'язків із показниками першої методики, що може свідчити про відносну незалежність зовнішнього соціального ставлення від суб'єктивного психологічного стану або про вплив інших, не включених у дослідження змінних.

Таблиця 2.7

**Результати за стандартизованою методикою «Життєвий шлях»
(Lifeline) (Головаха, Кроніка, 1993)**

№	Відповіді
Досліджуваний № 1 Дата народження: 30.03.1962	Минуле: - 1979 народження сина - 1981 народження сина - 1985 народження доці - 1986 смерть доці - 2014 початок війни - 2016 втеча з рідного краю (города) - 2018 втратили свій Дом - 2022 переїзд в Прибірськ

	<p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Надія на перемогу - Дочекатися дітей з страшної війни
<p>Досліджуваний № 2 14.10.1965</p>	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1973 пішла до школи - 1983 закінчила школу - 1986 день мого весілля, вибух аес - 1987 день народження моєї дочки - 1993 день народження мого сина <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жити в мирній і незалежній нашій рідній Україні, де буде панувати щастя , радість , сміх наших дітей, де я бачу себе щасливою бабусею для своїх онуків.
<p>Досліджуваний № 3 1956 рік</p>	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1956 Народження - Закінчення школи - Переїзд у Київ - Весілля - Народження дітей - Робота - Пенсія - Переїзд у село <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Прагнення пожити без війни - Бажання допомагати нашим ЗСУ

	<ul style="list-style-type: none"> - Працювати на землі, вирощувати квіти - Співати в українському хорі і жити з вірою і надією на краще
Досліджуваний № 4 18.08.1979	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1999 Переїзд у Прибірськ - 2001 народження першої дитини - 2002 влаштувалась на роботу - 2005 народження другої дитини - 2012 народження третьої дитини - 2020 народження внука <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемога - Дочекатись чоловіка та зяття здоровими та неушкодженим - Щасливе мирне життя
Досліджуваний № 5 1964	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Народження дітей, внука - Робота, вихід на пенсію <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - В майбутньому хочу мирного неба, щасливу і здорову сім'ю свою і своїх дітей
Досліджуваний № 6 1971	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1971 народження - 1987 народження сина - 1992 весілля - 1993 народження доньки - 1996 народження доньки

	<ul style="list-style-type: none"> - 2022 похорони мужа <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дочекатись перемоги - Дочекатись правнуків
Досліджуваний № 7 05.09.1980	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Народження - Навчання - Весілля - Дитина - Війна <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Майбутнє - Закінчення війни - Подорожі - Онуки
Досліджуваний № 8 1950	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4.11.2008 син - 9.04.2016 син <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Майбутнє - Перемога - Будинок - Щасливе життя
Досліджуваний № 9 15.03.1985	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1985 народження - 1999 весілля

	<ul style="list-style-type: none"> - 2007 – народження дочки - 2024 - переїзд <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Свій дім - Перемога - Онуки
Досліджуваний № 10 1990	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2011 весілля - 2019 народження сина - 2022 війна <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемога
Досліджуваний № 11 11.07.1989	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1989 народження - 2010 зустріч з чоловіком - 2015 народження доньки - 2024 переїзд з рідного міста <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Миру всім і спокою. Перемоги
Досліджуваний № 12 1978	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1999 весілля - 2005 народження синочка - 2010 розлучення - 2024 переїзд <p>Майбутнє:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Щоб закінчилась війна - Одруження сина - Онуків
Досліджуваний № 13 1985	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1985 народження - 2000 справили весілля - 2001 народження доньки - 2004 народження сина <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Щоб це все закінчилось - Щоб з сином все було добре
Досліджуваний № 14 1981	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1999 народження сина - 2006 народження сина - 2008 народження доньки <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перемога - Свій дім - Щастя
Досліджуваний №15 1990	<p>Минуле:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2010 перше кохання - 2015 дитина - 2024 переїзд <p>Майбутнє:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мирного неба та щасливу сім'ю

Досліджуваний № 16	Відмовилася брати участь в дослідженнях
Досліджуваний № 17	Відмовилася брати участь в дослідженнях
Досліджуваний № 18	Відмовилася брати участь в дослідженнях
Досліджуваний № 19	Відмовилася брати участь в дослідженнях
Досліджуваний № 20	Відмовилася брати участь в дослідженнях

В таблиці 2.7 показано перенесені відповіді респондентів, які брали участь в дослідженні. В першій колонці зазначено номер досліджуваного (для зручності обробки) та дата народження. В другій колонці відображено переписані дані з листків на яких проходило тестування.

В ході проективної методики дослідження опитування пройшло 20 респондентів з яких 15 надали письмові відповіді, а 5 відмовилися проходити методику. Всі опитувані респонденти були жінки. Одна з учасниць досліджуваної групи аргументувала свою відмову тим, що її чоловік перебуває в статусі безвісти зниклого, інша, тим що син у полоні вже протягом трьох років. Інші ж три учасниці стрималася утрималася від відповіді. Загальний настрій опитувальної групи можна передати як нейтральний або стримано налаштований, оскільки учасники просто не готові були ділитися власним пережитим досвідом. На це могло вплинути відсутність довіри до інтерв'юєра або ж просто неготовність до розкриття власного життєвого досвіду в новій групі.

Проективна методика проводилася в 2 етапи. В 1-му етапі досліджувані повинні були описати своїх найбільш вагомий досвід у минулому. Його потрібно було відзначити ризикою на лінії життя та, для зручності, написати списком коротко про цей досвід. Під час другого етапу їм потрібно було повторити дію і написати події, які можуть відбутися з ними в майбутньому

так само відмітивши їх ризиками на лінії життя. В результаті проведеної проєктивної методики більша частина ризиків з подіями зустрічалася в першій половині лінії, тобто в минулому. В частині «майбутнє», де мали знаходитися ризики, їх майже не було.

Загальну насиченість можна описати з тенденцією в позитивну сторону, оскільки майже в кожній відповіді зустрічалися в майбутньому така подія як «перемога», «мир», «щастя». Що означає наявність позитивних очікувань від майбутнього.

Більша частина респондентів була не готова надавати якісь відповіді оскільки мала травмуючий досвід у минулому. За даними дослідження, більшість змогла описати свій минулий досвід, тобто більшість відповідей була сфокусована на минулому досвіді, ніж на майбутньому. Це означає що в графі минуле в них було мінімум від трьох до семи пунктів, а в графі майбутнє до 3. Інколи ці відповіді мали вигляд тексту в якому описується щасливе майбутнє, але не проявляється жодної ознаки того де вони збираються бути, це все представлено загальними фактами. Наприклад, «перемога», «живі діти», «щасливе життя». Було декілька досліджуваних, які прописували майбутнє більш детально: придбати дім, знайти роботу. Цих респондентів була меншість. Це вказує нам на депривацію майбутнього. Цей психологічний стан характеризується тим, що людина втрачає здатність уявляти, планувати або очікувати своє майбутнє. Вона може сприймати майбутнє як непередбачуване, порожнє або взагалі відсутнє. Депривація часто супроводжується зниженням мотивації, втратою смислів, апатією та емоційною виснаженістю. У контексті ВПО, депривація майбутнього часто є наслідком травматичного досвіду, втрати домівки, близьких, або соціального статусу, що ускладнює формування життєвих планів. Людина фіксується на минулому або виживанні «тут і зараз», уникаючи уявлень про завтрашній день.

На основі отриманих результатів можна зробити висновок, що більшість учасниць дослідження перебувають у стані психологічної фіксації

на минулому, зокрема на травматичних подіях, що, вірогідно, пов'язано з досвідом втрат, війни, втрати домівки чи рідних. Така домінантність минулого у свідомості ускладнює формування уявлень про майбутнє, що є типовим проявом посттравматичного впливу, коли людина не здатна будувати чіткі плани або візуалізувати себе у майбутньому життєвому сценарії.

Це також може свідчити про знижену суб'єктивну віру у контроль над майбутнім і відсутність стабільності, що, у свою чергу, впливає на мотивацію до змін та інтеграції в нове соціальне середовище. Для частини респонденток навіть умовне уявлення про майбутнє стало викликом, що може вказувати на високий рівень внутрішньої невизначеності, тривожності або емоційного вигорання.

Водночас, навіть поодинокі випадки, коли респондентки змогли сформулювати конкретні цілі або очікування, свідчать про наявність ресурсного потенціалу, який може бути активований за умови належної психосоціальної підтримки.

Висновок до розділу 2

У результаті проведеного кореляційного аналізу було виявлено низку статистично значущих взаємозв'язків між досліджуваними показниками. Задоволеність духовною сферою, здоров'ям, матеріальними умовами, професійною діяльністю та взаєминами з близькими виявилася тісно пов'язаною із загальним рівнем цілей, перспектив, автономності, компетентності та включеності. Взаємозв'язки між окремими аспектами задоволеності свідчать про їхню взаємну підтримку та узгодженість у структурі життєвого досвіду учасників.

Окрім цього, було зафіксовано значущі кореляції між комунікаційною складовою, ставленням ВПО до середовища та оцінкою ставлення соціального середовища до ВПО, що свідчить про важливість

соціокультурних факторів у процесах адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Також встановлено, що рівень задоволеності різними аспектами життя пов'язаний із ставленням ВПО до соціального середовища, зокрема з відчуттям підтримки та прийняття в нових умовах. Крім того, виявлено взаємозв'язок між задоволеністю фізичним оточенням і економічною складовою адаптації, що підкреслює значущість матеріальних умов у забезпеченні загального благополуччя. Це означає, що матеріальна забезпеченість є не лише базовою потребою, а й потужним психологічним ресурсом, що впливає на якість життя внутрішньо переміщених осіб. Коли ВПО мають змогу працювати, відчувати власну корисність і вклад у спільноту, це підвищує їхню внутрішню мотивацію, знижує рівень тривожності та сприяє ефективнішій інтеграції в соціальне середовище. Таким чином, економічна і соціальна включеність - це ключові складові ефективної соціальної адаптації.

За методикою оцінки благополуччя особистості Ю.М. Швалб та О.Л. Вернік виявлено, що сформована система цінностей, відчуття приналежності до спільноти та збереження зв'язку з власною ідентичністю дозволяють ВПО перебудувати свій життєвий сенс, подолати відчуття невизначеності та депривації майбутнього. Ці ресурси є ключовими факторами відновлення цілісності особистості, здатності до формування життєвих перспектив, самореалізації та інтеграції в нове соціальне середовище. Наявність близького соціального оточення є одним із ключових факторів, що сприяє психологічному відновленню та інтеграції ВПО. Соціальні зв'язки виступають джерелом підтримки, стабільності та зміцнення почуття контролю над життям у ситуаціях втрат і невизначеності. Вони допомагають подолати емоційну ізоляцію, знижують рівень тривожності та сприяють формуванню відчуття безпеки й приналежності до спільноти. Саме тому під час проведення програми варто розглядати благополуччя як з тем для

розгляду, адже його покращення може підвищити відчуття комфорту в житті ВПО.

За анкетною «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції» фінансова стабільність виявлена як умова для якісної інтеграції внутрішньо переміщених осіб у нове соціальне середовище. Вона не лише визначає фізичні умови життя, але й формує емоційне сприйняття простору як безпечного або загрозливого. Достатній рівень матеріального забезпечення дозволяє людині почуватися більш впевнено, знижує рівень тривожності та сприяє активнішій участі в житті громади.

За проективною методикою вибірка демонструє ознаки депривації майбутнього, що свідчить про глибокий вплив травматичного досвіду на психологічний стан респондентів. Учасники частіше фокусувалися на минулому або поточних подіях, тоді як формулювання планів на майбутнє були поверхневими. Це вказує на зниження життєвої мотивації, дефіцит бачення перспектив і труднощі з побудовою уявлень про завтрашній день. Тобто, під час розробки майбутньої тренінгової програми варто зосередитись на формуванні реальних цілей та життєвих перспектив, які можуть допомогти ВПО сформуванню бачення майбутнього.

Тобто, таким чином з трьох базових факторів: тип або характер соціальних зв'язків між ВПО і місцевими жителями, загальне переживання благополуччя і неблагополуччя, наявність бачення життєвих перспектив в даній громаді провідних – один з них досі не працює. Тому розробляючи тренінгову програму ми будемо опиратися на отриманні результати.

РОЗДІЛ 3. ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ІНТЕГРАЦІЇ У ВПО

3.1 Аналіз сучасних підходів соціальної інтеграції у ВПО

Програми, спрямовані на підтримку громад, що приймають ВПО, відіграють подвійну роль: з одного боку, вони допомагають переселенцям адаптуватися та відновити життєдіяльність, з іншого - зміцнюють самі громади, підвищують їхню спроможність реагувати на кризу, розвивати інфраструктуру та підтримувати соціальну єдність. Вони відіграють ключову роль у забезпеченні сталого соціального включення та відновлення цілісності постраждалих громад. Їх основна мета – не лише задоволення базових потреб ВПО, а й створення умов для їх активної участі у суспільному житті, розкриття потенціалу, підвищення психологічного благополуччя та формування почуття приналежності до нового соціального середовища.

Такі програми включають психосоціальну підтримку, освітні та професійні тренінги, розвиток громадських ініціатив, консультації щодо прав і доступу до послуг, а також формування підтримуючих мереж як серед самих ВПО, так і між ними та приймаючими громадами. Успішні практики інтеграції передбачають, підтримку лідерських ініціатив та розвиток соціального середовища, яке визнає досвід ВПО як цінний ресурс для спільного розвитку.

Аналіз програм підтримки внутрішньо переміщених осіб у межах магістерського дослідження має особливу важливість, адже дозволяє глибше зрозуміти, як на практиці реалізується процес соціальної інтеграції. Вивчення таких програм дає змогу оцінити не лише ефективність державних та міжнародних ініціатив, а й виявити відповідність між теоретичними моделями інтеграції та реальними потребами ВПО. Це також сприяє виявленню системних бар'єрів і потенціалу для покращення політики включення, з урахуванням як людського фактору, так і можливостей громад.

Програма «єЖиття» створена Міністерством розвитку громад та територій України. Ця комплексна програма спрямована на вирішення проблем ВПО та реінтеграцію тимчасово окупованих територій. Основна увага приділяється забезпеченню житлом ВПО, доступу до освітніх, соціальних і медичних послуг, а також створенню можливостей для підприємницької діяльності за новим місцем проживання. Особливий акцент зроблено на збереженні локальної ідентичності переселенців з тимчасово окупованих територій.

Програма інтеграції внутрішньо переміщених осіб на 2024–2026 роки в місті Біла Церква. Ця програма розроблена з метою підтримки сімей ВПО, які покинули своє місце проживання через збройну агресію та обрали місцем проживання Білоцерківську міську територіальну громаду. Програма включає заходи з інтеграції ВПО у приймаючі громади, сприяння їх соціальній адаптації та забезпечення доступу до необхідних послуг. У межах програму інтеграції та підтримки внутрішньо переміщених осіб передбачається створення умов для організації їх активного дозвілля, що сприяє зниженню соціальної ізоляції, покращенню психоемоційного стану та налагодженню нових соціальних зв'язків. Важливою складовою є також забезпечення доступу ВПО до реабілітаційних послуг як психологічних, так і медичних або соціальних, відповідно до індивідуальних потреб.

Окрему увагу приділено можливості участі внутрішньо переміщених осіб у заходах, спрямованих на соціальну згуртованість і розвиток: форумах, тренінгах, семінарах, екскурсіях, культурно-просвітницьких подіях, а також відвідуванні пам'яток історії та культури [4].

Проєкт «Сприяння стабілізації громад, що приймають ВПО в Україні» реалізується Програмою розвитку ООН (ПРООН) з метою подолання гуманітарних викликів, спричинених повномасштабним вторгненням РФ в Україну, та сприяння відновленню постраждалих громад, особливо в прифронтових зонах і районах, куди повертаються або де оселяються внутрішньо переміщені особи (ВПО).

Цей проєкт є частиною ширшої стратегії ПРООН для розвитку громад, яка зосереджена на розбудові спроможності та відновленні, приділяючи особливу увагу ролі ВПО, людей, які повернулися до своїх громад, молоді та ветеранів у відбудові громад. Особлива увага приділяється підтримці місцевих ініціатив, розвитку інклюзивних сервісів, залученню громадян до процесів прийняття рішень.

Такий підхід дозволяє не лише відновлювати постраждалі громади, а й формувати нову якість взаємодії між ВПО та приймаючим середовищем, що є ключовим чинником довготривалої соціальної стабільності, зміцнення соціальної структури, подолання соціальних розбіжностей та активну участь громадян у плануванні та реалізації ініціатив у сфері безпеки та відновлення на місцевому рівні [17].

Ще одна цікава програма – це «Єднання заради дії». Вона реалізується Радою міжнародних наукових досліджень та обмінів (IREX) за підтримки Державного департаменту США. Організація IREX має понад 25 років досвіду роботи в Україні, зокрема у сферах підтримки внутрішньо переміщених осіб (ВПО), взаємодії з міністерствами, медіа та місцевими громадами. Основною метою програми є посилення стабільності в Україні шляхом сприяння інтеграції ВПО, зміцнення згуртованості громад і підтримки розробки місцевих і національних стратегій для зменшення вразливості внутрішньо переміщених осіб.

Програма має на меті також розкриття лідерського потенціалу ВПО, їхнє активне залучення до формування громадських структур підтримки, посилення соціальної стійкості та включення у процес національного відновлення. Йдеться про створення умов, у яких внутрішньо переміщені особи не лише отримують допомогу, а стають повноцінними суб'єктами трансформації: ініціаторами локальних змін, партнерами у прийнятті рішень тощо. Тобто вона спрямована допомогти ефективно інтегруватися. Окрім того, такі підходи сприяють подоланню пасивного споживацького ставлення

до допомоги й активізують внутрішні ресурси та відповідальність ВПО за власне майбутнє і добробут громади, в яку вони інтегруються.

Програма охоплює широкий спектр категорій: від дітей до дорослих. Вона реалізується у 18 областях України, охоплюючи всі громади цих регіонів. Такий масштаб дозволяє ефективно реагувати на актуальні виклики та сприяти довготривалим трансформаціям на рівні як окремих громад, так і держави загалом [31].

Крім того, Міжнародна організація з міграції (МОМ) реалізує проекти, спрямовані на підтримку ВПО та громад, які зазнали наслідків конфлікту. Зокрема, проєкт «Ініціативи громад для зменшення впливу COVID-19 на постраждалі від конфлікту регіони України» передбачає ремонт важливих об'єктів інфраструктури, надання психосоціальної підтримки та грантову підтримку для професійного навчання молоді. Проєкт, фінансований урядом Японії, було розпочато у березні 2021 року, і його реалізація триватиме до березня 2022 року. Його метою є зменшення впливу пандемії COVID-19 на ключові чинники соціальної та економічної нестабільності на сході України шляхом підтримки багатосекторних ініціатив, спрямованих на посилення згуртованості, самодостатності та витривалості громад, постраждалих від збройного конфлікту [7].

3.2 Розробка програми для підвищення інтеграції ВПО

З урахуванням результатів емпіричного дослідження та аналізу теоретичних підходів, нами було розроблено програму психологічної підтримки, орієнтовану на інтеграцію внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у нове соціальне середовище. Програма передбачає гармонізацію таких ключових сфер життєдіяльності ВПО, як підвищення суб'єктивного та психологічного благополуччя, активізація інтересу до нових соціальних зв'язків і форм спільної діяльності, формування реалістичних життєвих перспектив, а також розвиток здатності до критичної оцінки власних ресурсів

і можливостей. Також у програмі є частина, яка спрямована на розвиток навичок цілепокладання як внутрішнього механізму самоорганізації – із урахуванням потреб автономності, компетентності та соціальної включеності.

Під час проведення тренінгової роботи ми ставимо перед собою завдання покращити здатність ВПО до прийняття інших людей, сприяти інтерналізації локусу контролю, забезпечити емоційний комфорт у нових умовах і сформувати готовність до відповідальності та зайняття активних позицій у громадах, до яких вони інтегруються.

На відміну від традиційних профілактичних заходів, наша програма психологічної підтримки орієнтована на комплексний підхід до інтеграції внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у нове соціальне середовище. В рамках тренінгової роботи передбачає застосування як індивідуальних форм роботи, так і лекційних форм подання матеріалу, групових дискусій та робіт у парах, інтерактивних ігор, що сприяє урізноманітненню процесу та підтримці активної взаємодії учасників.

Основними напрямками гармонізації життя ВПО є сприяння психологічної готовності до інтеграції, заохотити до створення нових соціальних зв'язків, формування позитивного ставлення до себе та власних можливостей, формування життєвих перспектив, а також розвиток навичок збалансованого та системного цілепокладання, що сприяло б інтеграції у новий соціум.

Структура програми:

Програма включає у себе 3 тренінгові зустрічі з п'ятниці по неділю з 11:00 до 18:00. Кожна тренінгова зустріч присвячена окремій підтемі:

- День 1: Цілі та взаємодія. Дослідження своїх життєвих орієнтирів, визначення особистих цілей та розвиток комунікативних здібностей.

- День 2: Благополуччя. Визначення життєвого благополуччя: здоров'я, стосунки, ресурси.

- День 3: Життєві перспективи. Фокус на бачення майбутнього. Формування позитивного ставлення до змін і посилення відчуття надії та стабільності.

Мета програми: сприяти успішній інтеграції ВПО через формування чітких життєвих цілей, покращення психологічного благополуччя та розширення перспектив особистісного розвитку.

Очікувані результати:

- Усвідомлення особистих цілей та шляхів їх досягнення
- Покращення емоційного стану та життєвої задоволеності
- Налагодження комунікації між ВПО
- Формування позитивних життєвих перспектив
- Формування мотивації до активних змін

Перша тренінгова зустріч «Знайомство. Цілі та взаємодія».

Алгоритм:

1. **«Коло взаємодії».** Учасники розміщуються у колі. Перший учасник представляє себе, називаючи своє ім'я, місце народження, а також улюблений фільм, серіал або книгу. Після цього кожен наступний учасник повторює цей алгоритм представлення. Після цього поділитися в пари на два, після якої кожен має представити іншого учасника перед групою.

2. **Організація тренінгової роботи.** Разом з групою скласти і обговорити правила в рамках тренінгової групи для забезпечення в просторі відчуття безпеки.

3. **Лекція «Цілепокладання».** Проведення лекції з елементами дискусії для кращого засвоєння тематики.

4. **Вправа «Загальний аналіз проблеми».** Спрямована на розвиток колективного мислення, аналізу життєвих цілей та пошуку конструктивних шляхів до їх досягнення та розвитку комунікативних навичок. Вона допомагає учасникам усвідомити як особистісні пріоритети, так і спільні

потреби групи, а також сформувані бачення ресурсів і бар'єрів, що можуть впливати на реалізацію цілей.

Інструкція: Кожен учасник називає 1-3 цілі, важливі для нього в житті, ведучий фіксує їх на дошці. Зі списку, що вийшов, виділяють 5 цілей, найбільш значущих для групи. Учасники групи розподіляються по підгрупах по кілька осіб відповідно до мети, над можливостями реалізації якої вони хотіли б подумати. Кожна підгрупа записує мету в центрі аркуша ватману. Обговорює чинники, що допомагають і перешкоджають на шляху досягнення цієї мети.

Мета: оволодіння методом аналізу способів досягнення цілей і моделювання шляхів подолання перешкод.

5. Рефлексивна частина. Учасники групи діляться своїми враженнями піспроведеної справи.

6. Вправа SMART. Допомагає сформулювати бажаний або запланований результат. Це проста та ефективна форма фіксації цілей, що дозволяє зробити їх конкретними та вимірюваними [26].

Інструкція: Попросіть учасників сформулювати по одній своїй особистій цілі відповідно до наступних критеріїв SMART:

- **S (Specific)** – конкретна: чітко сформульована, без загальних фраз.
- **M (Measurable)** – вимірювана: як можна буде зрозуміти, що ціль досягнута?
- **A (Achievable)** – досяжна: реалістична, з урахуванням ресурсів і обставин.
- **R (Relevant)** – релевантна: відповідає цінностям, життєвій ситуації та мотивації.
- **T (Time-bound)** – обмежена в часі: встановлений чіткий термін досягнення.

Учасники можуть записати свою ціль на картках і, за бажанням, поділитися з іншими в групі для зворотного зв'язку.

Мета: допомогти учасникам чітко й структуровано формулювати свої цілі, зробити їх зрозумілими для себе.

7. **Рефлексивна частина.** Учасники групи діляться своїми враженнями після проведеної вправи.

8. **Заключне коло.**

Друга тренінгова зустріч «Благополуччя».

Алгоритм:

1. **«Коло взаємодії».** Всі вітаються один з одним та коротко говорять як вони сьогодні. Після цього об'єднуються в пари по 2-3 людини та діляться своїми інсайтами після попередньої зустрічі.

2. **Лекція на тему «Благополуччя».** Проведення лекції розкриваючи поняття благополуччя, його сенс та виокремлення що включає в це поняття кожен учасник.

3. **Вправа «Чотири сфери».** Спрямована на усвідомлення життєвого балансу та пріоритетів у різних сферах життя. Вона допомагає учасникам проаналізувати, як вони витрачають свою енергію та час, а також визначити напрямки для розвитку у коротко- і довгостроковій перспективі.

Інструкція: Щоб ви робили, якби могли все? Про що ви мрієте, які ваші бажання та цілі на найближчі п'ять тижнів, п'ять місяців, п'ять років? Люди вкладають енергію в різні сфери свого життя. Можна виділити чотири основні сфери. Добре, якщо енергія між ними розподіляється рівномірно. Подумайте і напишіть, як будете використовувати свою енергію і час? Що робитимете для фізичного аспекту, для краси свого обличчя, фігури, для свого здоров'я (тіло)? Що будете робити для своєї роботи, захопленнь, кар'єри (діяльність)? Для сім'ї, друзів (контакти)? Для свого майбутнього? Для міста, країни, людства, наприклад для досягнення миру?

Мета: налаштування на активну життєву позицію.

4. **Рефлексивна частина.** Обговорення між учасників інсайтів.

5. Вправа «Пріоритети». Спрямована на емоційне закріплення цілей через творче мислення та візуалізацію. Вона дозволяє учасникам глибше відчувати значення своєї мети, уявити результат її досягнення та створити емоційно позитивний образ, що буде слугувати джерелом мотивації.

Інструкція: учасники обирають найважливіше бажання (вправа «Пріоритети»). Формулюють на його основі мету, яку записують на аркуші паперу, з огляду на такі правила:

- 1) позитивне формулювання (наприклад, «Я хочу заробити багато грошей, а не «Я не хочу більше бідувати»);
- 2) стислість, точність;
- 3) зазначення терміну досягнення мети (наприклад, «Я хочу вийти заміж 1 березня 2021 року»);
- 4) привабливість, наповненість приємними і надихаючими почуттями (наприклад, «Я впевнений у своїх силах»);
- 5) сформульоване як таке, що вже існує (наприклад, «Я розмовляю англійською»);
- 6) що включає саму людину;
- 7) спрямованість на зміну себе, а не інших («Я сприяв виникненню конфлікту, я зможу виправити ситуацію»);
- 8) відповідність можливостям.

Після вправи учасники озвучують свої цілі. Ведучий за необхідності коригує формулювання цілей.

Далі пропонується уявити результат досягнення мети у вигляді картинки, а потім намалювати її на аркуші під записаною метою. Образ може бути буквальним або метафоричним, має задовольняти таким принципам: 1) закарбовувати певний момент часу, як кадр на фотоплівці; 2) включати в себе людину, яка складає образ; 3) бути привабливим

Мета: постановка життєвих цілей.

6. Рефлексивна частина. Обговорення між учасників інсайтів.

7. Спільний перегляд фільму «У гонитві за щастям». Цей фільм є потужним прикладом цілеспрямованості, віри в себе та здатності долати складні життєві обставини. Його перегляд сприяє кращому розумінню внутрішніх ресурсів людини, сили мотивації, а також актуалізує важливість чітко поставленої мети та послідовного руху до неї, попри труднощі. Він стане емоційною підтримкою й джерелом натхнення для учасників у процесі самопізнання та побудови власного шляху до благополуччя.

8. Рефлексивна частина. Обговорення фільму з іншими учасниками та обмін думками.

9. Заключне коло. Обговорення другого дня тренінгу з підбиттям підсумків.

Третя тренінгова зустріч «Життєві перспективи. Заклучна зустріч».

Алгоритм:

1. «Коло взаємодії». Всі вітаються один з одним та коротко говорять як вони сьогодні. Після цього об'єднуються в пари по 2-3 людини та діляться своїми інсайтами після попередньої зустрічі та своїми очікуваннями від заклучного дня.

2. Лекція на тему «Життєві перспективи». Коротко поговорити про майбутнє, про плани, мрії, страхи, надії. Обговорити саме поняття у формі дискусії.

3. Вправа «Кола часу». Спрямована на осмислення особистого життєвого шляху та відчуття плинності часу. Вона допомагає учасникам усвідомити роль минулого, теперішнього й майбутнього у своєму житті, побачити взаємозв'язок між цими часовими площинами та визначити їхнє значення для формування особистих цілей і цінностей.

Інструкція: Уявіть собі все своє життя від початку до кінця і зобразіть його на аркуші паперу у вигляді трьох кіл - минулого, сьогоднішнього і майбутнього. Кола можуть бути маленькими або великими, перетинатися чи ні. Використовувати можна будь-яке положення аркуша.

Після цього учасників просять пояснити, чому вони намалювали так, а не інакше. Звертається увага на розмаїття переживань часу, на важливість і взаємозв'язок минулого, теперішнього і майбутнього в житті кожної людини. Проводиться дискусія за результатами тесту.

Мета: оцінити цілісність власної суб'єктивної картини життєвого шляху життєвого шляху, виявити найбільш привабливий період часу (минуле, сьогодення, майбутнє).

4. Рефлексивне обговорення вправи.

5. Вправа «Шлях до мети». Спрямована на розвиток внутрішніх ресурсів і стійкості в досягненні бажаних цілей. Вона допомагає учасникам усвідомити власні труднощі, які можуть виникати на шляху реалізації намірів, а також знайти внутрішню опору для подолання цих перешкод.

Інструкція: пропонується обрати конкретну мету, яку хотілося б досягти в майбутньому. Потрібно сісти зручніше, заплющити очі, набрати кілька разів повітря в легені й уявити, як разом із повітрям, яке ви вдихаєте, вас полишають усі турботи, думки, які не мають стосунку до мети.

Мета: розвиток здібностей до подолання перешкод на шляху досягнення мети.

6. Рефлексивне обговорення вправи.

7. Вправа «Очікування від майбутнього». Спрямована на усвідомлення та критичний аналіз власних очікувань щодо майбутнього. Вона допомагає виявити неусвідомлені надії, страхи й амбіції, оцінити їхню реалістичність і вплив на внутрішній стан, а також переосмислити їх у конструктивному ключі.

Інструкція: скласти список своїх очікувань від майбутнього. Розділити очікування за категоріями поділити очікування за категоріями «негативні», «нейтральні», «позитивні». Об'єднатися в мікрогрупи по три людини. У групах учасники аналізують кожне очікування (Що хорошого, цінного, приємного отримаю, якщо очікування здійсниться, і що поганого, небезпечного, неприємного отримаю, якщо очікування здійсниться?). Потім

учасники повертаються до початкової оцінки очікувань і вносять свої корективи.

Мета: аналіз і оцінка очікувань від майбутнього життя.

8. Рефлексивна частина. Учасники обговорюють свої результати та діляться своїми враженнями.

9. Проведення ретесту.

10. Заключне коло. У завершальній фазі тренінгу проводиться колективне обговорення результатів взаємодії. Учасники діляться своїми враженнями, що саме для них виявилось найкориснішим, над чим ще хотілося б попрацювати. Тренер отримує усний зворотний зв'язок щодо ефективності вправ, атмосфери в групі та особистої динаміки кожного учасника.

Таблиця 3.1

Тренінгова програма соціальної інтеграції

№	Назва діяльності	Час проведення
Перша тренінгова зустріч «Знайомство. Цілі та взаємодія».	1. «Коло взаємодії».	1 година
	2. Організація тренінгової роботи.	40 хвилин
	3. Лекція «Цілепокладання».	1 година
	4. Вправа «Загальний аналіз проблеми».	40 хвилин
	5. Рефлексивна частина.	30 хвилин
	6. Вправа SMART.	40 хвилин
	7. Рефлексивна частина.	20 хвилин
	9. Заключне коло.	40 хвилин
	Друга тренінгова	1. «Коло взаємодії».
2. Лекція на тему «Благополуччя».		1 година

зустріч «Благополуччя».	3. Вправа «Чотири сфери».	40 хвилин
	4. Рефлексивна частина	20 хвилин
	5. Вправа «Пріоритети».	40 хвилин
	5. Рефлексивна частина.	20 хвилин
	6. Спільний перегляд фільму «У гонитві за щастям».	2 години
	7. Рефлексивна частина.	30 хвилин
	8. Заключне коло.	20 хвилин
	Третя тренінгова зустріч «Життєві перспективи. Заклучна зустріч».	1. «Коло взаємодії».
2. Лекція на тему «Життєві перспективи».		1 година
3. Вправа «Кола часу».		40 хвилин
4. Рефлексивне обговорення.		20 хвилин
5. Вправа «Шлях до мети».		40 хвилин
6. Рефлексивне обговорення.		20 хвилин
7. Вправа «Очікування від майбутнього».		40 хвилин
8. Рефлексивна частина.		20 хвилин
9. Проведення ретесту.		50 хвилин
10. Заклучне коло.		40 хвилин

Таблиця 3.2

Порівняльна таблиця результатів до та після тренінгу за «Методика оцінки благополуччя особистості « Ю.М.Швалб та О.Л. Вернік

	Задоволеність духовна	Задоволеність здоров'я	Задоволеність фізичне оточення (середовище)	Задоволеність матеріальна	Задоволеність професійна	Задоволеність близькими	Цілі	Перспективи	Досвід	Автономність	Компетентність	Включеність
До	2.9	5.9	8.3	3.9	7.1	9.3	5.6	9.3	5.4	9.4	9.8	9.6
Після	3	5.9	8.7	3.9	7	9.5	6	9.4	5.5	9.4	9.7	9.7

За шкалою «задоволеність духовна» помічено незначне зростання свідчить, що духовна сфера не була задіяна під час тренінгової роботи. Щоб розвинути задану шкалу варто звернути увагу на вправи на усвідомленості, медитації або роботу з цінностями.

За шкалою «задоволеність здоров'я» помічено повна стабільність. Це вказує на відсутність як прогресу, так і погіршення.

За шкалою «задоволеність фізичним оточенням (середовищам)» зафіксовано одне з найбільших покращень за всією шкалою. Це важливий індикатор, оскільки це означає, що тренінг активізував усвідомлення впливу соціального середовища на добробут, що спонукало учасників покращити власний простір. Покращення сприйняття оточення також може бути результатом зміни внутрішнього стану, що призвів до позитивнішої оцінки знайомих речей.

За шкалою «задоволеність матеріальна». Показник матеріальної задоволеності не змінився, оскільки робота тренінгу не була спрямована безпосередньо на фінансову сферу.

За шкалою «задоволеність професійна» показник професійної задоволеності знизився, що може свідчити про зовнішні або ситуативні

обставини, які вплинули на сприйняття роботи. Можливо під час тренінгової взаємодії змінилося сприйняття професійної сфери або на це повпливали інші чинники. Наприклад, перевантаження, складний період на роботі, зміна завдань.

За шкалою «задоволеність близькими» показав позитивну динаміку. Це свідчить про те, що учасники тренінгу або ж змінили сприйняття й оцінку взаємин або покращили реальні взаємини з родиною, друзями, партнерами.

За шкалою «цілі» помітне зростання. Тренінг позитивно вплинув на усвідомлення життєвих цілей, активізував процес внутрішнього визначення напрямку та мотивації. Це корисно, оскільки ясність цілей напряму пов'язана з вищим рівнем суб'єктивного благополуччя, впевненістю в собі та стійкістю в складних ситуаціях.

За шкалою «перспективи» помітне зростання. Тренінг ефективно підтримав і посилив бачення майбутнього учасників, що є важливим фактором емоційного благополуччя та здатності справлятися зі стресом. Високий рівень перспективності також підвищує мотивацію до дій, відкритість до змін та готовність інвестувати зусилля у власний розвиток.

За шкалою «досвід» легке покращення у сприйнятті власного досвіду. Можливо, з'явилося відчуття «отриманого навчання» або накопичення життєвої мудрості.

За шкалою «автономність» показники залишилися незмінними. Стабільність цього показника свідчить про дбайливо побудовану програму, яка не порушила внутрішню рівновагу людини.

За шкалою «компетентність» помічено легке зниження показника може свідчити про виникнення певних сумнівів у власних навичках або про зростання внутрішніх очікувань після глибшого самостереження. Така динаміка часто є результатом рефлексивного процесу, коли учасники починають критичніше оцінювати свої можливості, ставлячи перед собою нові виклики.

За шкалою «включеність» показники залишилися на місці. Це означає, що програма створила сприятливе соціальне середовище для налагодження контактів, зниження ізоляції та посилення почуття «я – частина чогось спільного». Навіть мінімальна динаміка в цьому напрямку має цінність, оскільки соціальні зв'язки є ключовим ресурсом стійкості та емоційного благополуччя.

Після участі в тренінговій програмі учасник демонструє загальне покращення психологічного та емоційного стану. Аналіз динаміки за шкалою із 12 показників свідчить про позитивні зрушення у ключових сферах особистісного функціонування.

Таблиця 3.3

Порівняльна таблиця результатів до та після тренінгу за анкетною «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції»

	Блок №1	Блок №2	Блок №3	Блок №4
До тренінгу	6.8	4	10	12
Після тренінгу	7.1	4.1	9.8	13

Блок №1 – комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія (макс.10)

Блок №2 – ставлення ВПО до соціального середовища (макс. 6)

Блок №3 – економічна складова (макс. 18)

Блок №4 – оцінка ставлення соціального середовища до ВПО (макс. 20)

За блоком №1 комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія. Цей блок стосується здатності встановлювати зв'язки, відчуття взаємодії з місцевим населенням, участі у спільнотах, комунікативної відкритості. За отриманими показниками можемо сказати, що тренінг позитивно вплинув на

соціально відкритість учасників. Невелике, але помітне покращення свідчить про формування або підсилення навичок комунікації, зменшення бар'єрів у міжособистісних контактах та зростання довіри до соціального оточення.

За блоком №2 ставлення ВПО до соціального середовища. Цей блок відображає емоційне та когнітивне сприйняття довкілля: безпека, комфорт, прийняття у громаді, доступність ресурсів. Були виявленні мінімальні, але позитивні зміни. Учасники демонструють незначне покращення у сприйнятті соціального середовища, що може бути результатом підвищеної обізнаності, зменшення тривожності або першого кроку до довіри новому місцю проживання.

За блоком №3 економічна складова. Цей блок відображає відчуття фінансової стабільності, доступу до роботи, можливостей самозабезпечення та перспектив економічної інтеграції. Незначне зниження може бути пов'язане з підвищенням очікувань або з більш критичною оцінкою свого фінансового становища після тренінгу.

За блоком №4 оцінка ставлення соціального середовища до ВПО. Цей блок оцінює, наскільки ВПО відчують себе прийнятими, чи стикаються з дискримінацією або підтримкою, яка присутня у громадах. Найбільше покращення серед усіх блоків. Тренінг, ймовірно, дав змогу учасникам переосмислити ставлення місцевих мешканців, побачити прояви підтримки або навчив інтерпретувати соціальні сигнали менш тривожно. Це важливий результат для процесу інтеграції.

Результати ретесту після проходження тренінгової програми свідчать про її загалом позитивний вплив на адаптаційні, комунікативні, соціально-емоційні та частково економічні аспекти життєдіяльності ВПО (внутрішньо переміщених осіб)

Висновок до розділу 3

Отже, за методика оцінки благополуччя особистості Ю.М. Швалб та О.Л. Вернік найбільш помітне покращення відбулося у сприйнятті фізичного середовища - учасник почав краще оцінювати простір, у якому перебуває. Це може свідчити як про реальні зміни в оточенні, так і про внутрішню переоцінку умов життя. Також суттєвий прогрес спостерігається у сфері цілей – зросло відчуття напрямку, мотивації та життєвої визначеності. Позитивна динаміка зафіксована в показниках, що стосуються стосунків з близькими людьми, переживання перспектив, включеності у соціальне середовище та досвіду. Це вказує на те, що тренінг підтримав емоційну сферу, посилив відчуття соціальної підтримки та сприяв кращому розумінню власного минулого й теперішнього.

У кількох показниках зберігається стабільність: учасник не змінив оцінку свого матеріального становища, здоров'я та автономності. Це свідчить або про реальну сталість у цих сферах, або про те, що тренінг не був спрямований на роботу з ними.

Лише в одному пункті, професійній задоволеності, зафіксовано незначне зниження. Це, ймовірно, пов'язане із зовнішніми обставинами або ситуативними труднощами, а не з впливом самої програми.

Загалом, тренінг справив м'який, але стійкий позитивний ефект: він сприяв глибшій рефлексії, підтримав соціально-емоційні ресурси та посилив орієнтацію на майбутнє. Програма виявилася ефективною у підтримці психологічної стійкості, і водночас відкрила напрямки для подальшого розвитку - зокрема в матеріальній та професійній сферах.

За результати анкети «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції» комунікаційна складова зазнала покращення і це означає, що тренінг створив сприятливе соціальне середовище для міжособистісної взаємодії, зниження соціальної тривоги та розвитку навичок комунікації. Навчальні вправи, групова динаміка та емоційно безпечна атмосфера сприяли розширенню кола спілкування, покращенню навичок самовираження та зменшенню ізоляції.

За ставленням ВПО до соціального середовища показало незначне зрушення, але воно демонструє тенденцію до зміни сприйняття соціального середовища з більш тривожного або нейтрального на дещо тепліше і приймаюче. Учасники почали інакше дивитися на оточення, можливо, завдяки спільному обговоренню досвіду, валідації своїх переживань у колі «своїх» та поступовому зростанню довіри до нового простору. Це є основою для подальшої соціальної стабілізації.

За економічною складовою було отримано нижчі показники. Швидше за все, в процесі тренінгу учасники глибше усвідомили свої реальні фінансові можливості та обмеження, що призвело до переоцінки економічної ситуації.

За ставленням соціального середовища до ВПО було виявлено зростання, що свідчить про зміну у сприйнятті учасниками того, як до них ставляться інші. Зокрема місцеве населення, громада, соціальне оточення. Завдяки груповій роботі, підкріпленню досвіду позитивної взаємодії та емоційній підтримці учасники змогли переосмислити свої уявлення про можливі упередження, недовіру чи ворожість, натомість побачити відкритість, готовність допомогти, співучасть. Це є критично важливим для формування почуття безпеки, гідності та рівності у новому соціальному середовищі.

Отже, тренінгова програма виявилася ефективною у посиленні ключових компонентів інтеграції ВПО – соціальної взаємодії, комунікаційної відкритості, емоційного прийняття соціального середовища. Незначне зниження у фінансовому блоці варто розглядати не як негативний ефект, а як результат глибшого усвідомлення реального становища, що відкриває нову зону розвитку. Загалом, програма сприяла емоційному зміцненню, розширенню контактів і зниженню соціальної ізоляції. Надалі доцільно підсилити програму інструментами економічної адаптації для забезпечення більш комплексного підходу.

ВИСНОВОК

За результатами теоретичного аналізу понять соціальної адаптації та інтеграції, можна зробити висновок, що ці процеси є взаємопов'язаними, але не тотожними. Соціальна адаптація передбачає пристосування особистості до нових соціальних умов, зміну поведінкових стратегій та засвоєння норм соціального середовища. Інтеграція ж охоплює глибший рівень – включення індивіда в соціальну структуру з прийняттям його як повноправного члена спільноти. Обидва процеси є ключовими для забезпечення психологічного комфорту та життєвого благополуччя, особливо в умовах змін, пов'язаних з переміщенням, кризами чи зміною соціального статусу.

Психологічна готовність – це цілісний особистісний утвір, який охоплює не лише наявність знань і вмінь, а й мотивацію, емоційну стійкість, волюві якості та здатність до саморегуляції. Вона відображає внутрішню налаштованість особистості на ефективну дію в нових або змінених умовах. Вивчення цього феномену дозволяє глибше зрозуміти, які саме психологічні ресурси сприяють подоланню стресу, прийняттю рішень, збереженню активності та підтриманню внутрішньої рівноваги в процесі адаптації.

Дослідження психологічної готовності ускладнене оскільки в кожній сфері психологічна готовність буде різною. Соціальна адаптація психологічна готовність в нашому випадку є комплексом складових, які ми виокремили в даній магістерській роботі. Отже, в результаті теоретичних опрацювань наукових джерел ми виділили чотири складових психологічної готовності: економічну складову, комунікаційну складову, ставлення соціального середовища до ВПО та ставлення до соціального середовища. На основі цих складових була розроблена анкета «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції».

У вибірку увійшли 107 респондентів, з яких 77 жінки (72,0%) та 30 чоловіки (28,0%), що свідчить про переважну участь жінок у дослідженні. Збір даних здійснювався комбіновано: частина учасників заповнювала

опитувальники онлайн через платформу Google Forms, інша частина - у паперовому форматі (у друкованих бланках).

За результатами застосування методики оцінки благополуччя особистості (Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік) було встановлено, що наявність сформованої системи цінностей, відчуття приналежності до спільноти та збереження зв'язку з особистісною ідентичністю є критично важливими ресурсами для внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Саме ці чинники сприяють перебудові життєвого сенсу, подоланню відчуття невизначеності та депривації майбутнього після пережитих втрат.

Згідно з результатами анкети «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції», фінансова стабільність виступає важливою умовою якісної інтеграції внутрішньо переміщених осіб у нове соціальне середовище. Вона визначає не лише фізичні аспекти життя, такі як житло, харчування чи доступ до базових послуг, але й формує емоційне сприйняття простору - як безпечного, ресурсного або, навпаки, загрозливого.

Достатній рівень матеріального забезпечення сприяє зростанню внутрішньої впевненості, зниженню рівня тривожності та активнішій участі особистості у житті громади. Таким чином, фінансова стабільність не є ізольованим фактором – вона тісно пов'язана з почуттям гідності, автономності, соціальної включеності та перспективності майбутнього.

Результати проєктивної методики виявили наявність ознак депривації майбутнього серед учасників вибірки, що свідчить про глибокий вплив травматичного досвіду на їхній психологічний стан. Респонденти переважно фокусувалися на минулому або на поточних подіях, тоді як формулювання уявлень про майбутнє мали поверхневий, фрагментарний або нечіткий характер. Це вказує на зниження життєвої мотивації, труднощі з плануванням, дефіцит внутрішніх орієнтирів та втрату перспективності як психологічного ресурсу.

Такий стан може бути наслідком пережитої втрати стабільності, контролю над життям і відчуття безпеки, що особливо характерно для ВПО.

У зв'язку з цим, у майбутніх тренінгових програмах доцільно зробити акцент на роботі з темами цілей, майбутнього, відновлення особистісного сенсу та формування образу завтрашнього дня. Поступове конструювання бачення майбутнього, навіть у найменших деталях, може стати ключовим кроком до відновлення внутрішньої стабільності та психологічної готовності до інтеграції.

Після інтерпретації результатів було розроблена тренінгова програма, яка тривала протягом 3 днів:

1. День №1: Цілі. Учасники досліджують свої життєві орієнтири, визначають особисті цілі та кроки до їх досягнення. Формується мотивація й усвідомлення напрямку руху.

2. День №2: Благополуччя. Робота зі складовими життєвого благополуччя: здоров'я, стосунки, ресурси. Учасники аналізують баланс у власному житті та виявляють зони для розвитку.

3. День №3: Життєві перспективи. Фокус на бачення майбутнього. Учасники працюють з образом бажаного життя, формують позитивне ставлення до змін і посилюють відчуття надії та стабільності.

Після проведення ретесту за результатами методики оцінки благополуччя особистості (Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік), найбільш помітне покращення спостерігається у сфері сприйняття фізичного середовища. Учасники після тренінгу почали краще оцінювати простір, у якому перебувають. Це може свідчити як про реальні зміни у зовнішньому оточенні, так і про внутрішню переоцінку умов життя через підвищення емоційної стабільності або зростання відчуття контролю.

Також суттєвий прогрес зафіксовано у сфері цілей – учасники демонструють підвищення життєвої визначеності, мотивації та чіткого відчуття напрямку руху. Позитивна динаміка простежується у показниках, що стосуються стосунків із близькими людьми, переживання перспектив, відчуття включеності у соціальне середовище та ставлення до власного життєвого досвіду.

За результатами анкети «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції» було зафіксовано покращення комунікаційної складової. Це означає, що програма створила емоційно безпечне та приймаюче соціальне середовище, у якому стало можливим не лише вільне самовираження, але й зниження соціальної тривожності, зменшення відчуття ізоляції та покращення навичок комунікації. Навчальні вправи й групова динаміка сприяли розширенню соціальних зв'язків і формуванню довірливих контактів між учасниками.

Щодо показника ставлення ВПО до соціального середовища, зафіксовано незначну, але позитивну динаміку, яка демонструє поступове зміщення сприйняття соціального середовища з нейтрального або тривожного – до більш теплого, підтримуючого та безпечного. Імовірно, саме досвід групової взаємопідтримки, можливість поділитися особистими переживаннями у колі людей зі схожим досвідом сприяли зростанню довіри до нового простору та соціального оточення.

Ці зміни свідчать про те, що тренінгова програма ефективно вплинула на емоційну сферу, посилила суб'єктивне відчуття соціальної підтримки, а також сприяла інтеграції досвіду, формуванню кращого сприйняття минулого досвіду та стабілізації теперішнього стану.

Не дивлячись на відносно коротку тривалість програми, 3 дні, зафіксоване незначне підвищення показників, за комунікаційною складовою, за шкалою життєві перспективи та збільшення пунктів у методиці оцінки благополуччя, що вказує на те, що розроблена тренінгова програма змогла незначно вплинути на досліджувані показники. Це вказує на її ефективність у роботі з ВПО. Окрім того, навіть обмежене за часом втручання може запускати позитивні внутрішні процеси, пов'язані з соціальною адаптацією, мобілізацією ресурсів та зниженням дезадаптивних реакцій у ВПО.

Виходячи з отриманих результатів, можна припустити, що подальше, більш інтенсивне, застосування програми із залученням більшої тривалості часу, повторюваності або розширенішого змісту має потенціал забезпечити

вищу результативність. Такий підхід дає підстави прогнозувати активнішу динаміку змін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров, Д. О. Соціальна робота та психологічна допомога з адаптації вимушених переселенців до життя в нових умовах (профілактика дезадаптованості вимушених переселенців). Методичні рекомендації. Бібліотека психологічної та соціальної допомоги. 2023.
2. Бикова О.В. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх офіцерів пожежної охорони: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ін-т вищ. освіти АПН України / Бикова О.В. К., 2001. 21с.
3. В Україні презентували результати дослідження психологічного стану населення - Юридична Газета. Юридична газета – онлайн версія. URL: <https://yur-gazeta.com/golovna/v-ukrayini-prezentovali-rezultati-doslidzhennya-psihologichnogo-stanu-naselennya.html>.
4. Ваші питання і наші відповіді щодо конкурсу «Залучення громадянського суспільства до переговорів про вступ України у ЄС». URL: <https://www.irf.ua/vashi-pytannya-i-nashi-vidpovidi-shhodo-konkursu-zaluchennya-gromadyanskogo-suspilstva-do-peregovoriv-pro-vstup-ukrayiny-u-yes/>.
5. Воропай, О. В. Інтеграція внутрішньо переміщених осіб: імплементація міжнародного досвіду в Україні : магістерська дис. : 054 Соціологія . Київ, 2019. 119 с.
6. Горелов І. Ю. Психологічна готовність працівників ОВС до застосування вогнепально-силового впливу: автореф. дис... канд. психол. наук: спец. 19.00.09 / І. Ю. Горелов. Х., 2008. 19 с.
7. Допомога Впо І Громадам, Які Зазнали Наслідків Конфлікту | IOM Ukraine. IOM Ukraine. URL: <https://ukraine.iom.int/uk/dopomoha-vpo-i-hromadam-yaki-zaznaly-naslidkiv-konfliktu>.
8. Закірова С. Переселенці у нових громадах. 2016 URL: <http://www.nbuviap.gov.ua>.

9. Когут І. Соціальна інтеграція осіб із інвалідністю та роль адаптивної фізичної культури в її реалізації / І. Когут // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014. № 4. С. 58-66.

10. Кокун О.М. Зміст та структура психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2010. № 7. С. 182-190.

11. Котух О. В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. 2023. Вип. 1. С. 56–61.

12. Мазіна Н. Е., Скок Н. С. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру // Вісник Маріупольського державного університету. Серія : Філософія, культурологія, соціологія. 2016. Вип. 12. С. 131-138.

13. Матохнюк Л., Потапова О. Психологічна готовність керівників закладів загальної середньої освіти до управлінської діяльності. Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія». 2023. Вип. 4. С. 86-92.

14. Молотай В.А. Формування психологічної готовності військовослужбовців внутрішніх військ МВС України до діяльності по охороні громадського порядку: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.09 / Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б.Хмельницького / В.А. Молотай. Хмельниц., 2006. 20 с.

15. Мул С. А. Логіко-теоретичний аналіз проблеми «психологічна готовність» особистості. Збірник наукових праць К-ПНУ ім. Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2010. С. 465–476.

16. Павленко Т. В. Основні психологічні підходи визначення поняття «комунікація» // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. Том. ІХ, Загальна психологія. Етнічна психологія. Історична психологія. Вип. 9, 2016. С.368-376.

17. Підтримка стабілізації та відновлення постраждалих від війни громад (прифронтових зон, районів, в які повертаються і які приймають ВПО). UNDP. URL: <https://www.undp.org/uk/ukraine/projects/pidtrymka-stabilizatsiyi-ta-vidnovlennya-postrazhdalykh-vid-viyny-hromad-pryfrontovykh-zon-rayoniv-v-yaki-povertayutsya-i-yaki?utm>.

18. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості : монографія / Сердюк Л.З. та ін. ; за ред. Л.З. Сердюк. Київ–Львів : Видавець Вікторія Кундельська. 2021. 236 с.

19. Семигіна Т. В. Військовий конфлікт в Україні: виклики та можливості для соціальної роботи // Україна в сучасному світі: виклики і можливості. Збірник тез міжнар. наук.конф. (13-14 квітня 2016 р.). – Т.1. – К.: Акад. праці, соц. відносин і туризму, 2016. – С. 10-12.

20. Семигіна Т. В. Соціальна підтримка внутрішньо переміщених осіб / Т. В. Семигіна, Н. Є. Гусак, С. О. Трухан // Український соціум. - 2015. - № 2. - С. 65-72.

21. Семів Л. К. Проблеми інтеграції внутрішньо переміщених осіб у Україні в світлі наукових підходів до дослідження // Регіональна економіка. - 2016. - № 1. - С. 59-69.

22. Таранцов Є. Ю., Гребенюк Д. І., Валика Н. В. Психологічні особливості адаптації та інтеграції в громади внутрішньо переміщених осіб. Journal of Psychology Research. 2024. Т. 30, № 13. С. 90–100. URL: <https://doi.org/10.15421/103008>.

23. Тищенко Н. І. Піроцький Б. Ю. Внутрішньо переміщені особи в Україні як проблема сьогодення // Молодий вчений. 2014. № 10(13)(2). С. 124-126.

24. Тітар І. О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови зняття статусу переселенця // Український соціум. 2016. № 4. С. 57-68.

25. Хандій О. О. Соціальна інтеграція: перешкоди та перспективи // Вісник Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2017. № 6. С. 224-234.
26. Постановка цілей по SMART – приклади, критерії. URL: <https://www.pdatu.edu.ua/images/vihovna-robota/psiholog/ps10.pdf>.
27. Швалб Ю.М. Соціальне благополуччя як мета діяльності фахівця соціальної роботи у громаді. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. 1(8). С. 62-67. URL: <https://visnyk.soch.robota.knu.ua/index.php/journal/article/view/182/129>.
28. Швалб Ю., Вернік О., Павленко О. Методика дослідження життєвого благополуччя особистості. Організаційна психологія Економічна психологія. 2025. Випуск 34, № 1. С. 170–180. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15>.
29. Bernard W. S. The integration of immigrants in the United States. *International Migration Review*. 1967. Vol. 1, no. 2. P. 23. URL: <https://doi.org/10.2307/3002806>.
30. Cheong P.H. et al. Immigration, social cohesion and social capital: A critical review. *Critical Social Policy*. 2007. Vol. 27. No 1. P. 24–49.
31. IREX оголошує грантовий конкурс – вирішення критичних проблем ВПО у приймаючих громадах.: Ресурсний центр ГУРТ. .: Ресурсний центр ГУРТ. URL: <https://gurt.org.ua/news/grants/104475/>.
32. Pesotska Y. P. Social rehabilitation and social adaptation internally displaced persons. *Social work and education*. 2022. Vol. 9, no. 1. P. 89–99. URL: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.22.1.7>.
33. Ryan D. et al. Theoretical Perspectives on Post-Migration Adaptation and Psychological Well-Being among Refugees: Towards a Resource-Based Model. *Journal of Refugee Studies*. 2008. Vol. 21. No 1. P. 1–18.
34. Vrečer N. Living in Limbo: Integration of Forced Migrants from Bosnia and Herzegovina in Slovenia. *Journal of Refugee Studies*. 2010. Vol. 23. № 4. P. 484–502.

ДОДАТКИ

Додаток А

Порівняльна таблиця результатів до та після тренінгу за «Методика оцінки благополуччя особистості» Ю.М.Швалб та О.Л. Вернік

Частина 1

№	Вік	Стать	Освіта	Сімейний стан	Задоволеність духовна	Задоволеність здоров'я	Задоволеність фізичне оточення (середовище)	Задоволеність матеріальна	Задоволеність професійна	Задоволеність близькими
1	22	2	1	1	2	5	9	4	7	4
2	41	1	3	2	3	3	7	2	7	5
3	51	1	1	2	2	6	6	4	10	7
4	57	1	1	3	3	5	7	4	8	5
5	48	1	1	3	2	4	6	4	7	4
6	72	2	3	1	2	5	10	4	8	6
7	61	2	2	4	3	4	8	4	7	6
8	35	1	2	2	2	5	8	4	7	6
9	53	2	2	4	3	6	8	5	8	6
10	45	1	1	2	3	5	8	4	9	7
11	50	2	1	2	3	5	10	4	9	7
12	57	1	3	3	2	6	6	4	9	6
13	17	2	4	1	1	4	7	2	7	5
14	64	2	1	2	3	6	6	2	8	8
15	21	1	5	1	2	5	8	3	7	4
16	39	1	3	2	2	5	10	4	8	6

17	56	2	1	4	4	6	8	5	7	8
18	43	1	3	2	3	7	11	6	10	8
19	37	2	1	2	4	6	7	5	9	7
20	44	2	1	2	2	6	7	3	7	8
21	46	1	3	2	2	4	7	2	7	8
22	50	2	3	2	4	8	8	2	8	8
23	54	1	1	2	3	6	7	6	9	6
24	38	2	1	2	3	4	7	2	7	5
25	68	1	1	2	3	4	7	2	8	8
26	61	1	3	2	2	3	9	3	6	4
27	69	2	1	3	4	4	9	2	7	8
28	46	2	3	3	3	6	8	5	9	6
29	88	2	5	4	4	8	12	7	10	8
30	56	1	3	2	2	3	9	4	6	4
31	57	2	5	3	3	6	8	6	9	6
32	61	1	5	2	3	5	7	4	7	5
33	54	1	1	2	4	7	11	5	10	8
34	41	2	1	3	2	4	7	2	5	3
35	36	2	3	2	4	7	7	7	12	8
36	37	2	1	1	3	6	9	4	7	5
37	56	2	3	4	4	7	10	4	11	8
38	27	2	1	2	4	7	8	4	8	7
39	60	2	1	2	4	4	7	4	10	7
40	44	2	3	1	4	5	6	2	12	6
41	55	2	1	2	3	6	9	4	7	6

42	73	2	3	4	1	5	7	3	5	3
43	54	2	3	3	3	4	8	3	7	5
44	60	2	3	3	4	4	4	2	7	8
45	16	1	5	1	3	4	12	8	8	8
46	52	2	1	1	3	7	9	5	9	7
47	47	2	1	2	3	5	8	4	7	3
48	73	2	3	4	4	5	9	2	3	8
49	64	2	1	3	3	4	8	3	9	8
50	60	1	3	4	2	2	8	2	6	3
51	59	2	3	3	1	2	8	2	7	2
52	35	2	1	1	3	7	7	6	8	7
53	51	2	3	4	4	6	10	2	8	7
54	41	1	3	3	2	5	7	4	11	8
55	29	2	1	2	3	6	8	6	10	8
56	30	1	1	2	2	5	9	6	9	8
57	37	2	1	3	2	4	7	3	10	7
58	60	2	3	2	1	3	9	2	4	4
59	51	1	1	3	3	6	9	2	5	6
60	37	2	1	2	3	5	9	4	7	7
61	49	1	3	3	2	6	9	4	8	5
62	41	2	1	2	3	4	8	2	12	6
63	42	1	3	2	2	3	8	2	8	6
64	53	1	5	3	4	6	11	6	10	7
65	78	2	5	4	3	4	7	3	7	4
66	34	2	5	1	1	5	5	4	10	3

67	28	2	3	2	3	4	6	4	5	8
68	23	2	3	1	4	8	8	3	9	8
69	67	1	3	2	3	6	8	5	6	6
70	28	2	2	2	3	3	9	4	5	4
71	34	2	1	1	4	4	8	3	7	7
72	31	2	5	2	4	7	9	6	7	8
73	62	1	3	2	2	7	10	6	8	6
74	52	2	5	2	2	6	8	5	6	4
75	23	2	5	2	3	4	7	3	8	3
76	38	2	1	2	4	8	6	4	9	8
77	50	2	1	2	3	4	9	4	6	6
78	19	2	5	1	2	6	12	7	10	8
79	30	2	1	2	1	3	9	2	7	6
80	29	2	1	2	4	8	10	4	9	7
81	30	2	1	2	3	5	7	6	11	5
82	29	1	1	2	2	7	8	8	9	8
83	29	2	1	2	4	7	8	6	9	8
84	25	2	3	3	2	5	8	4	12	8
85	68	1	3	2	4	6	5	3	9	8
86	30	1	1	1	3	7	9	7	11	8
87	64	2	5	2	3	4	6	2	6	6
88	35	2	3	2	3	5	12	8	9	8
89	60	2	5	4	4	8	9	2	6	8
90	36	2	3	2	3	8	10	6	11	8
91	56	2	3	2	2	6	4	4	7	6

92	38	2	5	1	4	5	6	3	10	8
93	87	2	5	4	3	4	10	3	6	6
94	32	2	5	2	4	8	6	3	9	8
95	55	2	3	2	3	6	7	6	8	6
96	44	2	1	2	1	5	3	2	7	8
97	59	2	3	3	2	5	10	4	8	4
98	52	2	3	3	3	6	8	2	5	8
99	52	2	3	2	4	8	8	4	12	8
100	72	2	3	3	4	8	5	4	7	6
101	67	2	5	3	3	6	7	5	11	7
102	52	2	3	2	3	5	7	4	7	6
103	47	2	3	3	2	4	6	2	5	7
104	55	2	3	2	3	6	7	4	8	6
105	68	2	5	3	4	5	6	2	7	5
106	50	2	1	2	4	5	12	6	9	7
107	38	2	1	1	3	7	10	5	6	2

Частина 2

Цілі	Перспективи	Досвід	Автономність	Компетентність	Включеність
8	5	6	10	9	10
6	5	5	8	5	8
9	5	5	8	9	10
9	6	5	7	8	7
6	4	5	8	7	9
6	5	4	9	8	7
9	5	7	9	9	7
9	6	7	9	9	7
9	6	5	9	9	9

9	7	7	8	7	10
7	4	4	6	8	10
9	5	4	8	9	9
9	5	4	10	12	5
10	5	7	8	11	10
6	4	4	5	6	9
6	5	5	9	8	8
9	7	5	11	10	8
12	5	8	12	12	12
11	7	7	11	12	11
8	6	3	9	9	12
9	5	5	9	8	8
9	5	3	10	9	11
9	4	5	9	9	5
8	5	5	8	9	8
9	3	6	9	11	8
6	5	5	5	5	6
10	6	4	6	8	12
9	5	5	9	9	9
12	4	5	10	11	10
6	5	6	6	6	6
9	5	5	9	9	9
9	5	5	8	8	8
11	7	4	12	9	10
6	5	5	6	5	6
12	5	5	12	12	12
6	5	6	10	9	9
11	6	5	11	8	11
9	2	5	11	9	10
11	6	5	12	12	12
6	5	5	9	9	9
8	5	4	8	9	9
9	5	5	12	9	11
7	4	5	7	7	9
12	8	5	12	9	9
12	7	5	9	10	12

10	4	4	10	10	10
9	7	5	11	10	10
12	5	5	12	12	12
10	5	5	11	8	12
6	3	5	8	6	6
7	4	5	4	6	7
10	6	5	10	10	12
11	3	5	12	10	11
8	7	4	11	12	10
8	4	5	9	11	12
9	7	5	10	11	8
6	2	5	12	10	7
4	4	5	6	5	6
8	6	7	9	8	7
10	5	6	11	10	8
9	6	5	11	9	9
7	5	4	10	12	9
9	6	5	8	7	9
11	5	6	10	11	11
7	4	5	4	9	7
10	4	4	10	10	7
8	5	4	9	9	9
12	5	4	12	7	12
9	6	5	11	8	11
6	7	5	9	8	9
9	8	6	10	9	5
11	7	4	12	10	12
10	5	3	8	9	9
9	4	6	9	7	8
9	4	5	7	8	9
12	7	7	10	10	11
6	5	6	9	7	7
9	6	6	8	10	11
7	7	6	8	8	9
11	8	6	11	10	11
12	7	8	9	12	9

10	6	5	8	9	10
9	5	6	9	11	10
11	6	4	12	11	12
12	6	5	12	11	12
10	6	5	10	11	11
9	5	5	9	8	9
11	3	5	6	10	8
9	8	5	9	8	12
12	7	5	11	10	10
9	5	6	9	10	9
7	8	5	7	4	7
9	2	4	8	11	12
12	5	7	10	10	12
8	6	5	9	9	9
9	2	4	11	8	10
7	6	6	9	8	8
11	4	5	11	7	10
12	6	5	12	12	12
12	4	4	12	12	12
8	4	5	12	7	11
9	6	5	8	7	8
9	6	4	9	5	10
9	5	6	9	9	8
12	8	5	12	4	12
10	6	5	12	11	10
9	4	5	8	8	7

Порівняльна таблиця результатів до та після тренінгу за анкетною
«Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції»

БЛОК №1	Блок № 2	Блок №3	Блок №4
7	3	8	11
7	6	11	13
8	3	11	9
7	3	6	11
8	4	7	15
5	2	8	8
8	4	6	13
9	6	10	16
8	6	9	16
8	4	8	10
5	2	6	8
3	0	7	7
8	1	11	8
4	3	8	10
7	6	14	11
8	6	8	12
7	6	8	15
7	5	15	10
8	6	9	12
7	0	12	13
8	3	11	12
7	6	4	9
6	1	7	10
9	2	8	8
9	3	8	14
5	3	9	13
5	4	13	16
6	3	11	11
6	6	10	15
10	5	8	13

6	3	5	10
7	0	9	7
4	6	11	16
4	5	11	17
8	6	10	12
8	4	8	14
6	6	7	13
8	6	11	16
4	0	12	6
4	2	3	8
4	1	11	9
5	3	7	9
5	5	7	13
5	6	12	16
6	6	11	14
6	4	13	14
6	0	12	9
9	4	7	13
6	2	8	10
5	1	12	10
8	2	12	12
7	3	11	12
6	3	10	8
8	6	8	11
6	0	7	11
7	4	14	8
5	2	9	11
8	4	6	10
6	3	9	11
8	5	7	5
8	6	8	15
7	6	12	11
8	4	12	14
7	3	11	14
8	4	7	7
7	3	8	9

7	3	6	13
8	6	9	16
9	6	8	12
6	6	15	16
7	6	8	13
7	5	9	16
5	4	10	11
9	6	10	16
9	4	10	18
5	4	5	9
9	5	9	15
8	6	5	14
6	4	8	16
7	5	11	8
8	6	5	17
5	6	8	13
8	5	10	14
9	5	5	7
10	6	4	14
8	6	6	12
8	6	9	17
8	4	6	9
7	6	10	11
8	5	8	11
4	3	8	6
7	3	11	6
6	4	10	11
7	6	5	12
7	4	7	11
7	6	8	11
8	6	8	13
8	3	8	9
6	4	5	14
6	4	5	12
4	2	8	8
5	2	5	8

8	6	5	11
10	6	7	7
10	6	9	15
8	6	11	17

Блок №1 – комунікаційна складова або соціокультурна взаємодія (макс.10)

Блок №2 – ставлення ВПО до соціального середовища (макс. 6)

Блок №3 – економічна складова (макс. 18)

Блок №4 – оцінка ставлення соціального середовища до ВПО (макс. 20)

Анкетування «Дослідження психологічної структури готовності до інтеграції»

Звернення: «Шановні респонденти. Просимо Вас взяти участь в анкетуванні з метою визначення комфортності проживання в новій громаді. Ви допоможете визначити готовність до інтеграції внутрішнього переміщених осіб у вашому місці. Дякуємо вам за співпрацю!»

1. Скільки вам років?

- a. 15-24
- b. 25-54
- c. 55-64
- d. 65 – і більше

2. Тип вашого місця проживання до переїзду?

- a. Місто
- b. Село
- c. Селище міського типу
- d. Рай центр

3. Ваше поточне місце проживання?

4. Чи знаходитися ви у стосунках?

- 4.1 Так, одружений (одружена)
- 4.2 Маю постійні стосунки, але шлюб не зареєстровано
- 4.3 Не маю стосунків

5. Чи є у вас діти?

- 5.1 Так, в мене є діти
- 5.2 Ні, в мене немає дітей

6. Ви працеваштовані?

- 6.1 Так
- 6.2 Ні

Інструкція: прочитайте уважно запитання та дайте відповідь: Так/Ні/Не знаю або оберіть варіант із запропонованих

Блок №1 (про спілкування)

7. Чи багато у вас знайомих серед місцевих жителів (той хто проживає у цій громаді більше 5 років)?

- 7.1 Так, у мене багато знайомих серед місцевих жителів
- 7.2 Ні, в мене не дуже багато знайомих, але мені достатньо
- 7.3 Дуже мало, мені не вистачає знайомств

8. Чи маєте ви друзів серед тих хто проживає в цій громаді більше 5 років?

- 8.1 Так, в мене з'явилися нові друзі
- 8.2 Ні, друзів немає, але добрі знайомі є
- 8.3 Ні, в мене немає тісних стосунків ні з ким з цієї громади

9. Чи проводите ви з вашими новими знайомими свій вільний час?

- 9.1 Так, ми спілкуємося достатньо часто, в нас є спільні інтереси

9.2 Ні, ми спілкуємося тільки коли випадково зустрічаємося

9.3 Знайомство поверхове, ми тільки вітаємося

10. Чи сумуєте ви за «старими» знайомими?

10.1 Так, я постійно згадую про них

10.2 Ні, я не майже не згадую

10.3 Інколи, зрідка згадую, але нечасто

11. Чи часто ви спілкуєтесь із «старими» знайомими?

11.1 Так, спілкуємося майже кожен день

11.2 Постійно, декілька разів на тиждень

11.3 Ми спілкуємося декілька разів на місяць

11.4 Ми не підтримуємо спілкування, тільки вітаємо зі святами

11.5 Взагалі не підтримую ніякий зв'язок

Блок №2 (про комфортність)

12. Вам комфортно в новій громаді?

12.1 Так, мені комфортно

12.2 Ні, я не відчуваю що мені комфортно

12.3 Почуття змінне, інколи відчуваю комфорт, інколи ні

13. Чи подобається вам ваше нове місце проживання?

13.1 Так, я задоволений своїм новим місцем проживання

13.2 Ні, мені не подобається нове місце проживання

13.3 Нове місце проживання мене влаштовує, але я не відчуваю що воно мені подобається

14. Чи виникає у вас відчуття, що нове місце проживання стає вашим домом?

14.1 Так, я відчуваю, що воно поступово стає моїм домом

14.2 Ні, я досі відчуваю відчуженість, відчуваю себе чужим

14.3 Іноді виникає відчуття що я вдома, але воно не постійне

Блок №3 (про економічні ресурси)

15. Чи отримуєте ви грошові виплати від держави?

15.1 Так, я отримую регулярні виплати

15.2 Отримую виплати періодично, але не регулярно

15.3 Отримав одноразову виплату

15.4 Ні, не отримую жодних виплат

16. Чи є ви постійне місце на новому місці проживання?

16.1 Так, я маю постійне місце роботи

16.2 Є тільки тимчасові роботи, але немає постійної

16.3 Ні, я досі без роботи

17. Чи працюєте ви за вашою основною професією?

17.1 Так, я працюю за своєю основною професією

17.2 Працюю, моя нинішня робота лише частково відповідає моїй професії

17.3 Ні, я не працюю за своєю основною професією (не за фахом)

Якщо ви не працевлаштовані, то переходьте до питання 21.

18. Чи задоволені ви вашою роботою, яку маєте на сьогодні?

18.1 Так, я цілком задоволений

18.2 Ні, я зовсім не задоволений

18.3 Частково, робота не зовсім відповідає всім моїм запитам

19. Чи плануєте ви отримати додаткову фахову освіту?

19.1 Так, я планую отримати додаткову фахову освіту

19.2 Ні, я не планую отримувати додаткову фахову освіту

19.3 Я ще не вирішив остаточно чи буду отримувати додаткову фахову освіту

20. Чи плануєте ви знайти іншу/нову роботу?

20.1 Так, я думаю змінити місце роботи

20.2 Ні, я не планую змінювати місце роботи

20.3 Іноді замислююся що варто змінити, але поки не вирішив остаточно

21. Ви винаймаєте житло чи отримали житло від держави?

21.1 Так, я винаймаю житло за власний рахунок

21.2 Я отримав житло від держави

21.3 Інший варіант (наприклад, проживаю у родичів)т

22. Чи допомагає вам держава винаймати житло?

22.1 Так, я отримую допомогу від держави на винаймання житла

22.2 Ні, я не отримую допомогу на винаймання житла

22.3 Інколи, я отримав одноразову виплату або часткову допомогу

Блок №4 (про оцінку ставлення навколишнього середовища до ВПО)

23. Як ви думаєте, як до ставляться до вас місцеві жителі?

23.1 Я думаю, що до мене добре ставляться

23.2 Місцеві жителі не дуже добре ставляться до переселенців

23.3 Ставляться по різному: деякі ставляться добре, деякі ні

24. Які у вас плани на проживання в цій громаді?

24.1 Планую залишитись тут після закінчення війни

24.2 Планую дочекатися кінця війни і повернутися додому

24.3 Хотів (хотіла) би переїхати в інше місце

25. Оцініть ступінь підтримки щодо вас особисто з боку місцевої громади де 1 – підтримка відсутня , а 5 це підтримка постійна і сильна (достатня)

Відмітьте по кожному пункту

Чи відчуваєте ви підтримку від	5	4	3	2	1
місцевих соціальних служб					
громадських організацій					
волонтерів					
місцевої адміністрації					
місцевих жителів					

Блок №5 (про ставлення до нового середовища)

26. Оцініть наявні умови життєдіяльності 1 - це дуже погані, а 5 – дуже гарні

Впишіть по кожній позиції свою оцінку

Умови життєдіяльності:	5	4	3	2	1
Наявність освітніх закладів					
Наявність лікарні або медичних послуг					
Можливості працевлаштування					
Можливості для розгортання власного бізнесу					

Наявність соціальних служб					
Можливість вибору житла					
Наявність культурних заходів					
Загальна атмосфера в громаді					
Наявність місця відпочинку					
Наявність місць для проведення вільного часу					

27. Відмітьте в одному рядку один варіант

В якому напрямку ви хотіли б здійснювати зміни в своєму житті?

Можливі зміни	Це мені дуже потрібно	Це мені потрібно, але не зараз	Ще не вирішив	Я не впевнений що мені це потрібно	Це мені зовсім не потрібно
Отримання стабільної роботи					
Отримання надійного доходу від бізнесу					
Пройти додаткове навчання чи перекваліфікацію					
Знайти постійне					

житло					
Придбати житлову власність					
Покращення соціальних контактів у громаді					
Інше					

28-29. Чи отримуєте спеціалізовану допомогу (так ні). Наскільки ви задоволені від 1 до 5: Я отримую спеціалізовану допомогу ... :

- Відвідуючи спеціалізовані навчання
- Відвідуючи групи підтримки
- Відвідуючи тренінги
- Відвідуючи консультації психолога
- Консультації соціального працівника
- Жоден з цих варіантів

30. Що ви робите аби розширити своє коло спілкування?

- Відвідую галереї
- Відвідую концерти
- Ходжу кінотеатри
- Відвідую гуртки за інтересами
- Відвідую мистецькі заходи
- Ходжу в гості
- Запрошує до себе в гості
- Ходжу в кафе, щоб поспілкуватися
- Ходжу на місцеві збори

31. Щоб ви хотіли додати до ваших відповідей