

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра соціальної роботи

На правах рукопису

Мантуленко Катерина Миколаївна

**«Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб до
нового соціокультурного середовища»**

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня бакалавра соціальної роботи

Науковий керівник

кандидат психологічних наук

асистент кафедри соціальної роботи

Полівко Лариса Юріївна

Допустити до захисту в ЕК

Кафедра соціальної роботи

Завідувач кафедри соціальної роботи

Кандидат соціологічних наук,

(підпис)

Київ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ЩОДО СОЦІАЛЬНОПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА	7
1.1. Соціокультурне середовище як чинник впливу на соціально-психологічну адаптацію особистості.....	7
1.2. Особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених українців	20
Висновки до розділу 1.....	33
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ДО НОВОГО СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	35
2.1. Опис інструментарію та вибірки дослідження.....	35
2.2. Аналіз особливостей адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища	39
2.3. Аналіз рис особистості внутрішніх переселенців, що пов'язані з соціокультурною адаптацією.	54
Висновки до розділу 2.....	56
РОЗДІЛ III. ПРОГРАМА ЩОДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ДО НОВОГО СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	58
3.1. Програма соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.....	58
3.2. Результати впровадження програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища .	64

Висновки до розділу 3	66
ВИСНОВКИ.....	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71
ДОДАТКИ.....	77
Додаток А.....	77
Додаток Б.....	83
Додаток В.....	89

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Через напад на нашу країну та розгортання повномасштабних воєнних дій багато українців були вимушені покинути свої домівки та переселитись в регіони, що знаходяться подалі від лінії фронту та не перебувають під окупацією. Перед внутрішньо переміщеними особами постало питання пристосування до життя в новому соціокультурному середовищі.

Коли ж війна затягнулась на місяці та надії на швидке повернення додому не виправдались, стало зрозуміло, що переселенцям з окупації та прифронтових міст недостатньо лише перетерпіти тимчасове перебування у іншому місці. Необхідним є розвиток особистості в умовах нового регіону.

Повноцінна адаптація передбачає не лише «виживання» в новому місті, але і встановлення міцних соціальних зв'язків, реалізацію на роботі, дозвілля тощо. Соціальному працівнику необхідно спрямувати думки внутрішньо переміщеної особи до майбутнього, а не минулого, «зняти життя з паузи». Тому під час війни дуже актуальним є питання повноцінної соціальнопсихологічної адаптації переселенців.

Проблема соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища досить розроблена у сучасних вітчизняних наукових працях. Ця тема набула актуальності після появи в 2014 році вимушених переселенців з Донецької та Луганської областей.

Про соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб дискутували низка науковців, зокрема: Волошин С., Зінченко О., Юрків Я., Луканов Д., Волченко Л., Мазіна Н., Вишньовський В., Корпач Н., Сидорук І., Тітар І., Трубавіна І. та інші.

Такі дослідники, як Гридковець Л. та Малогулко Л. досліджували питання адаптації внутрішньо переміщених осіб та працювали над практичними рекомендаціями по роботі з такою категорією населення, але в

умовах викликів сьогодення є ряд нових перепон, що постають перед впо, тож актуальність теми нашого дослідження лишається значущим питанням, що потребує ґрунтовного аналізу – **«Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища».**

Мета: визначити та дослідити особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища та на основі цього розробити програму адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

Завдання:

1. Теоретично дослідити поняття «соціокультурне середовище» та «соціально-психологічна адаптація».

2. Провести емпіричне дослідження та визначити особливості соціальнопсихологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

3. Розробити та апробувати соціально-психологічну програму щодо адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

Об'єкт: соціально-психологічна адаптація клієнтів соціальної роботи.

Предмет: соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

Гіпотеза: внутрішньо переміщені українці мають високий рівень емоційного дискомфорту; їх соціально-культурна адаптація буде проходити більш продуктивно та результативно за умови цілеспрямованої та організованої роботи соціального працівника.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз наукових літературних джерел, систематизація, порівняння, аналіз); емпіричні (анкетування, тестування), статистичні (описові статистики, інтерпретація даних).

Методики: авторська методика «Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб», «Методика діагностики соціальнопсихологічної адаптації» Роджерса-Даймонда.

Вибірка: 42 особи віком від 18 до 59 років, 32 жінки та 10 чоловіків, які переїхали у Дніпропетровську, Одеську або Львівську області.

Структура роботи: Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Основний зміст роботи викладено на 70 сторінках. Загальний обсяг роботи складає 89 сторінок.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ЩОДО СОЦІАЛЬНОПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА

1.1. Соціокультурне середовище як чинник впливу на соціальнопсихологічну адаптацію особистості

Людина є соціальною істотою. Тому її розвиток як особистості неможливий без спілкування та взаємодії з іншими людьми, перебування в суспільному просторі. Реальна дійсність, в межах якої відбувається соціальнопсихологічна адаптація людини, її входження до групи інших осіб, називається соціокультурним середовищем.

Соціокультурне середовище – це система важливих чинників, що «визначають розвиток людини: природне середовище, суспільно-політичний лад, засоби масової інформації, освітні та культосвітні установи, духовноцерковні заклади, людей, які впливають на культурні й освітні процеси, а також випадкові події» [16, с. 17].

Функціями соціокультурного середовища є формування емоційно забарвлених уявлень про навколишній світ і місце особистості в ньому, вплив на становлення морально-етичних орієнтирів людини, формування характерних для певної культури програм поведінки. Крім того, соціокультурне середовище забезпечує «дозвіллієві та історико-пізнавальні запити особистості» [16, с.19].

Виходячи з вище сказаного слід відзначити, що соціокультурне середовище вважається унікальним комплексом різних аспектів, що взаємодіють між собою. Це включає фізичне оточення, відносини між людьми та суспільними установами, культуру, традиції та звичаї, а також доступні для всіх види діяльностей та умови життя. Кожне соціокультурне середовище є

унікальним в своїй будові та характеризується своїми особливостями, які формуються впливом історичних, соціальних та культурних факторів. Під впливом соціокультурного середовища, людина соціалізується, змінюється, розвивається і набуває культурного досвіду.

При цьому, як зауважує дослідниця А. Растрігіна важливо брати до уваги те, що соціокультурне середовище не лише безпосередньо впливає на розвиток особистості людини, але й опосередковано обумовлює «характер і спрямованість різних форм державного, суспільного, родинного, інституційного та неформального виховання» [31].

Слід також відзначити, що середовище в якому перебуває людина впливає на її особистісний розвиток, в той же час відбувається і зворотній вплив. Соціокультурне середовище певної території створюють самі люди, визначаючи культуру, традиції, звичаї, побут.

Тож як бачимо, соціальне середовище і особистість неперервно взаємодіють одне з одним: середовище впливає на формування особистості, а особистість, що діє в соціальному середовищі, взаємодіє з іншими особистостями, бере участь у різних спільнотах та сприяє створенню цього середовища, надаючи йому унікальних соціальних характеристик.

У структурі соціокультурного середовища виокремлюють декілька рівнів, зокрема, В. Бебик виокремлює 3 рівні [2]:

- Глобальний, який охоплює тенденції в культурі, економіці, СМІ та освіті, що притаманні більшості цивілізованих країн. Наприклад, за Європейським стандартом.
- Регіональний, який охоплює тенденції в культурі, економіці, СМІ та освіті, що притаманна окремій місцевості, а також звичаї та традиції, соціальні, конфесійні та національні норми. Наприклад, соціокультурна специфіка окремих областей.

- Локальний, який охоплює те, з чим людина стикається безпосередньо: корисні чи випадкові соціальні зв'язки, близьке оточення, заклади культури та освіти, місце роботи, специфіка побуту в межах району міста чи селища. Наприклад, родичі, друзі та однокласники.

У свою чергу, локальне соціокультурне середовище виникає через такі чинники:

- Побутові, до яких відноситься наявність житла, доступність комунальних послуг та медичної допомоги, розвинутість транспортної та торгівельної систем тощо. Від рівня розвитку інфраструктури району міста чи селища залежать запити на певний ступень комфортності та домагань, стиль життя людини.

- Культурні, до яких можна віднести наявність освітніх, наукових, мистецьких та розважальних закладів, бібліотек та видавництв. Наявність у району міста чи селище виставкових залів, гуртків творчості, музеїв, кінотеатрів, зоопарків, типографій тощо впливає на світогляд людини та її морально-етичні орієнтири [41].

- Соціальні, до яких належить спілкування, що є «специфічним засобом взаємодії та взаємовпливу людей один на одного» та охоплює комунікацію, обмін інформацією, спільну діяльність, побудову стосунків, відображення та звернення. Можливість спілкуватись та обмінюватись поглядами, почуттями та навичками з жителями своєї локації сприяє духовному розвитку людини та оволодінню новини вміннями [32].

Варто також зазначити, що кожна локація має свої соціокультурні особливості, які складаються з поєднання загальної картини соціального життя та культури регіону з специфікою більш вузьких середовищ, таких як батьківська та власна сім'я, друзі, групи однокласників та колег тощо. Кожен соціальний інститут має свої особливості, незважаючи на те, що вони можуть знаходитися в одному районі міста. Унікальне єднання та узгодження

специфіки вузьких соціокультурних середовищ створює індивідуальність розвитку особистості.

Як вважає Орешета Ю., чим більш різноманітним є соціокультурне середовище, в якому перебуває людина, тим легше їй реалізуватися в тому напрямку, в якому вона сама бажає та до якого у неї є задатки. Це стає можливим через багатий досвід реальної взаємодії, який отримує людина в соціальних інститутах з різною специфікою, а також через швидше виявлення інтересу до певних сфер та діяльності [27].

Автор стверджує, що соціокультурне середовище змінюється протягом часу та під впливом історичних подій. Це дозволяє йому і людям, які виховуються в його межах, постійно розвиватися. В кожному епоху виокремлюються свої домінуючі цінності та ідеї, які характерні для всіх цивілізованих країн того часу. Економічний розвиток та все більша доступність комунікацій суттєво впливають на зміну соціокультурного середовища. Зміна в пріоритеті партнерства країн та регіонів дозволяє запозичувати нові культурні та побутові віяння [27].

Отже, узагальнюючи все вище зазначене та поділяючи думку Ю. Орешети, ми дійшли висновку, що унікальність соціокультурного середовища має велике значення для розвитку та самореалізації людини.

Соціокультурне середовище є динамічним і змінюється з часом та під впливом історичних подій. Ця зміна сприяє постійному розвитку самого середовища і людей, які в ньому живуть. Економічний розвиток і зростання комунікацій впливають на зміну соціокультурного середовища. Партнерство між країнами і регіонами дозволяє запозичувати нові культурні та побутові практики, що сприяє розширенню можливостей для самовираження і розвитку.

Тож, різноманітність соціокультурного середовища і його постійна зміна створюють унікальні умови для самореалізації людини, допомагають виявити її потреби і бажання, а також сприяють постійному розвитку самого середовища та його членів.

Розглядаючи соціокультурне середовище, варто говорити і про потенціал особистості, який буде допомагати в адаптаційних процесах людині. «Індивідуальний соціальний потенціал – це складна категорія, яка відображає можливості особистості задовольняти свої потреби й досягати поставленої мети» [18]. Для того, щоб людина мала високий індивідуальний соціальний потенціал, вона повинна розвиватися у соціокультурному середовищі, що відповідає вище зазначеним вимогам.

Складовими індивідуального соціального потенціалу, на які впливають особливості соціокультурного середовища є:

- Потенціал життя – та тривалість життя, яку може прожити людина відповідно до рівня економічного розвитку регіону та доступності закладів здоров'я.
- Потенціал здоров'я – стан організму та період працездатності людини, що залежить від якості медичної допомоги та харчових традицій регіону.
- Інтелектуальний потенціал – здатність до самореалізації та досягнення успіхів в роботі, що визначається якістю та доступністю освіти, забезпеченням робочими місцями та гідним рівнем праці.
- Культурний потенціал – можливість особистісного та творчого зростання, що забезпечується наявністю різноманітних освітніх закладів, творчих спілок та культурних установ [18].

Отже, соціокультурне середовище слугує простором для самореалізації дорослої людини. Займаючи активну творчу позицію, особа стає здатна виховувати наступні покоління, спираючись на моделі та ідеали, які запозичила у дитинстві, додаючи власні цінності та ідеї. Внесок кожної людини дещо змінює соціокультурні особливості локації, в якій вона мешкає, а внесок діячів культури та громадських активність може впливати на середовище цілого регіону.

Водночас, деякі автори виокремлюють і груповий соціальний потенціал особистості. Так, Коленда Н. розглядає груповий соціальний потенціал як складну категорію, яка відображає «можливості групи людей діяти та досягати спільної мети, які формуються у процесі соціалізації й налагодження стійких суспільних відносин і спрямовані на отримання синергетичного ефекту» [18].

Складовими групового соціального потенціалу, на які впливають особливості соціокультурного середовища, є [18,42]:

- Людський потенціал – сукупність можливостей здійснити певну діяльність, здібностей, прав та обмежень окремих осіб та цілої групи, що «підвищує чи знижує продуктивність діяльності соціуму». Забезпечується наявністю відповідних державних та соціокультурних установ, ініціативних груп та співтовариств, правових та матеріальних можливостей, зрозумілої та відкритої соціальної політики тощо.

- Репродуктивний потенціал – здатність населення до демографічного відтворення, наявність здорових молодих осіб, зацікавлених у створенні сімей та народженні дітей. Забезпечується якісною та доступною медичною допомогою, заохочувальними соціальними програмами, формуванням сімейних цінностей та установок на багатодітність та здоровий спосіб життя.

- Комунікативний потенціал –можливості встановлювати корисні зв'язки, обмінюватись інформацією та заохочувати інших людей до вкладення ресурсів чи безпосередньої допомоги у досягненні групової мети. Забезпечується взаємодією з іншими регіонами та наявністю ініціативних груп та співтовариств.

- Організаційний потенціал – можливості осіб згуртуватись та вести спільну діяльність, вирішувати конфліктні питання та знаходити компроміси, поважати особливості один одного, розробляти чіткі плани дій. Забезпечується наявністю ініціативних груп та співтовариств, зрозумілої та відкритої

соціальної політики, доступністю безкоштовної психологічної допомоги та рекреаційних заходів.

Соціальний потенціал регіону – це сукупність можливостей соціально активних жителів регіону та влади на базі наявного рівня його соціально захищеності створювати сприятливе соціокультурне середовище за рахунок синергетичного ефекту від об'єднання окремих зусиль [18].

Реалізація соціального потенціалу регіону з боку місцевої влади та людей з активною громадською позицією передбачає:

- «Проведення ефективної демографічної політики, пропагування інституту сім'ї, планування народжуваності».
- «Проведення ефективної соціальної політики й політики зайнятості».
- «Розширення соціальної інфраструктури регіону та стимулювання її розвитку, зростання обсягів соціальних інвестицій».
- «Підвищення якості надання соціальних послуг, удосконалення соціальних стандартів і контроль за їх дотриманням».
- «Створення сприятливих умов для формування регіональних соціальних мереж».
- «Збереження та примноження національних традицій» [18].

На покращення соціокультурних умов та соціального потенціалу регіону вказує така динаміка:

- Народжується більше дітей, зменшилась кількість смертей немовлят, збільшилась загальна тривалість життя населення.
- Менше людей хочуть переселитись до інших регіонів, а до цього, навпаки, почали емігрувати люди.
- Зменшилась кількість розлучень, незапланованих вагітностей та абортів, неблагополучних сімей і дітей-сиріт.

- Покращилась якість та стали більш доступними освітні, культурні, транспортні, комунальні послуги.
- Зменшилась проблема безробіття, підвищився рівень середньої заробітної плати.
- Відчувається загальна безпека та покращились умови соціального захисту потребуючих цього верств населення.
- Населення довіряє місцевій владі, зменшилось соціальне напруження та невдоволеність жителів регіону [18].

Отже, сприятливе соціокультурне середовище передбачає такі економічно-побутові та соціокультурні умови, що дозволяють людині бути самостійною та продуктивною, вміти розвиватися, змінюватися, самоорганізовуватися, а також спонукають мати активну громадську позицію та робити свій внесок у культурне та соціальне життя локальної спільноти.

Створення сприятливого соціокультурне середовище містить наступні умови:

- Забезпечення необхідних правових, матеріальних та економічних потреб людини.
- Наявність та оновлення критичної інфраструктури та закладів культури.
- Забезпечення зрозумілої, системної та здатної до вдосконалення соціальної політики регіону.
- Наявність державних установ, а також ініціативних груп та співтовариств, що організують допомогу незахищених верствам населення.
- Доступність безкоштовної психологічної допомоги людям, що перебувають у складному стані.
- Наявність відкритої соціальної полісистеми, яка взаємодіє з іншими регіонами.

- Можливість людини впливати на покращення умов життя в своєму регіоні.
- Забезпечення діяльності ініціативних груп та співтовариств, що організовують культурні проекти та сприяють творчій реалізації людини.
- Збереження, розвиток та втілення на практиці культурних традицій регіону.
- Доступність рекреаційних та розважальних заходів для дорослих та дітей [42].

При потраплянні у нове соціокультурне середовище людині необхідно пройти вторинну соціалізацію. На відмінну від первинної, що відбувається у дитинстві та характеризує процес становлення дитини повноцінним членом суспільства, вторинна соціалізація передбачає доповнення та зміну вже існуючих соціальних моделей. Під час вторинної соціалізації можуть відкидатися норми, що були засвоєні раніше, змінюватись ціннісна система та установки людини [44].

Основними агентами вторинної соціалізації для дорослих виступають:

- Власна сім'я.
- Заклад вищої освіти.
- Трудовий колектив.
- Громадські організації.
- ЗМІ.
- Політичні партії.
- Сім'я дітей [23].

Процес соціально-психологічної адаптації передбачає перехід від пасивної позиції очікування повернення в звичні умови життя до активної позиції, що передбачає продуктивну взаємодію людини та середовища, входження в нову реальність та оволодіння нею [19].

Треба зауважити, що адаптуватись має не лише людина, що потратила у нове соціокультурне середовище, а і само соціальне середовище повинно пристосуватись та прийняти нову особу. В процесі адаптації узгоджуються вимоги один до одного, а також очікування, що має кожна зі сторін. Можливе виникнення конфлікту менталітетів, зокрема ціннісних систем та ідеалів [12].

При цьому, проходження соціально психологічної адаптації не означає втрати індивідуальності та відкидання минулого досвіду людини. Гриценко В. В. наполягає на тому, що адаптація передбачає набуття нового у поєднанні зі збереженням власної ідентичності. Тобто, при входженні у нове соціокультурне середовище особа повинна не ламати себе, а розвиватися [1].

Говорити про успішність проходження соціально-психологічної адаптації можна, якщо людина має «відчуття особистої та культурної ідентичності, добре психологічне здоров'я» та отримує задоволення від проживання в новому соціокультурному середовищі [26].

Процес адаптації особипроходить через 3 етапи. На першому людина тільки вчиться виживати в нових умовах. На другому вона вже починає активно освоювати нове соціокультурне середовище, практично вивчати його особливості, засвоювати нові соціальні норми та специфіку спілкування з місцевими жителями. Людина стає спроможною функціонувати в належний мірі. На третьому етапі особа займає творчу діяльнісну позицію, вона прагне зробити внесок у розвиток тої місцевості, де вона живе [3].

Проте, перебіг процесу соціокультурної адаптації не завжди буває сприятливим. Як вже було зазначено, він передбачає взаємодію людини і середовища, а не одностороннє пристосування. Тому можна виокремити такі сценарії:

- Гармонійні зміни людини та середовища, синхронізація та узгодженість. Ймовірний сценарій при почутті вдячності з боку першої та готовності полегшити входження в новий соціокультурний простір з боку другого.

- Зміна людини під впливом нового соціокультурного середовища, яке не змінюється від її присутності. Вірогідно виникне у випадку, коли місцеві жителі та влада байдуже ставляться до включення нового члену соціуму, а той намагається максимально відповідати необхідним на його думку вимогам.

- Зміна соціокультурного середовища при входженні в нього людини, проте незмінність самої особи, консерватизм. Вірогідно виникне у випадку, коли місцеві жителі мають яскраве співчуття та хочуть максимально полегшити життя людини на новому місці, а влада пропонує багато програм, спрямованих на підтримку переселенців.

- Незмінність як особи, так і соціокультурного середовища, відсутність взаємовпливу та розвитку. Ймовірною причиною стає байдужість місцевих жителів та влади до людини, її відстороненість, обмеження спілкування переселенця групою інших переселенців з його регіону, існування програм підтримки «від своїх для своїх».

- Негармонійна зміна людини та середовища, неузгодженість, збільшення суперечностей та відмінностей. Вірогідно, до цього може призвести історичний конфлікт інтересів та ідеологій між двома регіонами, їх загострення при спілкуванні [20].

Для гармонійного проходження соціокультурної адаптації необхідно поєднання таких чинників, як:

- Особистісний – людина повинна мати такий характер, що дозволяє змінюватись, думати про інших та враховувати їх інтереси, але при цьому також піклуватись про свій комфорт та розвиток. Серед особистісних якостей, що сприяють легкій та швидкій адаптації можна виокремити комінукативність, стресостійкість, організованість, витриманість, активність, гнучкість, практичність, когнітивну розвинутість та відсутність страху перед невдачами [22].

- Суспільний – середовище повинно створити сприятливі умови, що дозволяють не втрачати власну індивідуальність, передбачають можливість отримати допомогу, проте вимагають прикладання власних зусиль з боку людини та прихильності.

- Діяльнісний – людина повинна займати активну позицію по відношенню до власного життя, досліджувати нове середовище, прагнути стати частиною соціуму, бути зацікавлена у самостійному досягненні [33].

Особливості соціокультурної адаптації також залежать від того, які підвиди адаптації вона буде включати. При зміні регіону може виникнути потреба у політичній, економічній, етнічній та релігійній адаптації. Крім того, якщо людина звикла до перегляду одних новин, що транслювались ЗМІ, а при переселенні вона стикається з зовсім іншими, суперечливими даними, які транслюють місцеві газети, канали тощо, то їй необхідно пройти інформаційну адаптацію [5].

Для дорослих, що навчаються у ВНЗ, та дітей, які ходять до школи, необхідно пройти освітню адаптацію до нового навчального закладу чи нової форми присутності на заняттях в університеті чи школі, що залишилися в старому регіоні проживання. Дорослі, що працюють, переживають трудову адаптацію до нового місця роботи, зміни графіку та колективу, якщо продовжують працювати за тим же фахом. Або мають потребу у пристосуванні до нових зобов'язань, змісту роботи, посади, якщо з переїздом змінили спеціальність.

Крім цього, на процес адаптації впливають:

- Ступінь відмінностей між соціокультурними особливостями нового та минулого середовища.

- Наявність в новому місті групи чи організації краян, з якими можна підтримувати зв'язок.

- Суб'єктивна оцінка тривалості перебування в новому соціокультурному середовищі та можливості відкласти самореалізацію до повернення.

- Психологічний стан людини, наявність травмуючого досвіду.
- Успішність попереднього проходження етапів дорослішання та соціалізації людини, наявність відповідних навичок спілкування, навчання, роботи тощо [35].

- Особливості мотиваційної сфери [8].

- Оцінка адаптації, як вимушеної або добровільної [22].

Оцінка адаптації як добровільної відбувається при прийнятності нового соціокультурного середовища, його відповідності ціннісній системі людини. Також важливо, щоб особисті якості та навички особи давали можливість реалізуватись. Оцінка адаптації як вимушеної породжується неспівпадінням важливих для людини правил життя з традиціями та вимогами нового середовища. В такому разі людині або доводиться повертатись в звичний для неї соціокультурний простір, або відокремлюватись від оточуючого світу, обмежуючи зв'язки лише спілкуванням з власною діаспорою. В такому разі особа намагається жити за минулим досвідом [22].

Відповідно, оцінка необхідності адаптації як вимушеної та її уникнення можуть призводити до соціальної дезадаптованості людини. Під дезадаптацією слід розуміти «порушення процесів взаємодії суб'єкта з навколишнім середовищем» [11].

Негативними наслідками соціокультурної дезадаптації та ознаками, за якими її можна запідозрити, стають такі особливості поточного життя особистості:

- «Об'єктивна або суб'єктивна неможливість самореалізації та досягнення значущих цілей».

- «Почуття соціальної та економічної незахищеності».

- «Втрата відповідальності та контролю над ситуацією».
- Наявність психологічного дискомфорту, апатії, психосоматичних захворювань, неврозів.
- Часті прояви заздрості, нездоровий егоїзм, песимістичність, фаталізм.
- Роздратування, агресія до інших, конфліктність.
- Аморальність, радикальний націоналізм, расизм, втрата почуття власної гідності.
- Бідність, алкоголізм [22].

Здійснивши ґрунтовний аналіз сутності та змісту поняття «соціокультурне середовище», ми дійшли висновку, що це складне системне утворення складниками якого є: фізичний світ, людина і стосунки людей, громадські інститути у їх тісній взаємодії. Воно багатоаспектне і різноманітне, змінюється в часі і просторі під дією різних чинників.

Соціокультурне середовище є простором для самореалізації людини. В той же час. Людина може впливати на середовище в якому проживає, роблячи свій внесок в культуру, традиції, звичаї, побут. При цьому слід зважати на потенціал особистості, та груповий потенціал, що сприятиме адаптації людини до нового середовища.

Для швидкої і ефективної адаптації внутрішньо переміщених осіб необхідно створювати сприятливе соціокультурне середовище.

1.2. Особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених українців.

Після початку війни серед українських громадян виокремилась особлива вразлива верства населення – внутрішньо переміщені особи. Ці люди мають схожі життєві проблеми, обумовлені необхідністю покинути рідну домівку та

переселитися до нового соціокультурного середовища. Вони переживають однакові етапи адаптації до соціокультурного простору іншого регіону, мають психологічні особливості, притаманні лише їх групі.

Питання соціального захисту громадян, які переміщуються із зони збройного конфлікту, регулює Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб». Згідно зі статтею 1 цього Закону, внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, який постійно проживає в Україні, якого змусили або який самостійно покинув місце свого проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [14].

Путінцев А. та Пащенко Ю. наводять таке визначення: «вимушено внутрішньо переміщені особи – це особи, або група осіб, які змушені покинути своє місце проживання в результаті ускладнення політичної, соціальної, економічної, екологічної ситуації у відповідній адміністративнотериторіальній одиниці з метою уникнення порушень прав людини, воєнного конфлікту, жорстокого поводження і потребують правового та соціального захисту держави» [30].

Так як внутрішньо переміщені особи переїжджають з небезпечного регіону у більш спокійний, то вони безперечно стикаються з необхідністю звикати до нової оточуючої дійсності.

Соціально-психологічна адаптація переселенців містить різні аспекти. Спочатку внутрішньо переміщеній особі треба стабілізувати свій психологічний стан до відносної норми, задовольнити базові потреби, адекватно оцінити ситуацію, в якій вона опинилась, та лише тоді приймати рішення. Вже після цього переселенець може інтегруватись в нове соціокультурне середовище. Перед внутрішньо переміщеними особами постає необхідність подолання «інформаційних, освітніх, соціально-трудова, соціокультурних, економічних» бар'єрів [28].

Спираючись на висновки досліджень Тріандінса Г. можна виокремити такі стадії соціально-психологічної адаптації внутрішньо-переміщених українців:

- Стадія стабільності інтересів, моделей поведінки, стратегій, планів. Людина ще не готова до змін.
- Стадія ознайомлення з найнеобхіднішою інформацією про нове соціокультурне середовище, осмислення ситуації, формування уявлень про образ нового себе та взаємозв'язок з оточенням.
- Стадія «розширення соціального простору» та розбору особистісних, організаційних, правових, політичних та культурних проблем. Є дуже стресогенною для внутрішньо переміщеної особи.
- Стадія кризи адаптації, що супроводжується пригніченістю. Якщо особа успішно адаптована, то ця стадія завершується поверненням оптимізму та енергійності, якщо неадапована – можливе виникнення психічних розладів.
- Стадія активної діяльності характеризується повноцінним відновленням функціонування внутрішньо переміщеного українця як члена суспільства, пристосуванням до умов та можливістю впливати на соціокультурне середовище [34].

Зінченко О. С. пише, що особливістю соціально-психологічної адаптації українців, які були вимушені переїхати до іншого міста в межах своєї країни, є схожість їх попереднього соціокультурного середовища з новим, адже переміщення відбувається в межах одної країни [15]. Тобто, ВПО не потрапляють у незнайому культуру, що значно полегшує адаптацію. Але перед ними залишається проблема побудови нових соціальних відносин та вирішення побутових питань.

Проте Юрків Я. та Луканов Д. вважають, що хоча соціокультурне середовище, в яке потрапляють ВПО, не є для них абсолютно новим, але

схожість культурних особливостей різних регіонів України може бути переоцінена. Виявляється, що багато переселенців отримують культурний шок після переїзду та відчувають себе чужими, надто відмінними від місцевого населення [43].

Вишньовський В. також дотримується думки, що внутрішньо переміщена особа перебуває у сильному стресі на новому місці проживання, незважаючи на те, що вона не покидала межі країни. Це обумовлено не лише наявною різницею соціокультурних просторів різних регіонів України, але і браком інформації [7]. Відповідно до цього твердження, якщо ВПО надати данні про те, де можна знайти дешеве проживання, безкоштовну гуманітарну та медичну допомогу, пояснити, як оформити соціальні виплати, влаштувати дітей до нової школи, то це значно зменшить психологічний дискомфорт.

Мазіна Н. вказує на те, що під час воєнних дій соціальні інститути можуть працювати нестабільно [26]. Люди, що мають розвинуту мережу соціальних зв'язків, в такому випадку мають змогу звертатися за інформацією, дієвою чи матеріальною допомогою до знайомих. Але переселенці, що не мають тих, хто готовий їм допомогти, залишаються один на один зі своїми проблемами та страхами. Відсутність почуття, що тебе підтримають при виникненні складної ситуації, викликає у ВПО тривогу за майбутнє.

Тож, узагальнивши слід зауважити, що значна частка внутрішньо переміщених українців потребують соціально-психологічної допомоги більшою мірою через досвід перебування під окупацією, втратою близьких людей, відчуття небезпеки під час евакуації, а не через труднощі адаптації. Для більшості переселенців важливо не лише пройти адаптацію до нового місця проживання, отримати прихисток та відчути себе в безпеці, але і пропрацювати отриманий травмуючий досвід, впоратися з болем від втрати. Вони можуть стикатися з посттравматичним стресовим розладом, психосоматичними хворобами, зниженням когнітивних функцій на фоні стресу. Для того, щоб забезпечити швидке та успішне проходження цього аспекту адаптації,

необхідно залучення психологів, що мають знання та навички по роботі з потерпілими внаслідок воєнних конфліктів.

Як зазначає дослідниця Юлія Песоцька, для того щоб заходи, направлені на соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб, були ефективнішими, варто:

- «Регулярно вивчати потреби внутрішньо переміщених осіб з метою отримання актуальної інформації та розуміння масштабу наявних потреб.
- Ураховувати виявлені потреби під час розробки програм, заходів тощо.
- Здійснювати регулярну інформаційно-просвітницьку роботу щодо прав та можливостей ВПО.
- Сприяти у розв'язанні соціально-економічних проблем та подоланні фінансової кризи.
- Ураховувати медичні потреби та надавати відповідні послуги та консультації.
- Забезпечити умови для отримання соціальних послуг у громадах, де наразі перебувають ВПО.
- Здійснювати активну соціальну роботу з переселенцями похилого віку, особами з інвалідністю та дітьми.
- Сприяти інтеграції ВПО до місцевої громади шляхом залучення до соціокультурних заходів» [28].

Застосування ефективних та відповідних потребам внутрішньо переміщених осіб заходів, направлених на соціально-психологічну адаптацію, дозволяє здійснити профілактику виникнення дезадаптивних станів та закріплення негативних психологічних характеристик.

Кердивар В. та Христенко В. вказують на те, що у внутрішньо переміщених українців може спостерігатися «синдром жертви». Він

характеризується наявністю такої поведінки, що провокує оточуючих до порушення кордонів та прав цієї людини. Особі з «синдромом жертви» «притаманно почуття внутрішнього безсилля, звичка скаржитися і випрошувати жалість до себе». Вона звинувачує у своїх проблемах несправедливих людей, вважає, що ніяк не може вплинути на перебіг власного життя. Іншим, на її думку, повезло більше, тому вона не хоче прикладати зусилля та намагатись змінити ситуацію на краще. Переселенець з «синдромом жертви» невдоволений як своїм життям загалом, так і окремими його аспектами [17].

Тітар І. стверджує, що соціально-психологічна адаптація вимушено переміщених осіб містить і звикання з фактом втрати майна та ресурсів [36]. Людина, що виїхала з окупації, залишила в своїй минулій домівці багато матеріально та духовно цінних для неї речей. Якщо ж дім було взагалі зруйновано, то це має сильний негативний вплив на психіку людини. Бо відбувається втрата засобу задоволення потреб у безпеці, стабільності та почутті власності.

Складною проблемою для внутрішньо переміщених осіб, знайти роботу за їх спеціальністю. Особливо це стосується працівників важкої та гірничодобувної промисловості, які переміщаються із східних областей. Вони повинні освоювати нові професії і знаходити роботу в інших галузях або за іншою спеціальністю. Навіть якщо переселенець має актуальну спеціальність для даного регіону, виникає конкуренція між ними та місцевим населенням, що може призвести до упередженого ставлення до внутрішньо переміщених осіб та конфліктів. Ця проблема вимагає уваги і комплексних заходів для забезпечення адекватного соціально-економічного і трудового розвитку внутрішньо переміщених осіб, а також для сприяння толерантному співіснуванню місцевого населення та переселенців у регіонах їх тимчасового проживання.

На думку науковців, допомогти людині адаптуватись до нової політично-економічної ситуації, соціокультурного середовища може цілеспрямований соціально-психологічний вплив як на рівні держави, так і на рівні окремих інститутів [9]. Це може бути робота ЗМІ або включення в групу людей, що впливають на стан, думки та почуття людини. Використовуються такі механізми як переконання, навіювання, пробудження імпульсу до наслідування тощо. В результаті у переселенця формується сприятливий хід думок та емоційний стан, що полегшує адаптацію

Корпач Н. та Сидорук І. наполягають на важливості додаткової соціальної роботи з внутрішньо переміщеними особами, що мають дітей, та безпосередньо неповнолітніми громадянами, що переїхали до іншого соціокультурного середовища [21]. Те, наскільки дитина успішно адаптується до нового шкільного колективу, режиму та правил навчання, впливатиме і на клімат сім'ї, задоволеність життям школяра, відсутність у нього негативних поведінкових реакцій та емоційних проблем, гармонійний особистісний розвиток.

Ознаками недостатньої адаптації внутрішньо переміщених дітей є непорядкованість стосунків в межах сім'ї та шкільного колективу, болісне реагування на власну неуспішність, висока тривожність [21]. Такі школярі почувають себе самотніми, їм важко вчитись. Вони можуть проявляти неадекватну, агресивну поведінку по відношенню до вчителів, однокласників та членів своєї сім'ї, а також не приймати правила нової школи, активно виступати проти того, що пропонується. Крім того, вони можуть відчувати сором під час відповідей перед класом та очікувати цькування з боку однолітків.

Крім того, на емоційний стан дитини може негативно впливати і факт того, що у місцевих вчителів немає до нього напрацьованого позитивного ставлення. Це характерно для дітей, які в школі, де вони навчались раніше, були відмінниками. Там до них ймовірно було особливе відношення, вчителі

іноді йшли назустріч та дозволяли перездати певні роботи, приготувати додатковий матеріал для підвищення оцінки. В новій школі у них немає заробленої роками репутації відповідального та гарного учня. Тому місцеві педагоги можуть робити послаблення тим, хто навчається в цій школі від самого початку, але не переміщеним відмінникам. Це може викликати образи на вчителів та негативний образ себе.

Треба враховувати, що коли школяр був вимушений переїхати на проживання до іншого регіону, він, ймовірно, через труднощі соціальнопсихологічної адаптації тимчасово гірше виконував шкільні завдання. Можливо, він також пропустив деякі навчальні теми через переїзд. Через це у вчителів з самого початку склалось гірше враження про його академічні домагання та можливості в навчанні, ніж є насправді. За низькими результатами перших тижнів адаптації було зроблено висновки про рівень учня та ця репутація в подальшому могла негативно впливати на оцінки внутрішньо переміщеного школяра.

Тож, як зазначає Ю. Жданович, для успішної адаптації дітей переселенців необхідне створення сприятливих умов для пристосування до нового соціокультурного середовища та самопомоги в межах сім'ї, а також залучення соціального педагога для надання таких видів підтримки [13]:

- Емоційна підтримка – створення у дитини почуття, що про неї піклуються. Це може стосуватись налагодження стосунків дитини з іншими членами сім'ї, адже школяру важливо розуміти, що його люблять та переймаються його проблемами. Також це стосується впевненості у тому, що йому є до кого звернутись по допомогу в школі, зокрема для вирішення конфліктних ситуацій.
- Оціночна підтримка – можливість отримати школярем зворотній зв'язок, чи правильно він вчиняє, чи правильно він ставиться до тої чи іншої ситуації. Це можливість для дитини подивитись на себе з боку, проаналізувати власну неадекватну поведінку та розібрати її мотиви. При оціночній підтримці

можливе застосування порівнянь, проте їх потрібно здійснювати обережно і лише з ціллю формування позитивного відношення до себе у школяра.

- Інформаційна підтримка – можливість отримати інформацію, що може допомогти прискорити проходження адаптації до нової школи та соціального середовища. Це передбачає надання даних, як влаштуватись у класі, як налагодити спілкування, як допомогти собі в кризовій ситуації та як проходить процес адаптації, а також ознайомлення з правилами та можливостями навчального простору тощо. Інформаційна підтримка дозволяє здійснювати профілактику негативних явищ в житті школяра, запобігати виникненню проблем та конфліктів, працювати з ризиками на шляху адаптації.

Інструментальна підтримка – конкретна дієва допомога, як то захист прав дитини, розв’язання конфліктів в ролі медіатора, втручання різного характеру в кризових випадках, залучення до ініціатив, допомога в контрольованому напрацюванні позитивного досвіду, роботу з проблемною сім’єю внутрішньо переміщеної дитини. В рамках інструментальної підтримки соціальний педагог може досліджувати умови проживання школяра на новому місці, клімат в його сім’ї та особистісні якості дитини.

За статистикою, наведеною в статті Трубавіної І., серед дорослих внутрішньо переміщених осіб дві треті є жінками, а п’ята частина – людьми похилого віку та інвалідами. Крім того, третина всіх зареєстрованих внутрішньо переміщених осіб є дітьми. Відповідно, сім’ї переселенців частіше складаються з:

- Матерів, що самостійно виховують дітей.
- Матерів-одиначок, що ще доглядають за старенькими родичами.
- Заміжніх жінок з дітьми, які переїхали, а чоловік залишився на минулому місці перебування.
- Бабусь та дідусів, що переїхали з онуками, а батьки залишились у небезпечному місті [38].

Переселенці можуть боятися звернутися за допомогою, не хочуть оформлювати статус внутрішньо переміщеної особи, тому що, на їх думку, від цього можуть постраждати їх родичі, що залишились на окупованій території. Або з ціллю помсти буде знищено їх житло чи інше приватне майно. Тобто, факт того, що вони прийняли українську сторону у воєнному конфлікті, особливо за умови їх активної патріотичної діяльності на новому місці проживання, може, за уявленнями переселенців, спровокувати жорстокі вчинки по відношенню до їх близьких та завдання шкоди власності з боку окупантів [38].

Узагальнивши все вище зазначене, можна стверджувати, що проблема соціально-психологічної адаптації переселенців виникає через зміну ролей у сім'ї. Адже, більшість питань безпеки, благополуччя сім'ї, доводиться вирішувати жінкам або старшим дітям. Це призводить до перевантаження, виснаження, хронічного стресу. Відтак, постає необхідність у скоординованій соціально-психологічній допомозі таким сім'ям, соціальними працівниками, соціальними педагогами, психологами.

Найбільш актуальними проблемами внутрішньо переміщених сімей, на думку дослідників Григоренка І. та Савельєва Н., є:

- Виникнення конфліктів через стрес та негативний емоційний стан, перерозподіл ролей, обов'язків та зменшення можливостей, змінення відношення один до одного внаслідок розкриття небажаних якостей близьких людей у кризових ситуаціях, втрату поваги та порозуміння з людьми, що залишились у минулому місці перебування сім'ї.
- Руїнування стосунків між членами сім'ї через їх знаходження у різних місцевостях і, як наслідок, порушення емоційного зв'язку, зосередження кожний на вирішенні власних проблем, відсутність спільних поточних цілей, неможливість якісно проводити час один з одним. Якщо окремо перебувають жінка та чоловік, можуть виникати питання щодо

доречності подовження шлюбу, внаслідок чого діти будуть виховуватися в неповних сім'ях.

- Матеріальні проблеми через втрату майна в місті, з якого внутрішньо переміщені особи були вимушені виїхати, неможливість знайти роботу з гідним рівнем оплати, додаткові витрати на оренду житла в новому місці перебування, а також його облаштування. Існує вірогідність, що переселенець, у якого немає можливості задовольнити свої базові потреби законним шляхом, буде вимушений скоїти протиправні дії, зокрема проти своїх знайомих [10].

Науковці ствержують, що успішність соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб залежить від того, як на переселенців реагує місцеве населення. Негативне ставлення з боку жителі нового міста може значно погіршити емоційний стан ВПО та ускладнити пристосування до нових умов [4]. Отже, треба брати до уваги той факт, що містяни можуть бути некоректними та нетолерантними до людей, що були вимушені переїхати. До того ж, вони можуть реагувати негативно і через те, що мають упереджене ставлення до впо та емігрантів взагалі, і через те, що не люблять переселенців саме з певного регіону.

Аналізуючи погляди Мукомель В. можна дійти висновку, що основною причиною неприязні до внутрішньо переміщених осіб є соціокультурні особливості сприйняття жителів одного регіону жителями іншого. Зазвичай ця ненависть є результатом стереотипів, міфів та фобій, на яких виховується типовий представник певного міста. Через це, внаслідок окремого історичного минулого, різниці світоглядів та наближеності до країн-сусідів, відповідно запозичення їх поглядів та традицій, може відбуватися розподіл на «своїх» та «чужих».

На формування образів переселенця загалом або жителя певного регіону, що був вимушений переїхати, здебільшого впливає інформація, що надається ЗМІ. Люди не схильні орієнтуватися на власний досвід та розглядати різні

випадки соціальної практики. Вони звертають увагу на те, що транслює суспільна думка. Так як в новинах люблять відображувати таке, що може викликати інтерес та емоційне відклик, то існує вірогідність судження про всіх переселенців на базі одиничного нетипового випадку. Тому важливо, щоб ЗМІ враховували, як образ внутрішньо переміщеної особи, який вони висвітлюють, буде впливати на відношення місцевого населення. Адже в реальному житті з переселенцями, за даними статті Блинової О. Є., безпосередньо стикався лише кожний п'ятий українець [4].

Проценко О. О. робить припущення, що владі та волонтерським центрам вигідно показувати себе з кращої сторони. Вони представляють в ЗМІ уряд та місцеве населення як таких, що здатні на альтруїстичні, добрі вчинки, показують свою активну допомогу та спроможність робити великі справи. Тоді як переселенці виглядають пасивними, безпорадними, не здатними самостійно вирішувати власні проблеми. Через це у людей, що підпадають під вплив інформації, наданої ЗМІ, формується образ внутрішньо переміщеної особи як споживача, того, хто нічого не хоче робити, проте вимагає ресурсів інших людей. Для того, щоб уникнути створення такої негативної суспільної думки, необхідно висвітлювати в новинах гарні сторони переселенців [29].

Ларченко М. указує на те, що причиною негативного ставлення до внутрішньо переміщених осіб є не лише висвітлення в новинах випадків негідною поведінки окремих переселенців, їх безпорадності та невдячності. Неприязнь також може бути спричинена назагальним накопиченням негативних емоцій та стресом від ситуації в країні [24]. Відтак, місцеве населення та переселенці прагнуть отримати психологічну розрядку, виплеснути негативні почуття та реалізувати агресивні настрої, тому вдаються до конфліктів, в рамках яких можна задовольнити ці потреби. Тому бажано організовувати профілактичну роботу по зменшенню психологічної напруги більш прийнятними способами.

Одним із шляхів вирішення цього питання, є залучення внутрішньо переміщених осіб до розвитку регіону де вони проживають. Це дозволить запозичити нове у соціокультурний простір, зменшити напруження між місцевим населенням та ВПО, а також надати жителям міста реальний досвід спілкування з переселенцями, що зменшить вплив негативних стереотипів.

Для полегшення перебігу процесу соціально-психологічної адаптації соціальний працівник повинен займатися консультуванням, вирішенням проблем та здійсненням соціальної допомоги внутрішньо переміщеним особам. Його завдання полягає не лише у координації, допомозі в забезпеченні базових потреб ВПО, але і в підтримці самостійності та активності внутрішньо переміщених осіб. Крім того, соціальний працівник повинен налагоджувати роботу зі суміжними спеціалістами, своєчасно спрямовувати ВПО до психолога, соціального педагога тощо.

Для прискорення соціально-психологічної адаптації переселенців соціальному працівнику варто:

- Досліджувати ефективність програм для переселенців, проводити регулярну оцінку їх потреб.
- Залучати ЗМІ у формування оптимістичних думок внутрішньо переміщених осіб та позитивного образу переселенців у місцевого населення.
- Впроваджувати безкоштовну психологічну допомогу для зменшення наслідків отримання негативного досвіду контакту з окупантами та втрати близьких.
- Впроваджувати соціальну та соціально-педагогічну роботу з дітьми-переселенцями та сім'ями, в яких вони виховуються.
- Залучати внутрішньо переміщених осіб до громадської, політичної, економічної, трудової та культурної діяльності.

Висновки до розділу 1

Соціокультурне середовище – це система ключових чинників, що визначають розвиток людини: природне середовище, суспільно-політичний лад, засоби масової інформації, освітні та культосвітні установи, духовноцерковні заклади, людей, які впливають на культурні й освітні процеси, а також випадкові події.

Сприятливе соціокультурне середовище передбачає такі економічнопобутові та соціокультурні умови, що дозволяють людині бути самостійною та продуктивною, вміти розвиватися, змінюватися, самоорганізовуватися, а також спонукають мати активну громадську позицію та робити свій внесок у культурне та соціальне життя локальної спільноти.

При переїзді у інший регіон та зміні соціокультурного середовища виникає необхідність пройти соціально-психологічну адаптацію. Процес соціально-психологічної адаптації передбачає перехід від пасивної позиції очікування повернення в звичні умови життя до активної позиції, що передбачає продуктивну взаємодію людини та середовища, входження в нову реальність та оволодіння нею.

Процес адаптації особи проходить через 3 етапи. На першому людина тільки вчиться виживати в нових умовах. На другому етапі вона починає активно освоювати нове соціокультурне середовище, спілкуватись з місцевими, практично вивчати особливості та норми регіону. На третьому етапі особа займає творчу діяльнісну позицію, прагне зробити внесок у розвиток тої місцевості, куди вона переїхала.

Внутрішньо переміщені особи – це особи, які були вимушені покинути своє місце проживання в результаті ускладнення політичної, соціальної, економічної, екологічної ситуації у відповідній адміністративнотериторіальній одиниці з метою уникнення порушень прав людини, воєнного конфлікту,

жорстокого поводження і потребують правового та соціального захисту держави.

Основними особливостями соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених українців від час війни є нестабільність праці соціальних інститутів через воєнні дії та негативний вплив досвіду воєнних дій, втрати близьких, майна та ресурсів. Відмічається також загальне накопичення негативних емоцій та стресу. Дещо полегшує адаптацію відносна схожість соціокультурних просторів старого та нового регіонів.

Внутрішньо переміщена особа може вдаватися до «синдрому жертви». Крім того, існує вірогідність виникнення конфліктів між місцевими та переселенцями, внаслідок поширення негативних стереотипів про ВПО. Можливі труднощі з пошуком роботи через відсутність підприємств в регіоні, що відповідають спеціалізації переселенця, а також конкуренцію з місцевим населенням.

Треба відмітити і наявність у ВПО сімейних проблем. Серед них можна виокремити вразливість дітей-переселенців, які потребують адаптації до нового навчального закладу, а також зміну складу сімей, що передбачає перерозподіл обов'язків та зростання числа конфліктів. Крім того, внутрішньо переміщеним особам характерна наявність страху, що окупанти помстяться близьким та майну на окупованих територіях.

Полегшити та прискорити соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб можуть такі дії як впровадження безкоштовної психологічної, соціальної та соціально-педагогічної допомоги, а також дослідження ефективності та корекція програм допомоги. Крім того, може позитивно впливати і залучення ЗМІ для психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб та створення їх позитивного образу у приймаючої сторони.

Важливим є і те, щоб внутрішньо переміщена особа займала не пасивну, а активну позицію. Тобто, була залучена до громадської, політичної, економічної, трудової та культурної діяльності.

РОЗДІЛ II ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ДО НОВОГО СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА

2.1. Опис інструментарію та вибірки дослідження.

Необхідність емпіричного дослідження особливостей адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища обумовлена тим, що у розглянутих наукових працях не наводяться данні про реальну задоволеність чи незадоволеність внутрішньо переміщених осіб тією допомогою, яку їм надають.

Під час дослідження особливостей адаптації внутрішньо переміщених осіб до соціокультурного середовища нового регіону були використані такі емпіричні методи як анкетування та тестування. Анкетування передбачає збір інформації за допомогою структурованого, заздалегідь сформульованого переліку питань. Тестування стосується точного кількісного або якісного вимірювання прояву індивідуальних характеристик та їх порівняння з визначеними раніше нормами.

Для анкетування досліджуваних була розроблена авторська методика «Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб». Вона включає 19 питань, що стосуються досвіду отримання допомоги як внутрішньо переміщеної особи, а також уявлень щодо особливостей соціокультурного середовища регіону, до якого переїхав досліджуваний. Кожне питання включає 4 варіанти відповіді. Передбачені якісна обробка отриманих даних.

Інструкція та список питань анкети «Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб» наведено в Додатку А.

Для більш повного дослідження соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб було використано «Методику діагностики соціально-психологічної адаптації» Роджерса-Даймонда. Вона складається з 101 питання, що стосуються способу життя, переживань, думок, звичок, стилів

поведінки уявної людини, яка відображує характеристики досліджуваного. При заповненні можна висловити різні рівні згоди з зазначеними твердженнями. Обробка результатів відбувається за допомогою кількісного аналізу. «Методика діагностики соціально-психологічної адаптації» включає 6 шкал: адаптація, прийняття інших, інтернальність, самосприйняття, емоційна комфортність та прагнення домінувати. Показник за кожною зі шкал розраховується по індивідуальній формулі.

Шкала адаптації стосується успішності пристосування особи до соціокультурного середовища, в якому вона перебуває. Вона характеризує, наскільки людина усвідомлює необхідність поступово змінюватись під вимоги суспільства, чи готова вона запозичувати нові норми та моделі поведінки. Люди з високими показниками за цією шкалою мають гармонійні стосунки з оточуючим соціокультурним середовищем.

Шкала прийняття інших стосується безумовності прийняття норм та цінностей групи. Людина, що має високі значення за цією шкалою, відчувається комфортно серед інших людей, адже вона не конфліктує через різні погляди та установки з представниками нового соціокультурного середовища. Такий досліджуваний вміє бути гнучким, готовий до змін себе задля власного комфорту.

Шкала інтернальності стосується відповідальності за події життя досліджуваного. Так, якщо людина має високі значення за цим показником, то їй характерний інтернальний локус контролю. Тобто, вона вважає, що її успіхи залежать від її вчинків та зусиль, також вона шукає причини невдач в собі. Людина з низькими балами за цією шкалою вважає, що причиною подій в її житті є випадковість, дії інших осіб або втручання надприродних сил. Вона не готова брати відповідальність за своє життя на себе.

Шкала самосприйняття стосується власного образу та прийняття себе. Адекватними є середні значення за цим показником. Якщо людина має надто високі бали за цією шкалою, то вона має завищену самооцінку, недооцінює

інших людей, пихата. Низькі бали вказують на наявність внутрішніх конфліктів, неможливість прийняти себе та свою долю. Такий досліджуваний може потребувати допомоги спеціаліста.

Шкала емоційної комфортності стосується психологічної рівноваги та емоційного клімату під час перебування в новому соціокультурному середовищі. Люди з середніми та високими значеннями добре почуваються на новому місці, вони задоволені взаємодією з жителями регіону, доступною діяльністю тощо. Досліджувані з низькими балами відчують тривогу, емоційний дискомфорт, вони невпевнені у собі.

Шкала прагнення домінувати стосується наявності лідерських якостей. Людиз високими значеннями за цією шкалою прагнуть приймати самостійні рішення та брати на себе відповідальність. Досліджувані, що мають низькі бали, навпаки, уникають самостійності, займають пасивну позицію або слідуєть за іншими, підкоряються.

Для обробки результатів за «Методикою діагностики соціальнопсихологічної адаптації» Роджерса-Даймонда було використано середнє арифметичне, стандартне відхилення, коефіцієнт варіації, а також інтерпретацію даних.

Середнє арифметичне – це міра центральної тенденції, що відображує суму результатів всіх осіб в вибірці, що була розподілена на кількість досліджуваних. На базі середнього арифметичного можна вчислити показники типового представника досліджуваної групи та сформулювати заключення по особливостям соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Треба зауважувати, що ця міра центральної тенденції залежна від граничних значень. Для того, щоб перевірити, чи відображує середнє значення тенденції окремих досліджуваних вибірки, використовується стандартне відхилення. За допомогою нього обраховується показник розсіювання

результатів окремих досліджуваних відносно середнього значення, тобто характеристики типового представника вибірки.

Проте, для того, щоб оцінити величину розсіювання недостатньо лише обчислити стандартне відхилення. Треба враховувати кількість балів, яку набирають досліджувані за цією шкалою. Якщо передбачаються високі значення, то діапазон стандартного відхилення, за яким розсіювання буде вважатись прийнятним, буде більшим, ніж за шкалою, де передбачається набір меншої кількості балів.

Тому для того, щоб оцінити однорідність вибірки, застосовується коефіцієнт варіації. Для його обчислення необхідно стандартне відхилення поділити на середнє арифметичне, після чого перевести отриманий показник у процентне відношення. Якщо вибірка виявляється однорідною, то робиться висновок про те, що показник середнього значення може характеризувати типового досліджуваного. Якщо вибірка неоднорідна, то показник середнього значення не відображує результати окремих досліджуваних.

Для формування вибірки емпіричного дослідження було застосовано стратегію «сніжного кому», яка передбачає залучення знайомих досліджуваних, які вже заповнили методику.

Вибірку емпіричного дослідження складала 42 особи віком від 18 до 59 років. Серед досліджуваних 32 жінки та 10 чоловіків. Переважання жінок у вибірці є ознакою її репрезентативності, адже серед реальних внутрішньо переміщених осіб більшу частину займають саме жінки. Також серед переселенців багато людей похилого віку та дітей, але представників цих вікових груп не було залучено до дослідження через їх суттєву відмінність за психологічними характеристиками.

22 особи до переселення проживали у Херсонській області, по 6 досліджуваних – у Донецькій та Київській областях, по 2 у Луганській, Одеській, Дніпропетровській та Харківській областях. Більшість досліджуваних, що переміщувались в межах України, переїхали у

Дніпропетровську область, частка переселилась у Одеську область, пару осіб перемістились до Львівської області.

2.2. Аналіз особливостей адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища

Для того, щоб охарактеризувати досвід отримання допомоги досліджуваних, як внутрішньо переміщених осіб, а також для з'ясування уявлень опитуваних щодо особливостей соціокультурного середовища регіону, до якого вони переїхали, було проведено аналіз результатів заповнення авторської анкети. Розподіл відповідей досліджуваних відображено у кругових діаграмах.

Враження внутрішньо переміщених осіб від допомоги, яка передбачалась їм після переселення:



Рис. 2.1. Основні причини переїзду внутрішньо переміщених осіб до нової місцевості

Основною причиною переїзду внутрішньо переміщених осіб є бажання перебувати у спокійному та безпечному місці. Це вказує на те, що внутрішньо переміщені особи часто змінюють місце проживання за власним бажанням, для

збереження психологічного здоров'я, а не вимушено через неможливість задовольнити базові фізичні потреби у домівці, їжі, санітарних умовах.

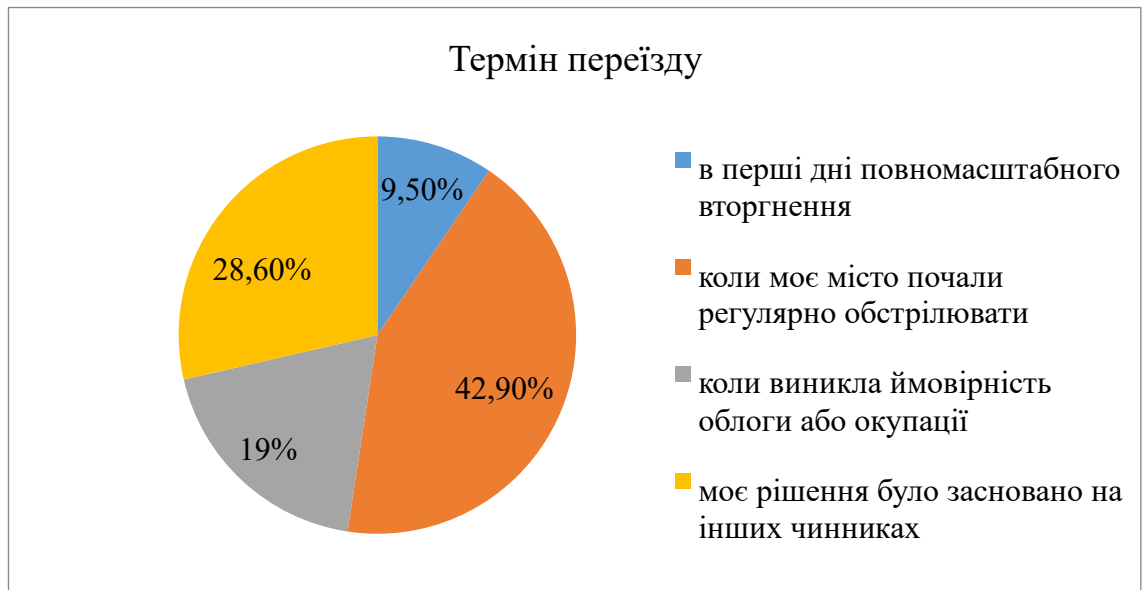


Рис. 2.2. Термін переїзду внутрішньо переміщених осіб до нової місцевості

Більшість досліджуваних зазначили, що вони вирішили переїхати, коли їх місто почали регулярно обстрілювати. Також значна частка повідомила про вплив інших подій. Деякі досліджувані переселились в більш безпечні регіони, коли виникла небезпека облоги. Окремі внутрішньо переміщені особи переїхали на хвилі паніки перших днів війни. Узагальнюючи, можна стверджувати, що основним фактором, який спонукав переселитись саме в певний час, була ймовірність бути вбитим або пораненим, а також майбутнє погіршення умов перебування.

Як показав аналіз відповідей щодо складності адаптації на новому місці, то переїзд до більш безпечного регіону повністю не позбавив досліджуваних психологічного напруження. Більшість внутрішньо переміщених осіб відмітили, що спочатку їм було складно адаптуватись до нового соціокультурного простору, але з часом вони змогли звикнути.

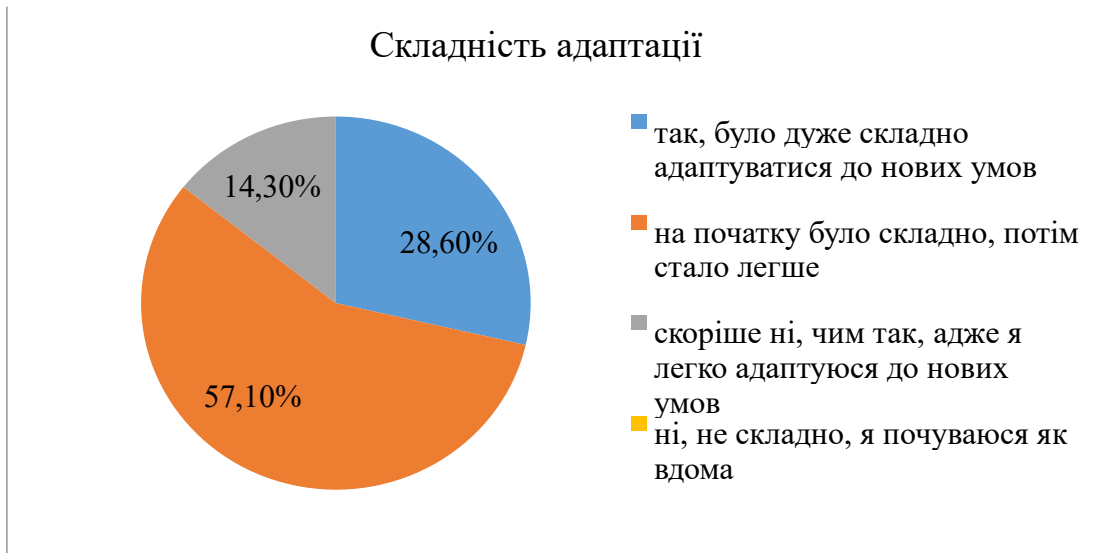


Рис. 2.3. Складність адаптації внутрішньо переміщених осіб

Проте, жодний досліджуваний так і не зміг почуватися в новому регіоні проживання як вдома. Значна частка внутрішньо переміщених осіб досі відчуває певний дискомфорт від переселення та дуже складно адаптувалась до умов іншого регіону. Певний відсоток зміг швидко пристосуватись за рахунок особистісної гнучкості.

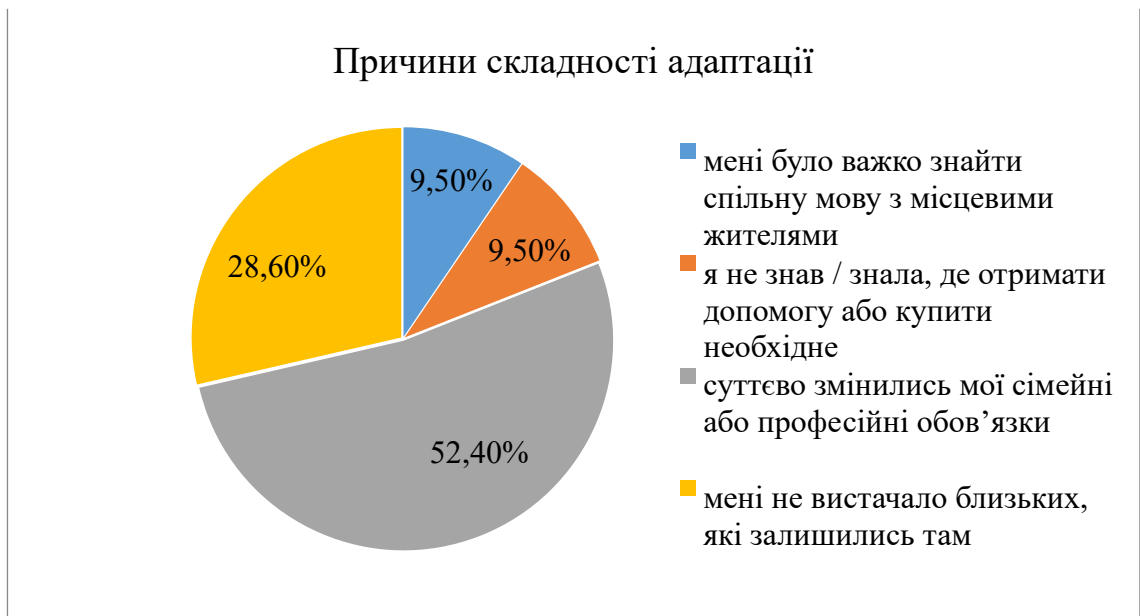


Рис. 2.4. Причини складності адаптації внутрішньо переміщених осіб до нової місцевості

Більшість досліджуваних зазначили, що їх адаптацію до нового регіону ускладнювала зміна сімейних ролей та робочих обов'язків. Після переселення до нового соціокультурного простору може змінюватися не лише зовнішнє оточення, але і склад сім'ї, що проживає під одним дахом. Через відсутність певного члену родини, внутрішньо переміщена особа стикається з необхідністю виконувати повний обсяг завдань по фінансовому та побутовому забезпеченню.

Важливо зазначити, що деякі досліджувані вказали на низьку поінформованість про можливість забезпечити базові потреби. Це вказує на те, що в певних регіонах України недостатньо чітко організоване надання внутрішньо переміщеним особам інформації про центри гуманітарної допомоги, благодійні організації, державні структури. Було проаналізовано, в якій місцевості внутрішньо переміщені особи стикались з цією проблемою. Про те, що вони не знали, де отримати допомогу та купити необхідне, повідомила частка досліджуваних, що переїхали до Дніпропетровської області. Однак, більшість внутрішньої переміщених осіб, які переселились до Дніпропетровської області, не мали проблеми з інформованістю.

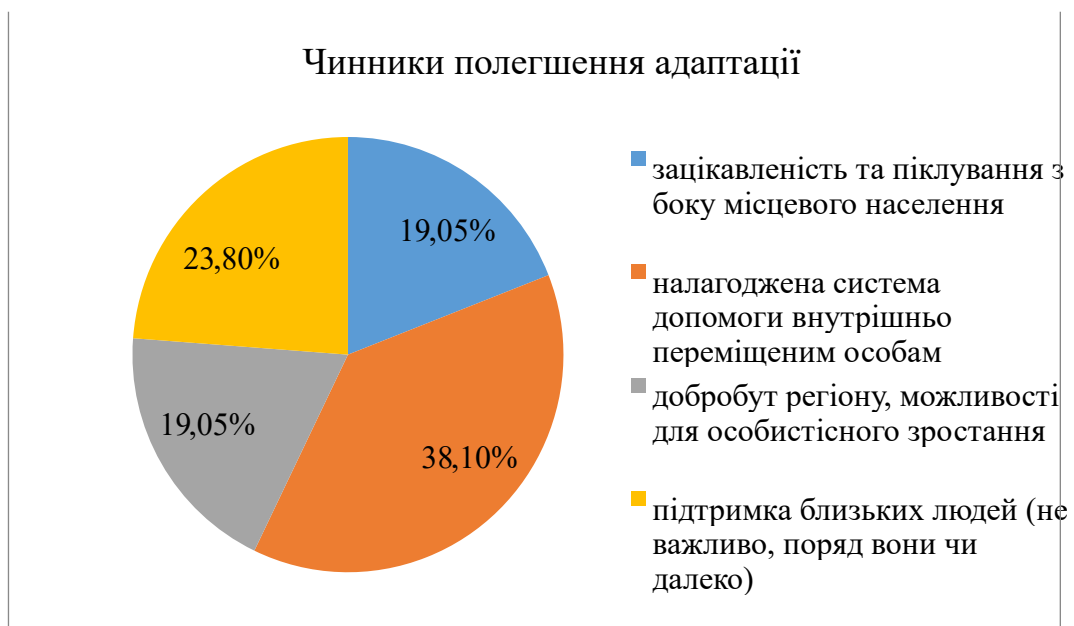


Рис. 2.5. Чинники полегшення адаптації внутрішньо переміщених осіб до нової місцевості

Велика частка досліджуваних повідомила про налагоджену систему допомоги внутрішньо переміщеним особам. Ця оцінка стосувалась Дніпропетровської, Одеської та Львівської областей, тобто всіх регіонів, до яких переїхали досліджувані. Треба відмітити, що про налагоджену систему допомоги внутрішньо переміщеним особам також повідомили люди, які мали проблему з інформуванням.

Результати показують, що регіон, до якого переїхали внутрішньо переміщені особи, іноді виявляється більш розвинутим, ніж попередній, де досліджувані звикли жити. Тому можна зробити висновок, що переселення, яке часто асоціюється з втратою, насправді може бути поштовхом до розвитку.

Важливо також наголосити на зацікавленості місцевого населення, бажанні допомогти. Це суперечить висвітленим в теоретичній частині тезисам про те, що внутрішньо переміщені особи стикаються з ненавистю жителів області через робочу конкуренцію, стереотипи про переселенців та неприязнь між регіонами.



Рис. 2.6. Спосіб отримання або знайдення прихистку внутрішньо переміщеними особами

Більшість внутрішньо переміщених осіб не мали потребу у задіяні служб соціального захисту для пошуку прихистку. Майже половина досліджуваних повідомили про те, що житло їм забезпечили родичі чи знайомі. Також значна частка отримала дозвіл на проживання у приватному житлі, чий власники вирішили допомогти іншим українцям у скрутному становищі.

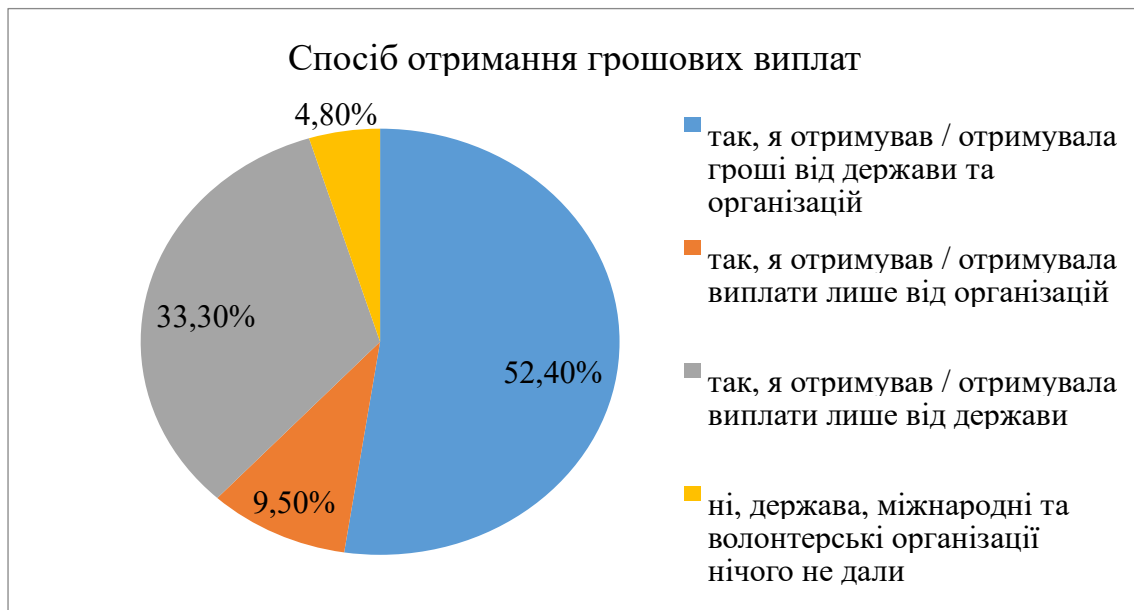


Рис. 2.7. Спосіб отримання грошових виплат внутрішньо переміщеними особами

Майже всі досліджувані повідомили про те, що отримували грошові виплати як внутрішньо переміщені особи. До того ж, половина мала можливість оформити фінансову допомогу як від держави, так і від благодійних організацій. За результатами дослідження можна зробити висновки про відносну доступність отримання грошових виплат внутрішньо переміщеними особами.

Невідомо, чи були досліджувані обмежені у праві отримати виплати як від держави, так і від міжнародних організацій та українських фондів, чи вони самостійно відмовились від певних видів грошової допомоги через небажання

вирішувати бюрократичні питання. Але необхідно звернути увагу на те, чи є процедура оформлення зрозумілою та легкою, чи добре про неї інформують.



Рис. 2.8. Можливість отримати гуманітарну допомогу внутрішньо переміщеними особами

Переважна більшість досліджуваних зазначила, що вони мали можливість отримувати стандартні продуктові набори. Проте, внутрішньо переміщені особи майже не могли безкоштовно отримати ліки. Мала частка досліджуваних повідомила, що гуманітарна допомога враховувала їх індивідуальні потреби. Тому можна зробити висновок, що організація гуманітарної допомоги не повністю задовольняє базові запити переселенців.

Крім того, що внутрішньо переміщені особи не мали достатньої можливості отримати ліки в пакетах гуманітарної допомоги, вони також переживали труднощі з пошуком безкоштовної та якісної медичної допомоги. Більшість досліджуваних, що потребували лікування, отримували медичну допомогу за власний кошт. Значна частка вказала на те, що безкоштовне лікування, яке пропонувалось внутрішньо переміщеним особам, було неналежного рівня.

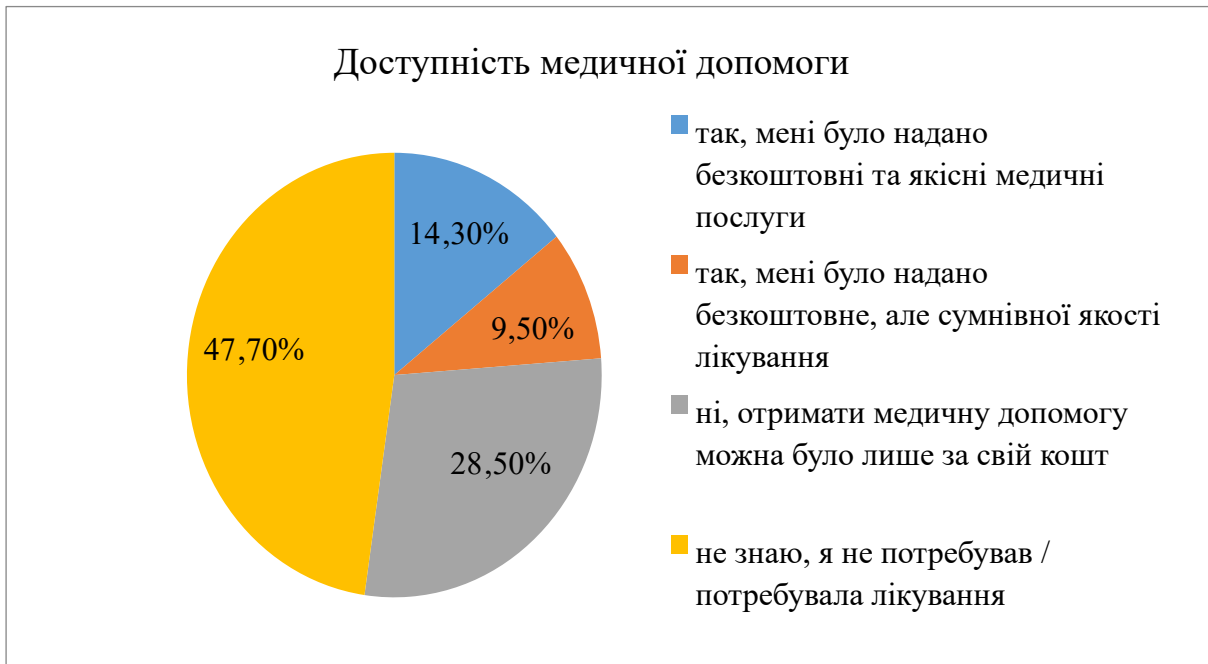


Рис. 2.9 Можливість отримати медичну допомогу внутрішньо переміщеними особами



Рис. 2.10 Можливість отримати психологічну допомогу внутрішньо переміщеними особами

Опитування показало, що психологічну допомогу внутрішньо переміщеним особам надавали як психологи державних установ, так і спеціалісти громадських та благодійних організацій, так і приватні психологи за власною ініціативою. Але в нашій культурі звернення до психолога ще не є загальноприйнятою практикою, тому більшість досліджуваних не бачили потреби у відвідуванні сесій. Якщо внутрішньо переміщені особи мали травмуючий досвід, то в майбутньому ця відмова від психологічної допомоги може призвести до хронічного посттравматичного розладу, що є небажаним наслідком.

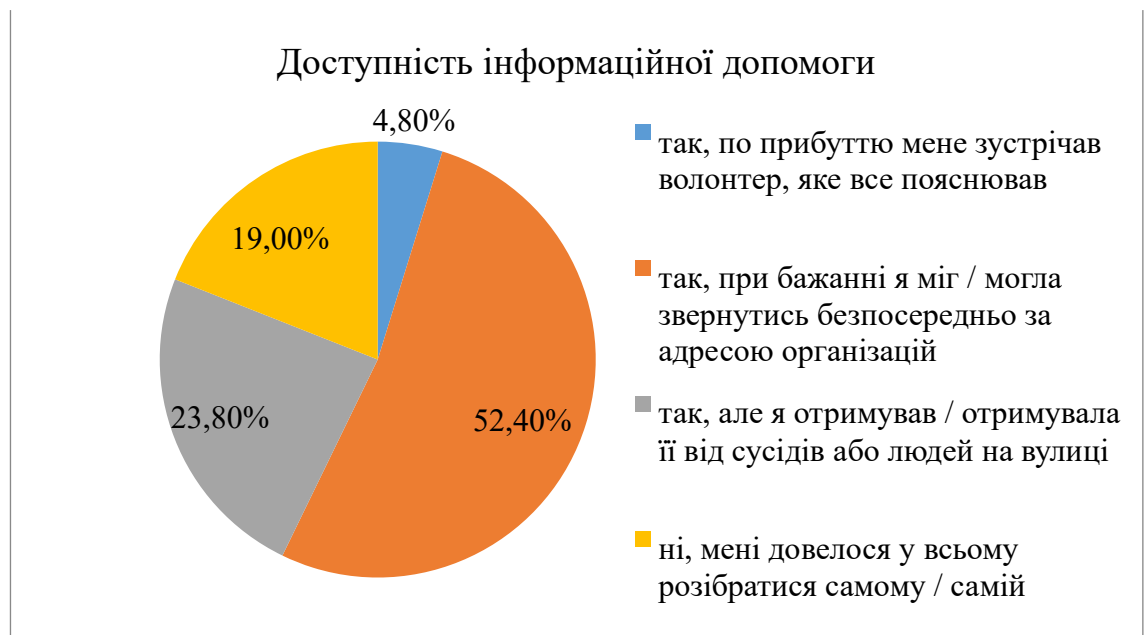


Рис. 2.11. Можливість отримати інформаційну допомогу внутрішньо переміщеними особами

Половина досліджуваних зазначила, що вони були обізнані у тому, де можна отримати інформаційну допомогу. Їм необхідно було докласти зусилля та відвідати організацію, яка може скоординувати внутрішньо переміщених осіб. Малій частці переселенців, до Дніпропетровської області, випала можливість отримати інформаційну допомогу одразу після приїзду, до них був закріплений волонтер, що консультував зі всіх питань. Значна кількість

внутрішньо переміщених осіб стикнулася з необхідністю самостійно розбиратися, як задовольнити базові потреби на новому місці.

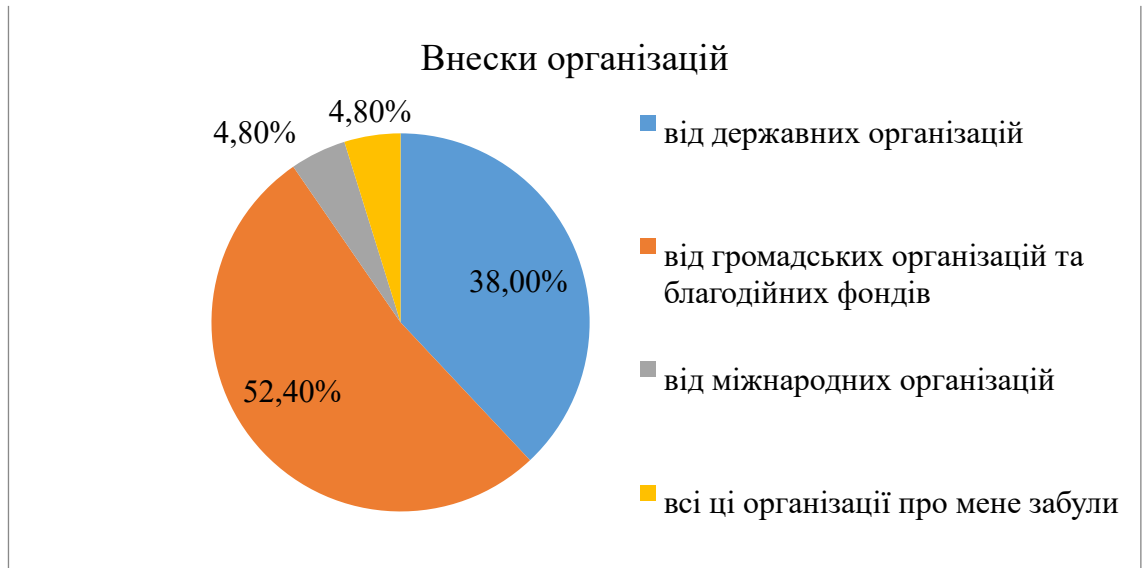


Рис. 2.12 Оцінка внеску організацій

Було виявлено, що внесок державних організацій сприймається внутрішньо переміщеними особами як менший за внесок благодійних фондів. Це може призводити до більшої лояльності внутрішньо переміщених осіб до громадських угруповань, підтримання героїчного образу волонтера, ніж до місцевої влади та уряду. Тому необхідно звернути увагу на створення більш позитивного образу державних організацій, доступність та якість їх допомоги внутрішньо переміщеним особам.

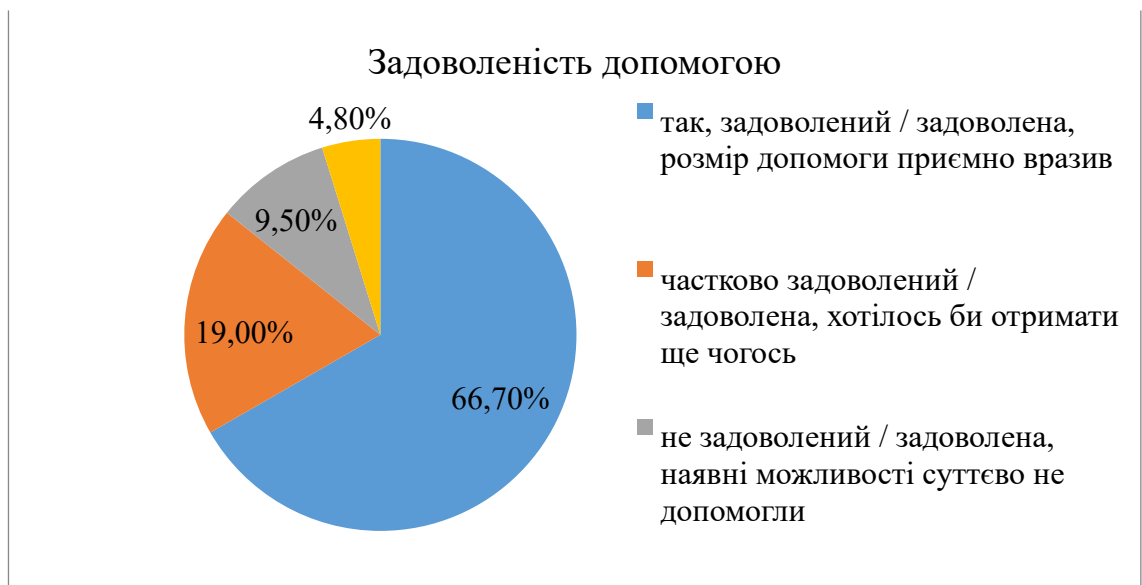


Рис. 2.13 Задоволеність внутрішньо переміщених осіб допомогою

Більшість досліджуваних повідомили про те, що розмір допомоги внутрішньо переміщеним особам перевищував їх очікування. Значна кількість осіб частково задоволена тими можливостями, які їм надали. Були і досліджувані, які взагалі нічого не отримали, хоча мали у цьому потребу.

Незадоволеними розміром та якістю допомоги виявились всі досліджувані, що переїхали до Одеської області. На попередні питання ці досліджувані переважно відповіли, що отримували грошові виплати від держави, стандартні продуктивні набори в якості гуманітарної допомоги, могли звернутись за інформацією до організацій, але деякі з них зазначили, що стикнулись з неможливістю безкоштовного лікування. Все ж таки необхідність платити за всі медичні послуги значно погіршує враження від допомоги та ускладнює життя внутрішньо переміщеним особам.

Враження внутрішньо переміщених осіб від нового регіону:

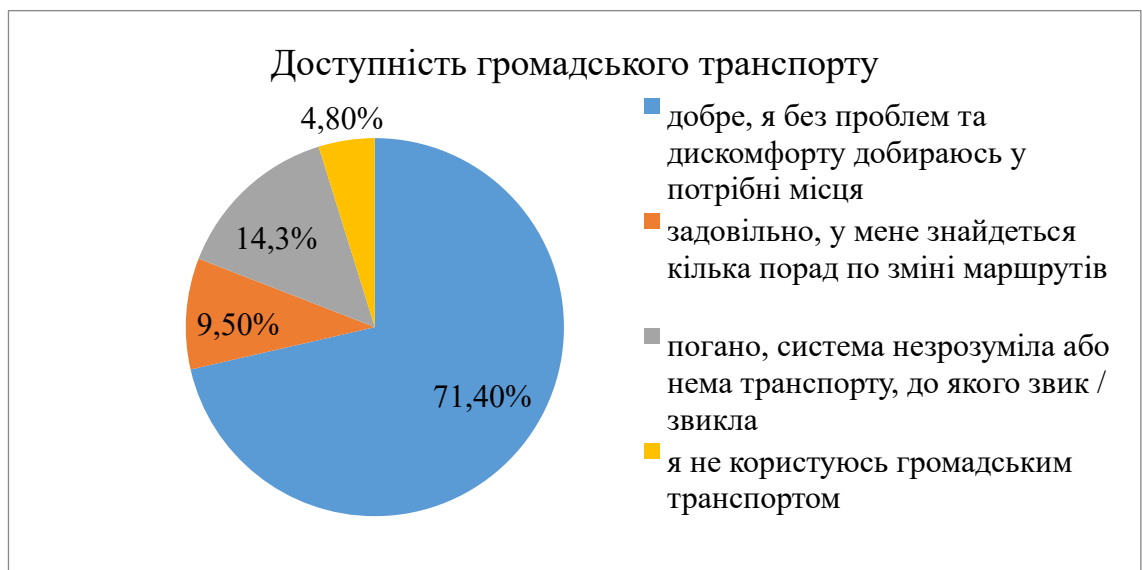


Рис. 2.14 Продуманість системи громадського транспорту

Більшість досліджуваних задоволені транспортною системою нового регіону. Вони не відчують суттєвих змін. Проте, невелика частка повідомила про те, що їм не вистачає певного виду транспорту, до якого вони звикли. Про це повідомили всі внутрішньо переміщені особи, які переїхали до населеного пункту у Одеській області, та деякі досліджувані, що переїхали до

Дніпропетровської області. В цих містах передбачена можливість користуватися автобусами та є залізнична станція, але цього виявилось недостатньо, можливо через незручний графік транспорту.



Рис. 2.15. Можливість знайти роботу переселенцям

Як показало опитування, велика частка досліджуваних не мала можливості знайти роботу на новому місці. З цим стикнулись внутрішньо переміщені особи у Одеській та Дніпропетровській областях. Можливо, це пов'язано з незатребуваністю у цих місцевостях спеціальностей, які мають досліджувані внутрішньо переміщені особи. Знайти роботу за іншим фахом виявилось дещо легше, ніж продовжувати професійну діяльність з тими самими робочими обов'язками. Існує потреба у централізованій організації працевлаштування внутрішньо переміщених осіб.

Майже половина досліджуваних внутрішньо переміщених осіб вказала на те, що їм не було де розважатися та відпочивати у новому регіоні. Це вказує на те, що після переселення багато людей стикнулись з незадоволеністю рекреаційних потреб. Обмеженість у виборі культурних та розважальних закладів переважно мали особи, які переїхали до адміністративних міст, тоді як в обласних центрах така проблема виникала рідше.



Рис. 2.16. Можливість цікавого відпочинку внутрішньо переміщених осіб у новій місцевості

Також важливо зазначити, що досліджувані по-різному оцінювали наявність цікавого відпочинку відповідно до своїх вимог. Серед тих, хто переїхав в одне і те саме місто, знайшлись особи, що задоволені торговорозважальними центрами та культурно-мистецькими закладами нового регіону, деякі відвідували майстер-класи, і одночасно були ті, що вказали на недоступність цікавого відпочинку у новому регіоні проживання. Або це пов'язано з специфічними вимогами до розважальних та культурних центрів, або з близьким чи далеким розташуванням житла внутрішньо переміщених осіб відносно місць відпочинку.

Задоволеність рівнем життя

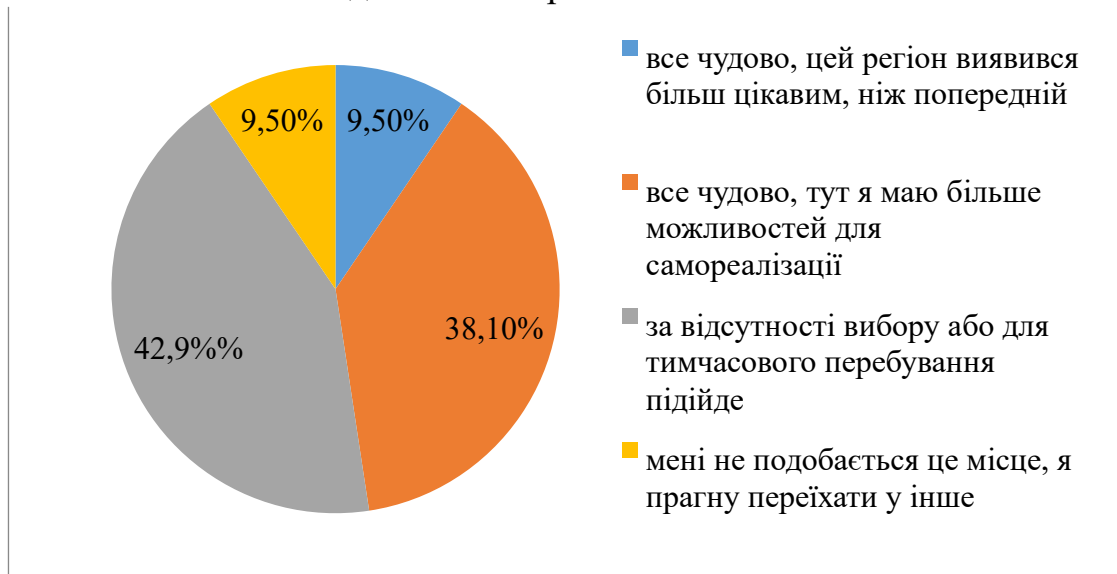


Рис. 2.17. Задоволеність внутрішньо переміщених осіб рівнем життя у новій місцевості

За результатами опитування більша кількість внутрішньо переміщених осіб знаходить новий регіон прийнятним лише для тимчасового перебування. Значна частка повідомила, що новий регіон є чудовим та більш перспективним місцем для самореалізації. Однакова кількість внутрішньо переміщених осіб вважає новий регіон непридатним для нормального життя та більш цікавим, кращим за попереднє місце проживання. Повністю незадоволеними є люди в маленьких містах.

Мінуси нового регіону



Рис. 2.18. Причини незадоволеності новою місцевістю

Незадоволеність новим регіоном також обумовлена відсутністю почуття дому у внутрішньо переміщених осіб. Після переїзду вони відчують себе чужинцями. Їм не вистачає дрібниць, притаманних тому місцю, де вони жили до переселення. Опитування показало, що на незадоволеність та задоволеність новим місцем проживання впливають не лише об'єктивні чинники, але і власні переживання внутрішньо переміщених осіб.



Рис. 2.19. Планування внутрішньо переміщеними особами повернення додому

Половина внутрішньо переміщених осіб планують повернутися до рідної домівки за умови, що буде куди повертатись. Значна частка досліджуваних готова повернутись попри всі перепони, навіть якщо необхідно буде відбудувати домівку або шукати нове житло. Деякі досліджувані планують повернутися лише за умови швидкого закінчення війни. Якщо бойові дії будуть тягнутися довше очікуваного, то їм доведеться проходити адаптацію вже до рідної місцевості, від якої вони відвикли за цей час. Помітна частка

досліджуваних повністю пристосувались до нового місця проживання та не хочуть повертатися в минулий регіон.

2.3. Аналіз рис особистості внутрішніх переселенців, що пов'язані з соціокультурною адаптацією

На адаптацію внутрішньо переміщених осіб до нового регіону впливають не лише інформаційна, моральна, грошова, гуманітарна допомога та особливості соціокультурного простору місцевості, до якої вони переїхали, але і особистісні якості переселенців. Було обраховано середні значення за шкалами, що відображують особистісні якості.

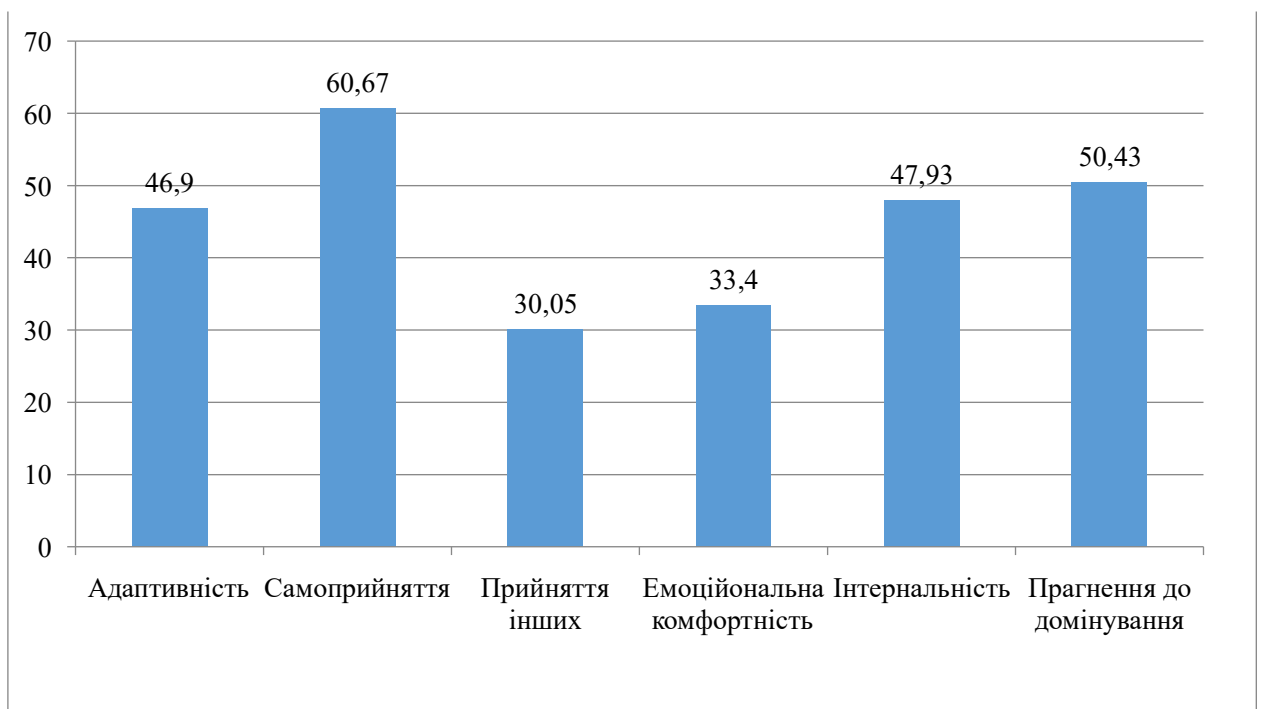


Рис. 2.20. Показники середнього значення особистісних якостей внутрішньо переміщених осіб

Для того, щоб відобразити, наскільки результати окремих досліджуваних у вибірці відрізняються від обрахованого середнього значення, було обчислено стандартне відхилення.

За шкалою адаптивності показник стандартного відхилення дорівнює

20,682, за шкалою самоприйняття – 16,530, за шкалою прийняття інших – 11,776, за шкалою емоціональної комфортності – 12,228, за шкалою інтернальності – 17,418, за шкалою прагнення до домінування – 8,942.

Для того, щоб оцінити, чи можна виявити спільні тенденції у особистісних якостях для досліджуваних внутрішньо переміщених осіб, було обраховано показники коефіцієнта варіації, що відображують однорідність або неоднорідність вибірки. Можливість інтерпретації показника середнього як такого, що відображує тенденції, притаманні більшості внутрішньо переміщених осіб, виникала у разі показника коефіцієнта варіації до 33% включно.

За шкалою адаптивності показник коефіцієнта варіації дорівнює 44%, за шкалою самоприйняття – 27%, за шкалою прийняття інших – 39%, за шкалою емоціональної комфортності – 37%, за шкалою інтернальності – 36%, за шкалою прагнення до домінування – 18%.

За шкалами адаптивності, прийняття інших, емоціональної комфортності та інтернальності внутрішньо переміщені особи мають неоднорідні показники, тому не можна виявити спільної до них тенденції. Тому гіпотеза про те, що внутрішньо переміщені українці мають високий рівень емоційного дискомфорту, не підтвердилась. За шкалами самоприйняття та прагнення до домінування можна інтерпретувати показники середнього для опису особливостей, притаманних більшості внутрішньо переміщених осіб.

Внутрішньо переміщені особи реалістично оцінюють свої особистісні якості, професійні здібності та можливості. Вони вміють відрізнити важливі потреби від забаганок, слідувати власним цінностям. Внутрішньо переміщені особи досягли порозуміння з собою та позбавились психологічних комплексів, що заважають самореалізації.

Внутрішньо переміщені особи тримають баланс між домінуванням над іншими та відомістю. Вони не приносять дискомфорту місцевим жителям, адже не намагаються насильно модифікувати новий регіон та його устрій під

свої вимоги. Водночас вони і не прагнуть впасти в повну залежність від благодійних організацій та програм допомоги внутрішньо переміщеним особам. У переселенців є власна думка та намічений шлях по адаптації до нового соціокультурного середовища, реалізації свого потенціалу у новій місцевості.

Результати дослідження особистісних якостей внутрішньо переміщених осіб спростовують стереотипи про те, що переселенці занадто багато вимагають від організації, які призовані їм допомагати, не хочуть влаштуватись на прості робочі місця та люблять перебувати у залежному положенні, коли забезпечення їх базових потреб перекладено на інших людей. Всі ці негативні уявлення суперечать тим особистісним якостям, які за результатами аналізу притаманні внутрішньо переміщеним особам.

Висновки до розділу 2

Було проведено емпіричне дослідження та визначено особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища. Основною причиною переїзду переселенці називають бажання перебувати у безпеці, а фактором, що спонукав – регулярні обстріли.

Було з'ясовано враження внутрішньо переміщених осіб від допомоги, яка передбачалась їм після переселення. Загалом досліджуванні задоволені та вважають, що організованість допомоги внутрішньо переміщеним особам значно полегшує їх адаптацію. Особливо вони вдячні громадським організаціям, хоча відмічають і внесок державних установ. Багато досліджуваних повідомили, що було важко пристосуватись до нових умов, в основному через зміну сімейних та робочих обов'язків.

Більшість переселенців не мали проблем з фінансовою допомогою та отриманням гуманітарних продуктових наборів. Проте, виникали значні

труднощі з безкоштовним отриманням потрібних ліків та якісної медичної допомоги. Також не всім досліджуваним була доступна інформаційна допомога.

Також було з'ясоване враження внутрішньо переміщених осіб від нового регіону. В основному вони були задоволені транспортною системою та рівнем життя в місцевості, куди переїхали. Проблеми виникали через неможливість знайти роботу та відсутність цікавих для досліджуваних місць відпочинку. Крім того, більшості внутрішньо переміщених осіб не вистачало почуття дому, тому вони мають сильне бажання повернутися.

Було виявлено, що особистісні якості не ускладнюють адаптацію внутрішньо переміщених осіб. Навпаки, переселенці реалістично оцінюють можливості та вміють відрізнити важливі потреби від другорядних. Вони не вимогливі до місцевих жителів, державних та громадських організацій, що взялись їм допомагати. Внутрішньо переміщені особи вміють захищати власні кордони та не прагнуть впасти в залежність від соціальної допомоги. Виявлення цих особистісних якостей спростовує стереотипи про те, що переселенці прагнуть жити за рахунок інших, починають з часом вимагати все більшого та більшого.

Гіпотеза про те, що внутрішньо переміщені українці мають високий рівень емоційного дискомфорту, не підтвердилась.

РОЗДІЛ III ПРОГРАМА ЩОДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ДО НОВОГО СОЦІОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА

3.1. Програма соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених українців.

На основі результатів теоретичного та емпіричного дослідження було розроблено програму спрямовану на соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

Метою програми є забезпечення системного підходу у наданні допомоги внутрішньо переміщеним українцям змінити життєву ситуацію, знайти себе у новому середовищі, подолати труднощі соціально-психологічної адаптації.

Програма включає систему заходів спрямованих на задоволення першочергових потреб внутрішньо переміщених осіб, зокрема: отримання тимчасового або постійного житла; забезпечення харчуванням, сезонним одягом, засобами гігієни, медикаментами; надання психологічної допомоги, робота з дітьми щодо зниження рівня страху, агресії, зміни неадаптивної поведінки; консультації щодо процедури реєстрації та переваг отримання статусу ВПО; інформування про можливості отримання допомоги, її види порядок отримання; узгодження питань щодо отримання соціальних виплат; правова допомога (юридичні консультації, відновлення втрачених документів, тощо); допомога щодо працевлаштування, навчання, перекваліфікації тощо. При розроблені програми ми виходили із основних потреб та проблем внутрішньо переміщених осіб, посилалися на законодавство України щодо ВПО, та використовували вже існуючий досвід роботи з внутрішньо переміщеними особами в Україні.

Таблиця 2.1.

Програма соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища

№	Напрями допомоги	Інструменти соціальнопсихологічної адаптації / форми, методи роботи	Місце проведення /виконавці
1.	Соціальноінформаційна допомога	Консультації щодо процедури реєстрації та переваг отримання статусу ВПО; інформування про можливості отримання допомоги, її види порядок отримання; узгодження питань щодо отримання соціальних виплат, оформлення документів. Надати інформаційно роз'яснювальні матеріали для внутрішньо переміщених осіб (пам'ятки, рекомендації)	Соціальний працівник, фахівець управління праці та соціального захисту населення Саксаганського району міста Кривого Рогу
2.	Юридична допомога	Юридичні консультації щодо захисту прав ВПО; консультації щодо відновлення втрачених документів, щодо вирішення майнових, пенсійних, соціальних питань.	Соціальний працівник, юрист Криворізького місцевого центру з надання безоплатної вторинної правової допомоги
3.	Матеріальноекономічна допомога	Отримання тимчасового або постійного житла; базовий набір особистих речей (одяг, предмети гігієни, постільна білизна тощо); отримання продуктових наборів	Соціальний працівник, волонтери /ГО "Вікінг м.Кривий Ріг", Карітас Кривий Ріг
4.	Психологічна допомога	Індивідуальні консультації з психологом, групові заняття з підтримки та терапії, робота психолога з дітьми. Тренінг «Ефективна комунікація, зняття стресу, внутрішньої напруги»(Додаток В)	Соціальний працівник, психологи/ Центр психологічної допомоги та соціальної адаптації

5.	Медична допомога	Забезпечення своєчасного доступу внутрішньо переміщених осіб (ВПО) до якісних медичних послуг, робота мобільних медичних бригад у співпраці з партнерською організацією ТОВ «Медікавер Україна». Отримання первинної медичної допомоги, консультація лікаря, вакцинація.	Соціальний працівник, ТОВ «Медікавер Україна».
6.	Освітня допомога	Зустрічі з представниками ВНЗ, переведення для продовження навчання у ВНЗ; влаштування дітей у школи, дитячі садки.	Соціальний працівник, представники закладів освіти
7.	Профорієнтаційна, допомога	Забезпечення перепідготовки та профорієнтації, допомога у пошуку роботи ВПО. Інформування про ринок праці у регіоні, наявні вакансії. Створення банку бізнес-ідей, проєктів, бізнес-планів з метою надання практичної допомоги ВПО в реалізації власного бізнесу.	Соціальний працівник, центри працевлаштування
8.	Соціальнокультурна допомога	Екскурсія до «Ботанічного саду» Пішохідна екскурсія "95 квартал крізь час та простір". Залучення до волонтерської діяльності: «Краєзнавчі лекції з плетінням маскувальних сіток»	Громадські активісти, соціальний працівник, КП «Інститут розвитку міста Кривого Рогу»

Тож узагальнивши теоретичні дослідження означеної проблеми, посилаюсь на результати емпіричного дослідження та виходячи із розробленої нами програми, вважаємо за необхідне надати рекомендації та поради щодо соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Під час реалізації програми у роботі з переселенцями необхідно:

- Створити позитивний образ держави в очах внутрішньо переміщеної особи;
- Створити позитивний образ внутрішньо переміщеної особи, спростувати у засобах масової інформації стереотипи про те, що переселенці

прагнуть жити за рахунок інших, починають з часом вимагати все більшого та більшого, адже невірність цих міфів доведена емпірично;

- Забезпечити якісну дистанційну інформаційну допомогу внутрішньо переміщеним особам для того, щоб у них не виникало необхідності відвідувати організації за адресою, коли у них з'являються питання;

- Проінформувати внутрішньо переміщених осіб про їхні права та обов'язки, тримати переселенців в курсі можливостей та обмежень, які надає їх статус;

- Налагодити можливість отримання доступної, безкоштовної та якісної медичної допомоги для внутрішньо переміщених осіб, забезпечити можливість безоплатно отримати необхідні ліки в складі пакетів гуманітарної допомоги;

- Допомогти працевлаштуванню внутрішньо переміщених осіб, залучити переселенців у активне життя регіону;

- Надати внутрішньо переміщеним особам можливість для професійно, творчої та особистісної реалізації, організувати спілки та гуртки, які переселенці можуть відвідувати, зокрема для зав'язування нових соціальних контактів;

- Заохочувати привнесення у життя регіону корисних та цікавих традицій, яким слідували внутрішньо переміщені особи дома, презентація особливостей на ярмарках, фестивалях регіональної кухні, концертах;

- Запровадити психологічне просвітництво, яке спрямоване на роз'яснення необхідності психологічної допомоги у разі переживання стресових подій, інформування про ознаки посттравматичного стресового розладу;

- Залучити внутрішньо переміщених осіб до роботи з психологами, надати можливість змінювати спеціаліста, якщо не підходить напрямок, в якому працює психолог;
 - Створити умови, необхідні для духовного та культурного життя особистості, рекреації та релаксації, підтримувати адекватні ініціативи внутрішньо переміщених осіб;
 - Організовувати заходи, стаціонарні клуби або групи в соціальних мережах, де переселенці з одної місцевості можуть спілкуватись між собою, згадувати рідний край та ділитись досвідом адаптації на новому місці проживання;
 - Забезпечити внутрішньо переміщеним особам можливість продовжувати повноцінне життя, в тому числі створювати сім'ї та народжувати дітей;
 - Створити умови, щоб всі члени родини внутрішньо переміщених осіб, включаючи дітей та людей похилого віку, могли задовольнити базові потреби, знайти заняття по інтересам та сформувати нове коло спілкування;
- Також слід зазначити, що особливу увагу слід приділити сім'ям, що мають дітей. Для полегшення соціально-психологічної адаптації до нового соціокультурного середовища неповнолітніх осіб важливо:
- Слідкувати за наявністю ознак недостатньої адаптації внутрішньо переміщених дітей: невпорядкованість стосунків в межах сім'ї та шкільного колективу, агресивність, болісне реагування на власну неуспішність, високу тривожність;
 - Залучити соціального педагога або шкільного психолога до забезпечення успішної адаптації дитини до нового шкільного колективу, режиму та правил навчання;

- Забезпечити неупереджене ставлення вчителів та однокласників до дитини, позбавитись жартів стосовно регіональної приналежності, звинувачень тощо;
- Інформувати вчителів про можливість тимчасових гірших академічних успіхів у дітей, що переживають соціокультурну адаптацію, запровадити можливість перездачі робіт, які писались в період входження у новий соціокультурний простір;
- Консультувати батьків щодо рольових змін в сім'ї, шляхів допомоги дитині, корекції негативних наслідків отримання стресового досвіду;
- Забезпечити можливість самостійного звернення підлітків до соціальних працівників та психологів;
- Створити у дитини почуття, що про неї піклуються та їй готові допомагати;
- Надати дитині можливість отримати зворотній зв'язок, чи правильно вона вчиняє, чи правильно вона ставиться до тої чи іншої ситуації;
- Надавати дитині конкретної дієвої допомоги, як то захист прав дитини, розв'язання конфліктів в ролі медіатора, втручання різного характеру в кризових випадках;
- Залучати дитину до ініціатив, допомагати в контрольованому напрацюванні позитивного досвіду;
- Викривати проблемні сім'ї внутрішньо переміщених осіб, що мають неналежні умови проживання, несприятливий клімат в сім'ї;
- Викривати дітей, що мають проблемну поведінку та потребують особливої уваги для профілактики правопорушень, суїцидальних вчинків тощо.

3.2. Результати впровадження програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища

Реалізація програми соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища відбувалася на базі управління праці та соціального захисту населення Саксаганського району міста Кривого Рогу у тісній співпраці із фахівцями цього закладу. До участі в програмі також були залучені громадські діячі, волонтери, юристи Криворізького місцевого центру з надання безоплатної вторинної правової допомоги, психологи Центру психологічної допомоги та соціальної адаптації, працівники КП «Інститут розвитку міста Кривого Рогу». Як бачимо процес адаптації складний і різноплановий. В результаті реалізації програми, проведення системи заходів щодо надання соціально-інформаційної, юридично-правової, матеріально-економічної, психологічної, медичної, освітньої, профорієнтаційної допомоги внутрішньо переміщеним особам було вирішено ряд завдань. Переселенці отримали всю необхідну інформацію щодо отримання пільг, соціальних послуг, матеріальних виплат, отримали статус ВПО, оформили необхідні документи, знайшли житло. Була надана допомога щодо працевлаштування. Шляхом надання соціально-психологічних послуг, консультацій, здійснення психологічного супроводу, психологічної терапії люди досягли психологічної рівноваги, зміцнили фізичне та психологічне здоров'я. Зустрічі, спілкування, обмін досвідом між внутрішньо переміщеними особами сприяв ефективній комунікації, позитивним враженням, позитивним емоціям, адаптації до життя на новому місці проживання.

Деякі учасники програми позбулися агресії, невпевненості, позбулися синдрому жертви. Важливим для деякого було отримання доступної,

безкоштовної та якісної медичної допомоги, можливість безоплатно отримати необхідні ліки в складі пакетів гуманітарної допомоги.

Варто відзначити, що діти внутрішньо переміщених сімей, більш складніше адаптуються в новому соціальному середовищі, їм притаманний виснажений емоційний стан, вони потребують ще більшої уваги та спеціальної допомоги фахівців соціальної сфери. Ефективною формою для їх адаптації був тренінг, що сприяв налагодженню комунікації, зняттю стресу, внутрішньої напруги. Діти знайомилися, знаходили нових друзів, ділилися своїми історіями, співпереживали.

Проте, найважливішим у нашій роботі було забезпечити внутрішньо переміщеним особам можливість продовжувати повноцінне життя, створити умови, щоб всі члени родини, включаючи дітей та людей похилого віку, могли задовольнити базові потреби, знайти заняття по інтересам та сформувати нове коло спілкування.

Оцінювання результатів нашої програми ми отримали шляхом індивідуальних бесід з учасниками програми, та під час завершальної зустрічі шляхом рефлексії, банки рефлексії подано у Додатку В.

Тож поділяючи точку зору науковців, слід зазначити, що умовах активної адаптації внутрішньо переміщені особи безумовно стають беззаперечними учасниками адаптаційного процесу, впливаючи на своє буття. Зміст адаптації до нового соціального середовища розглядають як процес «установлення оптимальної відповідності особистості і середовища в ході здійснення діяльності, який дозволяє індивідууму задовольняти актуальні потреби і реалізовувати пов'язані з ними значимі цілі». Скеровуючи соціальну – психологічну адаптацію внутрішньо-переміщених осіб, можна впливати на її перебіг. У цьому суттєво можуть допомогти соціальні працівники, фахівці соціальної сфери, активні громадські діячі.

Висновки до розділу 3

Було розроблено соціально-психологічну програму щодо адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища.

Програма включає систему заходів спрямованих на задоволення першочергових потреб внутрішньо переміщених осіб, зокрема: отримання тимчасового або постійного житла; забезпечення харчуванням, сезонним одягом, засобами гігієни, медикаментами; надання психологічної допомоги, робота з дітьми щодо зниження рівня страху, агресії, зміни неадаптивної поведінки; консультації щодо процедури реєстрації та переваг отримання статусу ВПО; інформування про можливості отримання допомоги, її види порядок отримання; узгодження питань щодо отримання соціальних виплат; правова допомога (юридичні консультації, відновлення втрачених документів, тощо); допомога щодо працевлаштування, навчання, перекваліфікації.

Також запропоновано рекомендації та поради щодо соціальнопсихологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Рекомендовано створити позитивний образ внутрішньо переміщеної особи, забезпечити якісну дистанційну інформаційну допомогу, зокрема щодо особливостей їх статусу, налагодити можливість отримання безкоштовної та якісної медичної допомоги, забезпечити працевлаштування та можливість самореалізації, заохочувати адекватні ініціативи, запровадити психологічне просвітництво та доступну психологічну допомогу, створити умови для рекреації, спілкування з іншими переселенцями та продовження повноцінного життя для всіх члені родини.

Для адаптації неповнолітніх внутрішньо переміщених осіб рекомендовано залучати соціального педагога або шкільного психолога, слідкувати за наявністю ознак дезадаптації, забезпечити неупереджене ставлення вчителів та однокласників, консультиувати батьків, створити у дитини почуття захищеності, надати можливість отримати зворотній зв'язок та

конкретну дієву допомогу, залучати дитину до ініціатив, забезпечити можливість самостійного звернення підлітків до соціальних працівників та психологів, викривати проблемні сім'ї та дітей з проблемною поведінкою.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження соціально психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища надає підстави зробити наступні висновки

1. Соціокультурне середовище – це система ключових факторів, що визначають розвиток людини: природне середовище, суспільно-політичний лад, засоби масової інформації, освітні та культосвітні установи, духовноцерковні заклади, людей, які впливають на культурні й освітні процеси, а також випадкові події.

2. Середовище впливає на формування особистості, а особистість, що діє в соціальному середовищі, взаємодіє з іншими особистостями, бере участь у різних спільнотах та сприяє створенню цього середовища, надаючи йому унікальних соціальних характеристик.

3. Для швидкої і ефективної адаптації внутрішньо переміщених осіб необхідно створювати сприятливе соціокультурне середовище.

4. Процес соціально-психологічної адаптації передбачає перехід від пасивної позиції очікування повернення в звичні умови життя до активної позиції, що передбачає продуктивну взаємодію людини та середовища, входження в нову реальність та оволодіння нею.

5. Внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, який постійно проживає в Україні, якого змусили або який самостійно покинув місце свого проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру.

6. Основними особливостями соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених українців від час війни є нестабільність праці соціальних інститутів через воєнні дії та негативний вплив досвіду воєнних

дій, втрати близьких, майна та ресурсів. Відмічається також загальне накопичення негативних емоцій та стресу. Дещо полегшує адаптацію відносна схожість соціокультурних просторів старого та нового регіонів.

6. В ході емпіричного дослідження було з'ясовано враження внутрішньо переміщених осіб від допомоги, яка передбачалась їм після переселення. Загалом досліджувані задоволені та вважають, що організованість допомоги внутрішньо переміщеним особам значно полегшує їх адаптацію. Особливо вони вдячні громадським організаціям, хоча відмічають і внесок державних установ. Багато досліджуваних повідомили, що було важко пристосуватись до нових умов, в основному через зміну сімейних та робочих обов'язків.

Більшість переселенців не мали проблем з фінансовою допомогою та отриманням гуманітарних продуктових наборів. Проте, виникали значні труднощі з безкоштовним отриманням потрібних ліків та якісної медичної допомоги. Також не всім досліджуваним була доступна інформаційна допомога.

7. Також було з'ясовано враження внутрішньо переміщених осіб від нового регіону. В основному вони були задоволені транспортною системою та рівнем життя в місцевості, куди переїхали. Проблеми виникали через неможливість знайти роботу та відсутність цікавих для досліджуваних місць відпочинку. Крім того, більшості внутрішньо переміщених осіб не вистачало почуття дому, тому вони мають сильне бажання повернутися.

8. Було виявлено, що особистісні якості не ускладнюють адаптацію внутрішньо переміщених осіб. Навпаки, переселенці реалістично оцінюють можливості та вміють відрізнити важливі потреби від другорядних. Вони не вимогливі до місцевих жителів, державних та громадських організацій, що взялись їм допомагати. Внутрішньо переміщені особи вміють захищати власні кордони та не прагнуть впасти в залежність від соціальної допомоги. Виявлення цих особистісних якостей спростовує стереотипи про те, що

переселенці прагнуть жити за рахунок інших, починають з часом вимагати все більшого та більшого.

Гіпотеза про те, що внутрішньо переміщені українці мають високий рівень емоційного дискомфорту, не підтвердилась.

9. На основі результатів теоретичного та емпіричного дослідження було розроблено соціально-психологічну програму щодо адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища. Програма передбачала декілька напрямів надання допомоги внутрішньо переміщеним особам: соціально-інформаційної; юридичної; матеріально-економічної; психологічної; медичної; профорієнтаційної; соціальнокультурної допомоги.

10. В результаті реалізації програми переселенці отримали всю необхідну інформацію щодо отримання пільг, соціальних послуг, матеріальних виплат, отримали статус ВПО, оформили необхідні документи, знайшли житло. Була надана допомога щодо працевлаштування. Шляхом надання соціально-психологічних послуг, консультацій, здійснення психологічного супроводу, психологічної терапії люди досягли психологічної рівноваги, зміцнили фізичне та психологічне здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андросович К. А. Феномен соціальної адаптації як предмет наукового аналізу. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2016. № 3 (46). С. 20–24.
2. Бебик В. Глобальне громадянське суспільство: теорія, методологія, менеджмент. *Політичний менеджмент*. 2006. № 2. С. 140–147.
3. Блажівський М. І. *Поняття адаптації у сучасній науковій літературі*. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2014. №1. С. 233–242.
4. Блинова О. Є. *Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації*. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2016. Вип. 3. Том 1. С. 111–117.
5. Блинова О. Є. *Соціально-психологічні особливості ставлення приймаючої спільноти до вимушених переселенців*. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2017. Вип. 3. Том 2. С. 136–141.
6. Богданова Н. Особливості формування культури життєтворчості особистості. *Нова парадигма*. 2015. Вип. 127. С. 91–103.
7. Вишньовський В. Психологічна адаптація вимушено переміщених осіб, жертв воєнних конфліктів. Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: Збірник тез II Міжнародної наукової конференції, 21-22 квітня 2022 р. Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2022 С.29–31.
8. Волошин С. М. *Особливості змісту соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціального*

середовища. Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія». 2019. Випуск 9. С. 73–76.

9. Волченко Л. П. Соціально-психологічні впливи та процес соціалізації особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 2. С. 67–77.

10. Григоренко І. О., Савельєва Н. М. *Соціальна робота з внутрішньо переміщеними особами в сучасних умовах*: навч. посіб. Полтава : ПНПУ, 2017. 100 с.

11. Грись, А. М., Голубнюк В. О. Психологічні чинники соціальної дезадаптації підлітків. *Актуальні проблеми психології*. 2016. № 14 (11). С. 14–26.

12. Еміщянц О. Б. *Особливості соціально-психологічної адаптації особистості*. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2017. Том 1, Випуск 4. С. 47–52.

13. Жданович Ю. М. *Соціально-педагогічна підтримка дітей вимушених переселенців як наукова проблема*. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: збірник наук. праць. М-во освіти і науки України, АПН України, Ін-т проблем виховання; редкол.: І. Д. Бех, Г. П. Пустовіт, Ж. В. Петрочко та ін. Кам'янець-Подільський: Видавець Зволейко Д. Г. 2015. Вип 19, кн. 1. С. 204–213.

14. Закон України Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2015, № 1, ст.1). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text>

15. Зінченко О. С. Теоретичні засади дослідження соціальнопсихологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015 №4 (29). С. 47–53.

16. Камінська В. В. Соціокультурне середовище регіону як фактор розвитку загальнокультурної компетентності педагогів. *Педагогічний пошук*.

2017. № 4. С. 17–20.

17. Кердивар В. В., Христенко В. Є. *Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту: монографія*. Харків, 2021. 143 с.

18. Коленда Н. В. Соціальний потенціал: рівні, типи, складові. *Глобальні та національні проблеми економіки*. Миколаїв: Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського, 2014. Випуск 2. С. 952–958.

19. Коробка Л. М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження.

Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 4. С. 76–82.

20. Козинець Т. *Особливості соціально-психологічної адаптації студентів у ВНЗ*. Магістерський науковий вісник. 2016. № 24. С. 110–113.

21. Корпач Н., Сидорук І. *Соціальна робота з дослідження стану адаптації дітей внутрішньо переміщених осіб до нового соціального середовища*. Педагогічний часопис Волині. 2018. №1(8). С. 133–139.

22. Кравцов С. О. Теоретичне бачення соціальної адаптації: стан, погляди, підходи. *Український соціум*. 2008. № 3 (26). С. 83–96.

23. Кузьменко Т. М. *Соціологія*. Навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2010. 320 с.

24. Ларченко М. *Особливості конструювання образу мігранта в контексті сучасних міграційних процесів*. Вісник Львівського університету. Серія філос.-політолог. студії. 2018. Вип. 17. С. 195–200.

25. Любарець В. В. Гостинність як продукт розвитку соціокультурного середовища. *Педагогіка формування творчої особистості у вищих і загальноосвітніх школах*. 2018. Т.2. №61. С. 117–121.

26. Мельничук М. Г. *Психосоціальна адаптація як необхідна умова пристосування до нових умов існування*. Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди «Психологія». 2016. Вип. 53. С. 126–134.
27. Орешета Ю. В. *Особистість і соціокультурне середовище. Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*. 2013. № 1 (2). С. 187–191.
28. Песоцька Ю. *Соціальна реабілітація та соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб*. *SocialWorkandEducation*. 2022. Вип. 9. № 1. С. 89–99.
29. Проценко О. О. *Образ внутрішньо переміщених осіб в медійному дискурсі: критичний дискурс-аналіз повідомлень ЗМІ*. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Соціологія і політичні науки. 2018. Т. 23. Вип. 1 (30). С. 122–130.
30. Путінцев А. В., Пащенко Ю. Є. *Адаптація внутрішньо переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи*. *Економіка, фінанси, менеджмент: актуальні питання науки і практики*. №3 (61). С. 110–121.
31. Растригіна А. *Соціокультурне середовище як фактор актуалізації ідей педагогіки свободи*. Наукові записки. Випуск 102. С. 86–90.
32. Русин Г. *Вплив соціокультурного середовища на формування виховних концепцій родинної етнопедагогіки*. *Гірська школа українських Карпат*. 2020. №23. С. 70–74.
33. Сердюкова І. М. *Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у вітчизняній психологічній літературі*. *проблеми психології*. 2015. Т. 1, Вип. 43. С. 130–136.
34. Солдатова О. С. *Соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб*. *UkrainianChoice: PublicPolicy, Politics,*

Psychology: матер. Третьої міждисципл. наук-практ. конфер. / за заг. ред. Д. В. Яковлева. Одеса: Національний університет «Одеська юридична академія», 2017. С. 80–83.

35. Сулова В. О. *Соціально-психологічна адаптація молоді до іншокультурного середовища і навчальна мотивація*. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія. 2018. Том 23. Випуск 2 (48). С. 136–145.

36. Титар І. О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови скасування статусу переселенця. *Український соціум*. 2016. №4. С. 57–68.

37. Титар І. О. Стан інтеграції та соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб в Україні на прикладі Одеської області. 2018. URL : <http://vo.od.ua/rubrics/pravo-i-nalogi/40136.php>

38. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2015. №8 (52). С. 434–446.

39. Трубавіна І. М., Каліна К. Є. Консультування вчителями сімей з дітьми в Україні в умовах війни. *Засоби навчальної та науково-дослідної роботи*. Вип. 58. 2022. С. 73–82.

40. Федоренко О. Соціально-психологічні механізми адаптації та інтеграції внутрішньо переміщених осіб у громаду. *Humanitarium*; ПереяславХмельницький, Том 41. Вип. 1. 2018. С. 135–143.

41. Фесенко Ю. Соціокультурне середовище сучасного міста та його роль у формуванні модерного українського суспільства. *Вісник полтавського національного педагогічного ун-т ім. В.Г. Короленка*. 2015. С. 141–144.

42. Чугреєва Н. О. *Соціокультурне середовище виховання студентів ВНЗів*. Наукові записки кафедри педагогіки. Харків: Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна. Випуск XXVIII. 2012. С. 223–228.

43. Юрків Я. І., Луканов Д. В. *Труднощі соціально-психологічної адаптації*

вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя.
Науковий вісник Ужгородського університету: збірник наукових праць. Серія:
Педагогіка. Соціальна робота / гол. ред. І. Кузьма. Ужгород:
Говерла, Вип. 1 (48). 2021. С. 469–472.

44. Яремчук Н. Л. *Соціальна адаптація дітей-переселенців в умовах дошкільного навчального закладу.* Методичний посібник. Вінниця: КУ «ММК», 2017. 77с.

ДОДАТКИ

Додаток А

**АНКЕТА «СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ
ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ»**

Доброго дня, шановні респонденти! Ми проводимо дослідження спрямоване на соціально-психологічну адаптацію внутрішньо переміщених осіб до нового соціокультурного середовища. Просимо Вас взяти участь в опитуванні та відповісти на наведені нижче запитання. Тут немає правильних чи неправильних відповідей, є лише Ваша особиста позиція.

Вкажіть, будь ласка, дані про себе:

Ваш вік _____ **Стать:** чоловіча / жіноча

Місце, яке залишили (*вкажіть тільки область*) _____

Місце, до якого переїхали (*вкажіть країну, місто*) _____

Ваша професія _____

Чи маєте ви дітей? Скільки?

Який вік Ваших дітей?

Ваші діти разом з вами переїхали _____

1) Що стало причиною вашого переїзду?

- А) бажання перебувати у спокійному та безпечному місці
- Б) відсутність житла (руйнація домівки, неможливість орендувати житло)
- В) пошук роботи або можливості отримати грошову допомогу
- Г) давно хотілось переїхати у інше місце

2) Коли ви переїхали жити до іншого місця проживання?

- А) в перші дні повномасштабного вторгнення
- Б) коли моє місто почали регулярно обстрілювати
- В) коли виникла ймовірність облоги або окупації
- Г) моє рішення було засновано на інших чинниках

3) Чи складно було адаптуватися до нового місця проживання?

- А) так, було дуже складно адаптуватися до нових умов
- Б) на початку було складно, потім стало легше
- В) скоріше ні, чим так, адже я легко адаптуюся до нових умов
- Г) ні, не складно, я почуваюся як вдома

4) Як вважаєте, що ускладнювало вашу адаптацію на новому місці?

- А) мені було важко знайти спільну мову з місцевими жителями
- Б) я не знав / знала, де отримати допомогу або купити необхідне
- В) суттєво змінились мої сімейні або професійні обов'язки
- Г) мені не вистачало близьких, які залишились там

5) А що, навпаки, полегшувало адаптацію до нового середовища?

- А) зацікавленість та піклування з боку місцевого населення
- Б) налагоджена система допомоги внутрішньо переміщеним особам
- В) добробут регіону, можливості для особистісного зростання
- Г) підтримка близьких людей (не важливо, поряд вони чи далеко)

6) У який спосіб Ви отримали (чи знайшли) прихисток?

- А) у мене була можливість оселитися в соціальному прихистку з іншими внутрішньо переміщеними особами
- Б) я мав / мала можливість проживати у приватному житлі без оплати оренди
- В) у мене була можливість оселитися у родичів або знайомих
- Г) мені довелося орендувати квартиру за власний кошт

7) Чи була у вас можливість отримати грошові виплати?

- А) так, я отримував / отримувала гроші від держави та організацій
- Б) так, я отримував / отримувала виплати лише від організацій
- В) так, я отримував / отримувала виплати лише від держави
- Г) ні, держава, міжнародні та волонтерські організації нічого не дали

8) Чи була у вас можливість отримати гуманітарну допомогу?

- А) так, я отримував / отримувала такі ж самі продуктові набори, як і всі
- Б) так, я отримував / отримувала набори, до яких входили потрібні ліки
- В) так, спеціально для мене замовляли необхідні мені ліки або інші товари
- Г) ні, держава, міжнародні та волонтерські організації нічого не дали

9) Чи була у вас можливість отримати необхідну медичну допомогу?

- А) так, мені було надано безкоштовні та якісні медичні послуги
- Б) так, мені було надано безкоштовне, але сумнівної якості лікування
- В) ні, отримати медичну допомогу можна було лише за свій кошт
- Г) не знаю, я не потребував / потребувала лікування

10) Чи була у вас можливість отримати психологічну допомогу?

- А) так, я працював / працювала з психологом державних організацій
- Б) так, мені надавав допомогу психолог громадської/благодійної організації
- В) так, я безкоштовно відвідав / відвідала приватного психолога
- Г) ні, я не звертався / зверталася за допомогою психолога, не бачу у цьому потреби

11) Чи була у вас можливість отримати інформаційну допомогу?

- А) так, по прибуттю мене зустрічав волонтер, яке все пояснював
- Б) так, при бажанні я міг / могла звернутись безпосередньо за адресою організацій, які надавали допомогу
- В) так, але я отримував / отримувала її від сусідів або людей на вулиці
- Г) ні, мені довелося у всьому розібратися самому / самій

12) Від кого, на вашу думку, ви отримали більше допомоги?

- А) від державних організацій
- Б) від громадських організацій та благодійних фондів
- В) від міжнародних організацій
- Г) всі ці організації про мене забули

13) Загалом, чи задоволені ви тією допомогою, що вам надавали та надають як переселенцю?

- А) так, задоволений / задоволена, розмір допомоги приємно вразив
- Б) частково задоволений / задоволена, хотілось би отримати ще чогось

В) не задоволений / задоволена, наявні можливості суттєво не допомогли Г) нічого не отримав / отримала, хотілось би більше зацікавленості у внутрішньо переміщених особах

14) Чи добре продумана система громадського транспорту там, де ви зараз живете?

- А) добре, я без проблем та дискомфорту добираюся у потрібні місця
- Б) задовільно, у мене знайдеться кілька порад по зміні маршрутів
- В) погано, система незрозуміла або нема транспорту, до якого звик / звикла Г) я не користуюся громадським транспортом

15) Чи легко ви знайшли роботу там, де ви зараз живете?

- А) так, я знайшов / знайшла роботу за тією ж спеціальністю
- Б) так, я знайшов / знайшла роботу не за своєю спеціальністю
- В) ні, пошук роботи видався занадто складним завданням для мене
- Г) мені не потрібна робота або я працюю дистанційно на попередньому місці роботи

16) Чи є цікаві вам місця для відпочинку там, де ви зараз живете?

- А) так, я проводив / проводила час у торгово-розважальних центрах
- Б) так, я проводив / проводила час у культурно-мистецьких закладах
- В) так, я відвідував / відвідувала майстер-класи або спортивні секції
- Г) ні, мені нема де розважатися та відпочивати з користю, окрім дома

17) На скільки ви задоволені рівнем життя на новому місці перебування?

- А) все чудово, цей регіон виявився більш цікавим, ніж попередній
- Б) все чудово, тут я маю більше можливостей для самореалізації
- В) за відсутності вибору або для тимчасового перебування підійде Г)
- мені не подобається це місце, я прагну переїхати у інше

18) Чого вам не вистачає на новому місці перебування?

- А) складно сказати, мене в основному все влаштовує
- Б) мені не вистачає почуття, що я дома, специфіки рідного регіону
- В) мені не вистачає торговельних центрів, ринків, улюблених магазинів Г)
- мені не вистачає розвинутої інфраструктури, комунальних благ

19) Чи плануєте ви повертатись жити у місце, яке були вимушені покинути?

- А) так, до рідної місцевості я повернусь, незважаючи не на що
- Б) так, якщо переможемо у цьому році, ні – якщо війна затягнеться
- В) так, якщо буде домівка та цивілізовані умови, в які повертатись Г)
- ні, не планую, я вже став / стала місцевою там, де я зараз

Дякую за відповіді!

Додаток Б

Соціально-психологічний тренінг «Ефективна комунікація, зняття стресу, внутрішньої напруги» для дітей внутрішньо переміщених сімей.

Метою тренінгу є адаптація дітей, подолання їх психологічних та емоційних бар'єрів, зняття внутрішньої напруги, стесу. **Програма тренінгу**

Тренінг розрахований на аудиторію 8-20 учасників.

Для проведення тренінгу необхідно: великий простір для забезпечення комфорту кожного учасника, м'які місця для сидіння, які можна переміщувати, бланки формату А4 з інформацією для учасників, фліпчарт; маркери, матеріали для творчої діяльності.

За потреби, кількість часу проведення може бути змінено.

Таблиця 2.2.

Матриця програми тренінгу (план-таймінг):

№	Час	Тема	Коментарі, дії
1.	5-7 хв.	Початок тренінгу.	Вітання; ознайомлення учасників з тренерами та визначення напрямку та користі тренінгу.
2.	3 хв.	Спільне визначення правил тренінгової роботи.	Для того, щоб кожен міг працювати в комфортних умовах.
3.	7-10 хв.	Збір очікувань.	Визначення перспектив та бажаних результатів
4.	10-15 хв.	Вправа «Відкрий частинку особистого»	Мета впровадження: знайомство, розтоплення криги, подолання страхів
5.	10-15 хв.	Вправа «Ми з тобою дуже схожі»	Мета: пізнання один одного, встановлення контакту, обговорення спільних проблем
6.	10 хв.	Вправа «Асоціації»	Мета: поверхове торкання проблеми
7.	15 хв.	Вправа «Привіт, інопланетяни»	Мета: занурення у проблеми із одночасним пошуком шляхів її вирішення.
8.	30 хв.	Вправа «Золота рибка»	Мета впровадження: дозволяє учасникам замислитися щодо змін в команді та в своєму житті

9.	15 хв.	Вправа «Вперед до змін!»	Мета впровадження: сформулювати плани на майбутнє з урахуванням знань, отриманих під час тренінгу
10.	3-5 хв.	Вправа «зобрази свій настрій»	Рефлексія, зворотній зв'язок

Хід проведення тренінгу

1. Презентація тренера і тренінгу.

2. Спільне визначення правил групи.

1. Бути доброзичливими та щирими

2. Уважно слухати та поважати один одного

3. Дотримуватися принципу конфіденційності поза межами групи

4. Бути активними

5. Бути терплячими, чекати своєї черги та не викрикувати

6. Уникати критики, поважати думку один одного

3. Збір очікувань. Кожен учасник занотовує свої очікування на стікерах та вкладає в "Скриньку очікувань". (за бажанням можна озвучити).

4. Вправа «Відкрий частинку особистого»

Мета впровадження: криголам, знайомство

Хід проведення:

Учасники мають стати у коло: після цього кожен має знайти у себе якусь річ, яка здається чимось звичайним та базовим, але має особливе значення для її власника. Після чого кожен учасник має розказати про себе від імені своєї річчі. Наприклад: «Я телефон Марини, Марині 12 років, ми познайомилися з нею в рідному Маріуполі...» і тд. Тобто діти мають також відкрити таким

чином певні характеристики власної особистості, про які легше говорити умовно від імені чогось, аніж від самого себе.

5. Вправа «Ми з тобою дуже схожі»

Метою впровадження цієї вправи є забезпечення абсолютно унікального досвіду, який дозволить учасникам краще пізнати один одного і обговорити питання, пов'язані зі встановленням контакту з різними співрозмовниками, покупцями, клієнтами і т.д. Для цього нам знадобляться **наступні ресурси**: папір, олівці та призи.

Хід проведення:

- Тренер розподіляє групу на пари і пояснює, як буде протікати вправа.
- Кожна пара має якомога швидше знайти та записати 10 характеристик, які відповідають обом учасникам. Загальні фізіологічні факти, такі як "у мене дві ноги", не допускаються. Але можна згадати, наприклад, рік народження, місце навчання, хобі, сімейний стан, а також важливо, щоб дітки робили акцент на їхній спільній проблемі – міграція, що даватиме їм відчуття не самотності.
- Після того, як обидва учасника пари записали 10 характеристик, кожен з них шукає нового партнера і повторює цю ж вправу з ним.
- Той, хто першим знайде 10 якостей, що об'єднують його з п'ятьма іншими учасниками, отримує приз.

6. Вправа «Асоціації»

Мета впровадження: розвантаження між вправами
Для цього використовуються такі **ресурси**: великий аркуш паперу або дошка, а також стікери та фломастери.

Хід виконання:

На поверхні аркуша паперу або дошці зображується сонце, в центрі якого розташоване слово, яке відповідає обраній темі (життя, здоров'я, сім'я або будь-

що інше). Діти отримують стікери та фломастери і прикріплюють свої власні асоціації щодо даного слова по променях сонця. За цією діяльністю можна обговорювати такі питання: Чи спостерігається повторення асоціацій серед учасників? Чому саме такі асоціації були вибрані? Наскільки асоціації мають позитивний або негативний характер?

7. Вправа «Привіт, інопланетяни»

Мета впровадження: занурення учасників у проблему

Ресурси: відсутні

Хід проведення: Усі учасники формують дві групи: "Жителі Землі" і "Прибульці". "Жителі Землі" готуються до зустрічі з "Прибульцями" і готові відповісти на їх запитання. "Прибульці" складають питання для "Жителів Землі" щодо проблеми, яка обговорюється на тренінгу. Потім ролі змінюються, і групи займають протилежні позиції. Тобто ми формулюємо цю вправу на основі образів переселенців та місцевих жителів за для розуміння поведінки та потреб обох категорій і знаходження шляхів налагодження комунікації.

8. Вправа «Золота рибка»

Мета впровадження: спонукати учасників задуматися про ті зміни, які б вони хотіли бачити у своїй команді. Ця вправа також слугує ефектним і теплим завершенням тренінгу

Ресурси: блокноти для записів, олівці, аркуші паперу формату А3.

Хід проведення:

Учасники розташовуються у загальному колі і отримують такі інструкції: "Уявіть собі, що ви знаходите золоту рибку. І золота рибка люб'язно каже вам, що виконає три ваших бажання». Тепер діти мають можливість згадати три бажання, але, оскільки вони знаходяться у новому середовищі, рибка може виконати все, що стосується саме нього. Тобто учасники можуть загадати знайти нових друзів у школі, більше розважатися із батьками або попросити в

рибки по допомогу саме батькам, знайти нові заняття, змусити людей навколо бути добрими та привітними тощо.

Кожен учасник записує свої три бажання щодо змін, які б хотів бачити навколо себе.

Загальний список бажань фіксується на дошці або в якій-небудь іншій видимій місцевості. Питання для обговорення можуть бути такі: Чи існує можливість здійснити ці зміни насправді? Якщо так, то як? Якщо ні, то що можна зробити для покращення ситуації?

9. Вправа «Вперед до змін!»

Мета впровадження: Мета впровадження: розробка майбутніх планів на основі отриманих знань під час тренінгу.

Ресурси: аркуші паперу, ручки.

Хід проведення:

Просіть кожного учасника розглянути те, що вони зрозуміли та усвідомили на тренінгу і що планують робити після його завершення.

Роздайте кожному учаснику аркуш паперу, який вони розділять на три стовпці з написами «Шість місяців», «Три місяці» і «Завтра». Попросіть їх заповнити ці стовпці згідно своїх планів.

Надайте учасникам 10 хвилин на заповнення аркушів, а потім просіть кожного учасника зачитати один найважливіший пункт з кожного стовпчика. Таким чином діти зможуть усвідомити та прийняти нове середовище та нові реалії більш раціонально, а не через призму протесту. А виконані вправи дійсно допоможуть у налагодженні комунікації.

10. Вправа «Зобрази свій настрій»

Мета впровадження: отримання зворотного зв'язку та проведення рефлексії.

Ресурси: аркуші з намальованими обличчями без рота, фломастери.

Хід проведення:

Роздайте учасникам аркуші паперу з намальованими обличчями, на яких відсутні роти.

Попросіть учасників намалювати рот (сум, радість, смуток тощо) на першому обличчі.

В кінці тренінгу, попросіть учасників намалювати рот на другому обличчі.

Запитайте учасників наступні питання для обговорення: а)

З яким настроєм ви прийшли на заняття?

б) Який настрій ви маєте на кінець заняття?

с) Чи подібні, чи відрізняються малюнки?

д) Поясніть, чому вони такі.

Виконання цієї вправи під час тренінгу дозволить дітям висловити свої емоції, отримати зворотний зв'язок та провести рефлексію. Вона допоможе їм краще розуміти свої почуття та настрої, а також сприятиме покращенню спілкування та взаємодії.

Рефлексія - День 1

Будь ласка, запишіть протягом п'яти хвилин свої думки та враження щодо сьогоднішнього дня.

Що я дізналася / дізнався сьогодні?

Яка інформація була корисна для мене?

Чи отримала /отримав я відповіді на питання, що найбільше цікавлять?

Які нові питання в мене виникли?