

II Міжнародна наукова конференція «ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ: історичні та психологічні наслідки»

<i>Психічний стан</i>	<i>Середній бал</i>	<i>Ступінь вираження</i>
Психічна активація	12	середній
Інтерес	13	середній
Емоційний тонус	14	середній
Напруга	17	середній
Комфортність	13	середній

Для покращення стану емоційного благополуччя учнів у процесі навчання під час війни необхідно: сприяти зниженню рівня їх тривожності; вчити пережити досвід війни; підвищувати рівень життєстійкості, стресостійкості і резильєнтності учнів; сприяти в оволодінні методами і прийомами саморегуляції емоційної сфери, опануванні психотехніками суб'єктного самовпливу, формувати вміння знаходити власні ресурси у складних ситуаціях; формувати психотерапевтичну позицію вчителя; створювати психологічно безпечне освітнє середовище і забезпечувати психотерапевтичну зорієнтованість освітнього процесу. Важливо реалізовувати на уроках валеологічних технологій педагогічної взаємодії та контроль за рівнем емоційних навантажень учнів.

Все зазначене вище вимагає єдності зусиль педагогів, адміністрації і шкільної психологічної служби, зокрема: 1) просвітницька і психокорекційна робота психолога з учнями (індивідуальні бесіди, тренінги, психологічні ігри, розроблення пам'яток для учнів з проблем зниження рівня тривожності, підвищення рівня стресостійкості і резильєнтності, попередження набутої безпорадності); 2) цілеспрямована діяльність класного керівника зі створення сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі (рольові ігри, години спілкування, використання елементів тренінгу і т.п.); 3) діяльність учителів-предметників й адміністрації закладу загальної середньої освіти щодо психологічної безпеки учнів у процесі навчання, попередження «емоційної інтоксикації» учнів.

Це і слугуватиме векторами наших досліджень. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо у розробленні технології формування стресостійкості і резильєнтності учнів в умовах дистанційної взаємодії, а також формування психотерапевтичної позиції майбутніх педагогів на етапі професійної підготовки.

### **Література**

1. Психодіагностика: колекція кращих тестів / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 375 с. URL: <https://psyttests.org/psystate/sanspa.html>
2. Halyna M. Meshko, Oleksandr I. Meshko, Iryna M. Trubavina. Study of the Emotional Well-Being of Students in the Process of Education in the Modern School. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*. 2021. Vol. 9. No. 4. P. 381-389. DOI: <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2021.09.04.5>

**УДК 325.54**

**Нестайко І., канд.пед. н., доц.**

Тернопільський національний педагогічний університет ім. Володимира Гнатюка, Україна

### **СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ТА ІНТЕГРАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В РЕЗУЛЬТАТІ ВІЙНИ (ПОЛЬСЬКИЙ ПОГЛЯД)**

**Nestaiko I., Ph.D., Assoc. Prof.**

**SOCIAL ADAPTATION AND INTEGRATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS AS A RESULT OF WAR (POLISH EXPERIENCE)**

## II Міжнародна наукова конференція «ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ: історичні та психологічні наслідки»

Соціальне забезпечення є важливою сферою діяльності державного управління та важливою інститутом соціальної політики держави [4]. Його правове регулювання наразі включено в Закон від 12 березня 2004 року про соціальну допомогу [8]. Відповідно до цього закону соціальна допомога є інститутом соціальної політики держави, спрямованим на надання можливості окремим особам і сім'ям подолати складні життєві ситуації, які вони не можуть подолати власними силами, ресурсами та можливості [8]. У перші роки після Другої світової війни соціальне забезпечення в Польщі виконувало функцію соціального порятунку та орієнтувався на задоволення елементарних потреб населення [7].

Війна в Україні перевернула світ з ніг на голову. Ми всі це відчуваємо – вдома як батьки та опікуни, так і викладачі навчальних закладів, люди, які працюють у громадських організаціях. Виникає запитання: що робити, якщо опинилися в цій змінній реальності?

Адаптація (лат. *adaptatio* — пристосування) — пристосування соціальної одиниці, установи чи групи до нових соціально-культурних умов.

Внаслідок війни у 2022 році в Україні з'явилися різні категорії людей, яких безпосередньо торкнулися заходи війни та переживання культурної травми.

Травма означає не тільки рана, а й «розвинута» смислові - травми, така подія або цикл подій, які вони залишають в людині соматичні або психічні сліди. (...). Поранення, нанесене людині ножем, може бути травмою, постріл, все, що залишає слід у вигляді шраму», — пише він у дослідженні, присвяченому травми Марії Орвід, відзначаючи при цьому не лише індивідуальний, а й колективний вимір травми [5, с.7]. Колективні травми зачіпають цілі соціальні групи - етнічні, релігійні, класові, культурні тощо. і є наслідком пережитого насильства, системне виключення або трансформація [5].

Ситуація з переселенням пов'язана з двома видами травми – з одного боку, вона однакова, це досвід біженця, а з іншого боку – стрес, що виникає внаслідок необхідності адаптуватися у нові умови. Як звіти гуманітарних організацій, так і низки організацій неурядові організації, що підтримують внутрішньо переміщених осіб в Україні, наголошують на широкому спектрі проблем, які стосуються переміщених осіб і є результатом досвіду біженців.

Внутрішньо переміщені особи є групою, яка перебуває під загрозою занепаду, соціального відчуження, яке може бути результатом, з одного боку, відсутності безпеки соціальні потреби (відсутність житла, обмежений доступ до соціальних виплат, обмежений доступ до медичної допомоги, труднощі з пошуком роботи тощо), але також через пережитий психологічний стрес і відсутність прийняття з боку оточення. «Біженці та переміщені особи знаходяться під загрозою зубожіння, вони переживають подібний стрес від втрати довіри до влади і примусу робити подібне адаптації до нових умов, вони хочуть уникнути маргіналізації» [9, с.54] . Процес адаптації вимагає в першу чергу задовольнити життєві потреби: знайти житло та роботу. Дуже часто буває, що переселенці кілька разів змінюють місце проживання і не мають відчуття «буття вдома». Відсутність постійної адреси не сприяє інтеграції, а відчуття тимчасовості є значною перешкодою в адаптації до нових умов.

Наше дослідження є результатом спостережень, роздумів та інтерв'ю як із соціальними працівниками, так і з внутрішньо переміщеними особами під час перебування в Україні та закордоном.

Перешкода для адаптації та інтеграції переміщених осіб на нових місцях проживання є не тільки негативним маркуванням з боку громадськості, а також супутній процес автостигматизації, що полягає в приниженні свого статусу, зниженні самооцінки, ізоляція себе від реальності.

## II Міжнародна наукова конференція «ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ: історичні та психологічні наслідки»

Одним із шляхів задоволення соціальних потреб є відкриття центрів комплексної підтримки, які пропонують допомогу переміщеним особам від соціальних працівників, психологів, аніматорів, а також допомагають налагодити стосунки з близькими та підтримати процеси інтеграції з місцевою громадою. Процес інтеграції переміщених осіб у життя місцевої громади багато в чому залежить від ставлення самих членів громади. Центри підтримки – це природний простір, що створює умови для налагодження контактів і створення відносин між членами приймаючої спільноти і переміщених осіб, а побудова громади базується на залученні до діяльності різноманітних соціальних груп в межах територіальних громад. Стрес, пов'язаний із переселенням також впливає і на дітей, що негативно позначається на успіхах у навчанні. Заняття, які пропонуються дітям різних вікових категорій полягають не лише на опануванні конкретних вмій і навичок, проведення часу творчо але й сприяють формуванню почуття власної гідності.

Організація тренінгів, майстер-класів, семінарів, терапевтичних груп, заходів культурно-інтеграційного характеру сприяє соціальній адаптації переміщених осіб у нових місцях проживання, і оцінюється як дуже ефективна робота як соціальних служб так і самих пільговиків (Карітас України, 14.07.2017). На важливості програм розвитку наголошують представники неурядових організацій, котрі координують реалізацію проектів.

На думку експертів, зараз найголовніший виклик, який стоїть перед Україною, є досягнення згоди між соціальними групами, які сприймають по-різному конфлікт на сході країни. Ефективність процесу соціальної інтеграції між особами внутрішньо переміщених осіб та місцевих громад значною мірою залежить від розвитку спільного рівня спілкування. Для ефективного вирішення антагонізмів необхідний діалог між цими групами та формулювання цілісного бачення розвитку країни, спрямованого на консолідацію регіонів України та недопущення розпаду у майбутньому.

### Література

1. Balcerowicz B. (red.), Słownik terminów z zakresu bezpieczeństwa narodowego, Warszawa 2008, s. 64.
2. Chlebny, J. Postępowanie w sprawie o nadanie statusu uchodźcy. Warszawa 2011, Wydawnictwo C.H. Beck.
3. Dobrowolska-Polak J., Ludzie w cieniu wojny. Ludność cywilna podczas współczesnych konfliktówzbrojnych, Poznań 2011.
4. Nitecki S., Prawo do pomocy społecznej w polskim systemie prawnym, Warszawa 2008, passim.
5. Orwid M. Trauma. Kraków 2009. Wydawnictwo Literackie
6. Stankiewicz W. M., Konflikt jako zjawisko integrujące i dezintegrujące oblicze współczesnego świata, Olsztyn 2008, s.19
7. Stopka K., Zasada subsydiarności w prawie pomocy społecznej, Warszawa 2009, s. 54.
8. Ustawa z dnia 12 marca 2004 roku o pomocy społecznej (Dz.U. z 2020 r. poz. 1876 ze zm., dalej: u.p.s.)
9. Ząbek M., Łodziński S. Uchodźcy w Polsce. Próba spojrzenia antropologicznego. Warszawa 2008. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR

### УДК 159.9

**Періг І., канд. психол. н., доц.**

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ ЗНЯТТЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ НАПРУГИ В УМОВАХ ПЕРЕЖИВАННЯ ВОЄННИХ ДІЙ**