

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук

(повне найменування факультету)

Психологія

(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проєкту (роботи)

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему Психологічна допомога та супровід родин зниклих безвісти та

полонених

(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 2 курсу,
групи СНЗ-113м

Спеціальності 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

БОЖКОВА К.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник БУРЛАКОВА І.А.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КОВАЛЬ В. В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук
Кафедра «Психологія»
Ступінь вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
(код і найменування)
Освітня програма (спеціалізація) Психологія
(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

« 29 » _____ серпня 2024 року

ЗАВДАННЯ
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

БОЖКОВА Ксенія Володимирівна

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психологічна допомога та супровід родин зниклих безвісти та полонених

керівник проєкту (роботи) доктор психологічних наук, професор БУРЛАКОВА Ірина Анатоліївна

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «02» вересня 2024 року № 358

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) 11 грудня 2024 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 95 сторінок, 69 джерел, 18 малюнків, 6 таблиць.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) було реалізовано низку завдань: здійснено теоретичний аналіз основних підходів до вивчення психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених, зокрема теорії стресу, адаптації та травми; вивчено специфіку переживання втрати та невизначеності в умовах війни, а також соціально-психологічні аспекти впливу цих явищ на емоційний стан родин; проведено емпіричне дослідження психологічних потреб родин, які перебувають у стані невизначеності, зокрема рівня тривоги, депресії та соціальної ізоляції; проаналізовано ефективність застосування методів індивідуальної та групової психологічної підтримки в роботі з такими родинами; розроблено рекомендації для вдосконалення системи психологічної

підтримки, орієнтованої на індивідуальні потреби родин зниклих безвісти та полонених.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) Мал. 1-18 підтвердження результатів онлайн-анкетування за окремими питаннями; Таблиця 2.1 Результати статистичного аналізу за показником (відчуття підтримки від оточуючих людей), Таблиця 2.2 Статистичний аналіз результатів діагностики за методикою «Самооцінка емоційних станів (Personal Feelings Scales, PFS)», Таблиця 2.3 Статистичний аналіз результатів діагностики за методикою: Рівень невротизації (В. Бойко), Таблиця 2.4 Статистичний аналіз результатів дослідження показника нервово-психічної напруги родичів полонених та зниклих безвісти за методикою: Шкала нервово-психічної напруги (НПН) (Т. Нємчин), Таблиця 3.1 Заходи із вдосконалення існуючих форм підтримки родин зниклих безвісти та полонених, Таблиця 3.2 Програма інформаційної кампанії «Не забуваймо про тих, кого зараз з нами немає».

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	БУРЛАКОВА І.А, професор	23.09.2024	06.10.2024
2	БУРЛАКОВА І.А, професор	07.10.2024	20.10.2024
3	БУРЛАКОВА І.А, професор	21.10.2024	27.10.2024
Нормок-ь	КОВАЛЬ В.О., в.о.зав.кафедри	08.11.2024	10.11.2024

Дата видачі завдання «29» серпня 2024 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проєкт (роботу)	29.08.2024	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проєкт (роботу)	30.08.2024	
3	Затвердження теми	02.09.2024	
4	Складання змісту	20.09.2024	
5	Виконання першого розділу	23.09.2024	
6	Виконання другого розділу	07.10.2024	
7	Виконання третього розділу	21.10.2024	
8	Формування висновків	28.10.2024	

9	Перевірка роботи керівником	01.11.2024	
10	Оформлення дипломного проєкту (роботи)	04.11.2024	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	08.11.2024	
12	Попередній захист дипломного проєкту (роботи)	11.12.2024	
13	Подання роботи на кафедру	11.12.2024	
14	Одержання відгуку та рецензії	13.12.2024	
15	Захист дипломної роботи	20.12.2024	

Студент(ка) _____
(підпис)

Ксенія БОЖКОВА
(Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи) _____
(підпис)

Ірина БУРЛАКОВА
(Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 95 с., 6 табл., 18 мал., 69 дж.

Об'єкт дослідження: психологічна підтримка родин зниклих безвісти та полонених.

Предмет дослідження: психологічні потреби родин зниклих безвісти та полонених, а також методи й форми надання їм психологічної підтримки в умовах кризи та невизначеності.

Мета дослідження: виявлення психологічних потреб та ефективних підходів до надання психологічної підтримки родинам зниклих безвісти та полонених у контексті війни в Україні.

Методи дослідження: теоретичні методи – проблемно-пошуковий метод, який використано для визначення проблеми; метод підбору та узагальнення наукових джерел; теоретичний аналіз складових досліджуваної проблеми; методи індукції та дедукції; системний аналіз закономірностей психологічної допомоги та супроводу родин полонених та зниклих безвісти; класифікація; структурно-логічний метод; метод систематизації; метод теоретичного узагальнення; емпіричні методи – анкетування та психометричні тести (Тест Самооцінка емоційних станів (Personal Feelings Scales, PFS) (А. Уесман, Д. Рікс); Рівень невротизації (В. Бойко); Шкала нервово-психічної напруги (НПН) (Т. Нємчин); методи статистичної обробки даних – кількісний аналіз емпіричних даних із використанням методів математичної статистики.

В роботі досліджено вплив чинників, які впливають на психологічний стан родини зниклих безвісти та полонених в умовах війни в Україні. Встановлено, що головним джерелом стресу є невизначеність щодо долі близьких, яка має високий рівень тривоги у 100% опитаних. Психологічний стан членів такої родини змінюється від задовільного до критичного, а 96% пов'язані з погіршенням нервового здоров'я через тривожність, депресію і хронічний стрес. Відсутність підтримки з боку держави, соціальних служб та громадських організацій, яку зазначили 92% респондентів, поглиблює кризу, спричиняючи ізоляцію та відчуття безпорадності. Системний підхід до аналізу

ситуації показує, що емоційні потрясіння одного члена родини впливають на всю систему, а соціально-психологічні аспекти — як, наприклад, ізоляція чи втрата доходу (зазначена 98% опитаних) — додатково ускладнюють. Психологічні реакції, такі як шок, відчай, гнів і втома, залишаються хронічними, негативно впливаючи на загальну якість життя родини.

Практичне значення роботи полягає у розробці рекомендацій для надання комплексної психологічної допомоги. Індивідуальне консультування сприяє створенню безпечного простору для опрацювання емоцій та зниження рівня стресу. Групова терапія дозволяє об'єднати людей із подібними проблемами, створюючи відчуття спільності та взаємопідтримки. Кризова інтервенція забезпечує оперативну допомогу в моменти пікового психологічного напруження. Соціальна підтримка, зокрема через активізацію волонтерських рухів та державних ініціатив, сприяє подоланню ізоляції та зміцненню зв'язків між членами родини. Особливу увагу варто приділити впровадженню дистанційних форматів допомоги, таких як онлайн-консультації та гарячі лінії, що дозволяють охопити більшу кількість родин, особливо в регіонах, які найбільше постраждали від війни. Розробка таких механізмів і впровадження нових технологій у психологічну допомогу допоможе підвищити її ефективність та допомогти родинам адаптуватися до складних умов, відновити емоційне здоров'я та якість життя.

**ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА, ВІЙСЬКОВОПОЛОНЕНІ, РОДИНИ
ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТИ, ТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕС, НЕВИЗНАЧЕНІСТЬ
ВТРАТИ, СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА, АДАПТАЦІЯ ДО СТРЕСУ**

ЗМІСТ

ВСТУП	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ТА СУПРОВОДУ РОДИН ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ	13
1.1. Теоретичний аналіз наукової літератури та нормативно-правових документів щодо психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених.....	13
1.2. Психологічні особливості родин, які переживають втрату або невизначеність щодо близьких осіб	23
1.3. Види та форми психологічної підтримки для родин зниклих безвісти та полонених.....	30
Висновки до розділу 1	37
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОТРЕБ ТА ПІДТРИМКИ РОДИН ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ	39
2.1 Організація та методологія дослідження.....	39
2.2. Аналіз результатів анкетного опитування.....	48
2.3 Результати оцінки психологічного стану членів родин безвісти зниклих та полонених.....	61
Висновки до розділу 2	67
РОЗДІЛ 3. РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РОДИНАМ ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ	68
3.1. Рекомендації щодо вдосконалення існуючих форм підтримки родин зниклих безвісти та полонених.....	68
3.2. Прогнози та перспективи розвитку психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни	77
Висновки до розділу 3	85
ВИСНОВКИ.....	86
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	89

ВСТУП

Актуальність проблеми психологічної допомоги та супроводу родин зниклих безвісти та полонених є надзвичайно важливою у сучасному вітчизняному суспільстві, яке безпосередньо зіткнулося з військовою агресією.

Окрім загибелі українців та їх потрапляння у полон до ворога, війна, що була розпочата Росією, принесла ще одну категорію втрат – людей, чия доля залишається невідомою. Вони не зафіксовані ані серед загиблих на полі бою, ані серед тих, хто став жертвою ворожих обстрілів, і не числяться серед полонених. Ця невизначеність часто виявляється навіть гіршою за саму трагічну звістку, створюючи серйозні проблеми для суспільства.

На середину листопада 2024 року в Україні було зафіксовано 53 868 осіб, які зникли безвісти за особливих обставин – як військових, так і цивільних, серед яких є й діти. Ця цифра постійно змінюється, адже з отриманням нової інформації статус «безвісти зниклого» може бути переглянутим. Проте до цього моменту їхні близькі залишаються в невизначеності протягом тривалого часу. Дехто має можливість швидко зв'язатися з військовими або державними органами, тоді як інші залишаються наодинці зі своїм горем та невизначеністю.

Зникнення близьких людей, особливо в умовах війни в Україні, викликає глибокі емоційні травми, які можуть мати тривалі наслідки для психічного здоров'я родин. Відсутність інформації про долю зниклих безвісти та переживання, пов'язані з можливим полонем, створюють особливі психологічні виклики, які потребують системного підходу до надання допомоги.

Ситуація, коли родини залишаються безвісти зниклими або переживають полон своїх близьких, супроводжується численними стресовими факторами: невизначеністю, тривогою, страхом втрати, відчуттям ізоляції та безпорадності. Ці емоційні реакції можуть призвести до серйозних

психологічних розладів, таких як депресія, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та інші психосоматичні захворювання. У зв'язку з цим, важливим є не лише надання інформаційної підтримки, а й забезпечення психологічної допомоги, яка дозволить родинам адаптуватися до нових умов життя та знайти ресурси для подолання труднощів.

Проблема психологічної допомоги родинам зниклих безвісти та полонених досліджується у контексті різних теоретичних підходів, зокрема, теорії стресу Р. Лазаруса, яка акцентує увагу на впливі стресових ситуацій на психіку людини, а також теорії адаптації Г. Сельє, що вивчає механізми реагування на стрес.

Важливими є також роботи таких авторів, як В. Афанасенко, М. Лящ, Г. Сєрової, О. Туриніної, які досліджують соціально-психологічні аспекти втрати і травматизації.

Питанням психологічної допомоги та супроводу родичів осіб, що попали в полон та зникли безвісти присвячено праці: П. Босса, Т. Брауна, Б. Мітчелса, М. Хілл, П. Харді. Ефективність психотерапевтичних втручань для постраждалих осіб досліджена в роботах Л. Рибик.

Ступінь вивчення теми в наукових працях свідчить про недостатню дослідженість специфіки психологічної допомоги родинам зниклих безвісти та полонених. Хоча окремі аспекти цієї проблеми розглядалися у працях таких вчених, як: О. Блінов, О. Гайдук, С. Мищук, А. Хелашвілі, О. Будз, Ю. Кабанець, О. Сацук, Т. Баранова та О. Кудренко, загалом існує потреба у більш комплексному підході до вивчення цього феномену. Багато науковців акцентують увагу на необхідності розробки спеціалізованих програм допомоги, які б враховували специфічні потреби родин осіб, які потрапили в полон та зниклих безвісти.

Об'єкт дослідження – психологічна підтримка родин зниклих безвісти та полонених.

Предмет дослідження – психологічні потреби родин зниклих безвісти та полонених, а також методи й форми надання їм психологічної підтримки в умовах кризи та невизначеності.

Мета дослідження. Метою даного дослідження є виявлення психологічних потреб та ефективних підходів до надання психологічної підтримки родинам зниклих безвісти та полонених у контексті війни.

Гіпотеза дослідження:

Родини зниклих безвісти та полонених потребують комплексної психологічної підтримки, яка враховує їхні специфічні емоційні потреби, а також потреби в соціальній та інформаційній підтримці, що дозволить знизити рівень стресу та покращити адаптацію в умовах невизначеності.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз наукової літератури та нормативно-правових документів щодо психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених.
2. Визначити основні психологічні потреби та особливості емоційного стану членів родин, які зазнали втрат або живуть у невизначеності щодо долі близьких.
3. Дослідити наявні форми психологічної, соціальної та інформаційної підтримки, що надаються цим родинам державними та громадськими організаціями.
4. Сформулювати рекомендації для вдосконалення системи психологічного супроводу, орієнтованого на потреби родин зниклих безвісти та полонених.

Методи дослідження:

1. Теоретичні: проблемно-пошуковий метод, який використано для визначення проблеми; метод підбору та узагальнення наукових джерел; теоретичний аналіз складових досліджуваної проблеми; методи індукції та дедукції, що дали змогу розширити поняттєве-категорійний апарат; системний аналіз закономірностей психологічної допомоги та супроводу родин

полонених та зниклих безвісті; класифікація; структурно-логічний метод; метод систематизації, який використано для дослідження вітчизняного та зарубіжного досвіду із проблеми дослідження; метод теоретичного узагальнення.

2. Емпіричні: психологічне тестування (дослідження психологічних особливостей членів родин полонених та зниклих безвісті із використанням Анкети для дослідження психологічного стану родин зниклих безвісти та полонених (розроблена автором) й стандартизованих психодіагностичних методик: Тест Самооцінка емоційних станів (Personal Feelings Scales, PFS) (А. Уесман, Д. Рікс); Рівень невротизації (В. Бойко); Шкала нервово-психічної напруги (НПН) (Т. Нємчин).

3. Методи статистичної обробки даних: кількісний аналіз емпіричних даних із використанням методів математичної статистики. Для математичної обробки отриманих результатів були обрані: методи описової статистики, t-критерій Стюдента, U-критерій Манна-Вітні (для виявлення значущих відмінностей між показниками), кореляційний аналіз Спірмена (для виявлення взаємозв'язку між досліджуваними показниками).

Дослідження прагне заповнити прогалини в існуючій науковій літературі, пропонуючи нові підходи до роботи з родинами зниклих безвісти та полонених. Наукова новизна даного дослідження полягає в тому, що:

- розроблено понятійний апарат до дослідження;
- узагальнено сучасні теоретичні підходи до психологічної підтримки та супроводу родин полонених та безвісті зниклих;
- розроблено заходи із вдосконалення психологічної допомоги членам родин полонених та безвісті зниклих;
- запропоновано до реалізації комплексну модель психологічної допомоги та супроводу, яка враховує як індивідуальні, так і соціальні аспекти переживання втрати.

Теоретичне значення роботи полягає у систематизації знань про психологічну допомогу родинам в умовах кризових ситуацій, що дозволить розширити уявлення про механізми адаптації та відновлення цих людей.

Практичне значення дослідження полягає у розробці рекомендацій для організацій, що надають допомогу родинам зниклих безвісті та полонених, реалізації програми психологічної підтримки членів родин полонених та зниклих безвісті. Результати дослідження можуть бути використані в роботі психологів, соціальних працівників та інших фахівців, котрі працюють з відповідною категорією людей. Вони можуть допомогти у розробці ефективних стратегій адаптації та покращення психологічного стану членів родин полонених та зниклих безвісті.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, переліку використаних джерел. Загальний обсяг роботи складає 95 сторінок. Список використаних джерел включає 69 найменувань.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ТА СУПРОВОДУ РОДИН ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ

1.1. Теоретичний аналіз наукової літератури та нормативно-правових документів щодо психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених.

У сучасному світі, особливо в умовах збройних конфліктів, питання психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених набуває особливого значення. Відсутність близької людини викликає глибокі емоційні травми, стрес і тривогу, що потребують спеціального підходу до психологічної допомоги.

Проблема родин зниклих безвісти та полонених військовослужбовців є однією з найболючіших тем в умовах війни в нашій країні. Вона не лише торкається безпосередньо військових, але й має глибокі соціальні та психологічні наслідки для їхніх родин.

Питання психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених є складними і багатограними. Чітке розуміння понятійного апарату цієї проблеми дозволяє краще організувати допомогу та підтримку для тих, хто переживає втрату.

Зниклі безвісти – це особи, які внаслідок військових дій, конфліктів або інших катастрофічних обставин перестали бути на зв'язку і місцезнаходження яких залишається невідомим (Т. Коваленко) [23]; особи, які не можуть бути знайдені і не мають підтвердження їхньої смерті, що створює юридичні та емоційні труднощі для їхніх родин (О. Мельник) [27].

Полонені – це особи, які під час збройного конфлікту були захоплені в полон противником і перебувають під контролем цього противника, що призводить до обмеження їхніх прав і свобод (Т. Лисенко)[25]; це особи, які

стали жертвами військових дій і утримуються проти своєї волі, часто в умовах, що порушують міжнародні норми й права людини (Л. Сидоренко) [46].

Родини зниклих безвісти – це сім'ї, члени яких пропали внаслідок збройних конфліктів або інших екстремальних ситуацій, і про яких немає жодної інформації. Вони стикаються з емоційними труднощами, пов'язаними з невизначеністю долі своїх близьких, що може призводити до тривоги, депресії та соціальної ізоляції.

Родини полонених – це сім'ї, члени яких були захоплені в полон під час збройного конфлікту. Ці родини також переживають стрес і тривогу через невідомість щодо стану та умов утримання їхніх близьких. Психологічний стан таких родин часто характеризується глибокою тривогою, відчуттям безвиході та потребою в інформації [44].

Родини, члени яких зникли безвісти або потрапили в полон, переживають складні емоційні стани, такі як тривога, депресія, відчуття провини і безвиході. Дослідження показують, що в умовах невизначеності щодо долі близьких людей, родичі часто стикаються з хронічним стресом, що може призвести до розвитку психосоматичних розладів. Важливо зазначити, що такі емоційні переживання можуть бути посилені соціальною ізоляцією та відсутністю підтримки з боку оточення.

Дослідження психологічної допомоги родинам зниклих безвісти та полонених є важливою темою в психології, соціології та гуманітарних науках. Існує кілька теорій і підходів, які можуть бути застосовані для розуміння потреб цих родин і розробки ефективних програм підтримки.

Теорія травми Дж. Херман акцентує увагу на тому, як переживання травматичних подій впливають на психічний стан людини. В своїй книзі «Trauma and Recovery» дослідниця описує три етапи відновлення після травми: визнання травми, відновлення контролю і інтеграція досвіду. Ця теорія є основою для розробки програм психологічної допомоги, які враховують емоційні та фізичні наслідки травми [48].

Дослідження стресу та адаптації є важливими для розуміння психологічних потреб родин зниклих безвісти та полонених. Різні теорії стресу і адаптації пропонують різні підходи до вивчення того, як люди реагують на травматичні події та як вони можуть адаптуватися до нових умов.

Г. Сельє, канадський ендокринолог, є одним з основоположників дослідження стресу. У своїй роботі «Stress without Distress» вчений визначив стрес як загальний адаптаційний синдром, який включає три стадії: тривога, резистентність і виснаження. Г. Сельє підкреслював, що стрес може бути як позитивним, так і негативним, вказуючи на важливість адаптації до стресових ситуацій. Для родин зниклих безвісти це означає, що розуміння стресу і його впливу на психіку може допомогти в розробці програм підтримки [28].

Р. Лазарус і С. Фолкман у своїй книзі «Stress, Appraisal, and Coping» описали теорію когнітивного оцінювання та запропонували модель, яка підкреслює роль когнітивної оцінки в процесі стресу [57].

Вчені підкреслюють важливість індивідуальних стратегій подолання стресу (копінгу) у формуванні психологічного благополуччя. У випадку родин зниклих безвісти, важливо розуміти, які саме стратегії використовують члени сім'ї для подолання стресу і як можна їх підтримати.

Вчені виділили два етапи оцінки: первинну (визнання загрози) та вторинну (оцінка ресурсів для подолання загрози). Розроблена теорія має важливе значення для родин зниклих безвісти, оскільки допомагає зрозуміти, як їхнє сприйняття ситуації впливає на їхні емоційні реакції і способи адаптації.

В моделі адаптації до стресу «hardiness», розробленої А. Кобасса, науковець описує три ключові компоненти: контроль, зобов'язання та виклик. Люди з високим рівнем «hardiness» здатні краще справлятися зі стресом, оскільки вони відчують контроль над ситуацією, готові приймати виклики і мають чітке зобов'язання до своїх цілей. Ця модель може бути корисною для розробки програм підтримки родин зниклих безвісти, орієнтуючи їх на розвиток цих якостей [54].

Розуміння психологічних підходів і теорій переживання горя є ключовим для надання ефективної підтримки родинам полонених та зниклих безвісти. Кожна з представлених теорій пропонує цінні інсайти про емоційні процеси, які відбуваються під час втрати, і може бути використана для розробки індивідуалізованих стратегій допомоги. Психологи повинні враховувати різноманітність емоційних реакцій і культурних контекстів, щоб забезпечити найбільш чутливу і ефективну підтримку тим, хто переживає ці складні часи.

Переживання горя є складним і багатогранним процесом, що вивчається в різних психологічних підходах та теоріях.

Елізабет Кюблер-Рос у своїй книзі «Смерть і її значення» описала п'ять стадій горя, через які проходять люди, що переживають втрату [45]:

1. Заперечення – відмова приймати реальність втрати.
2. Гнів – почуття обурення і злості на себе, інших або навіть на померлого.
3. Торг – спроби домовитися з долею або Богом про повернення близької людини.
4. Депресія – глибоке відчуття смутку і безнадії.
5. Прийняття – усвідомлення втрати та адаптація до нового життя.

Ця теорія може бути корисною для родин полонених та зниклих безвісти, оскільки вона допомагає зрозуміти, що їхні емоції можуть варіюватися від заперечення до прийняття. Психологи можуть використовувати цю модель, щоб підтримати родичів у процесі переживання горя, визнаючи, що кожен проходить ці стадії в своєму темпі.

Джон Г. Тейлор у своїй моделі комплементарного горя підкреслює, що горе – це не лінійний процес, а циклічний. Люди можуть повертатися до попередніх стадій горя в залежності від обставин і часу. Вчений також зазначає важливість соціальної підтримки в цьому процесі [58].

Ця модель може бути особливо корисною для родин полонених, які можуть переживати хвилі горя внаслідок нових новин або змін у ситуації.

Психологи можуть працювати над створенням мереж підтримки для таких родин, щоб допомогти їм справлятися з емоційними коливаннями.

Вірджинія Сатир розробила модель адаптації до втрати, яка підкреслює важливість комунікації та вираження емоцій у процесі переживання горя. Дослідниця виділяє кілька етапів: шок, гнів, депресія, експериментування та прийняття [41].

У контексті родин полонених ця теорія може бути застосована для навчання родичів ефективним способам вираження своїх почуттів і комунікації один з одним. Це може допомогти зменшити відчуття ізоляції та покращити емоційне благополуччя.

Теорія «досвіду втрати» Тімоті Ліндквіста акцентує увагу на тому, як особистий досвід втрати формує індивідуальні реакції на горе. Вчений стверджує, що культурні та соціальні контексти відіграють важливу роль у тому, як люди переживають втрату [16].

Ця теорія може бути корисною для розуміння того, як культурні фактори впливають на переживання горя родинами полонених і зниклих безвісти. Психологи можуть враховувати культурні традиції та норми при наданні підтримки.

Теорія соціальної підтримки Ш. Коена, Т. Уїллса підкреслює на те, що соціальна підтримка відіграє важливу роль у процесі адаптації до стресу. У своїй статті «Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis» вчені описали, як соціальна підтримка може знижувати негативний вплив стресу. Для родин зниклих безвісти важливою є наявність підтримуючого оточення, яке може допомогти їм справитися з емоційними труднощами [2].

Психосоціальна модель підкреслює важливість соціальної підтримки у процесі адаптації до травматичних подій. Соціальна підтримка може проявлятися у вигляді емоційної, інформаційної або матеріальної допомоги. У контексті родин зниклих безвісти, організація груп підтримки може стати важливим елементом для зменшення відчуття ізоляції.

Сучасні наукові дослідження свідчать про те, що зникнення близької людини може призвести до серйозних психологічних наслідків. Згідно з дослідженнями Т. Тейлора та К. Мерфі, родини зниклих безвісти часто переживають стадії горя, які можуть включати заперечення, гнів, торгівлю, депресію і прийняття. Ці стадії можуть затягуватися на довгі роки, а невизначеність щодо долі зниклої особи лише посилює стрес і тривогу [53].

За визначенням дослідників, родини зниклих безвісти та полонених стикаються з численними стресовими ситуаціями, які можуть мати серйозні наслідки для їхнього психічного здоров'я. Різноманітні теорії стресу та адаптації можуть слугувати основою для розробки програм підтримки. Важливо враховувати індивідуальні особливості кожної родини та їхні механізми адаптації до стресу. Соціальна підтримка та розвиток навичок «hardiness» можуть суттєво полегшити процес адаптації.

Психоаналітичний підхід З. Фрейда, К. Юнга фокусується на несвідомих процесах, які впливають на поведінку і емоції. З. Фрейд стверджував, що переживання втрати можуть призводити до депресії та інших психічних розладів. К. Юнг підкреслював важливість колективного несвідомого і архетипів у процесі лікування. Цей підхід може бути корисним для розуміння глибинних переживань родин зниклих безвісти та полонених [57].

Когнітивне-поведінковий підхід (КПТ) А. Бека та А. Еліса акцентує увагу на зв'язку між думками, емоціями і поведінкою. Він пропонує техніки для зміни негативних думок і поведінки, що може бути корисним для родин, які переживають втрату. КПТ використовує практичні методи для роботи з тривожністю та депресією, що може бути особливо актуальним для родин зниклих безвісти [52].

Системний підхід, запропонований в роботах М. Боуена, С. Мінучіна, розглядає сім'ю як систему, в якій всі члени взаємопов'язані. Проблеми одного члена сім'ї можуть впливати на всіх інших. Цей підхід дозволяє працювати з родинами в цілому, враховуючи їхні динаміки та взаємодії. Це може бути

особливо важливим для родин зниклих безвісти, де стрес і травма можуть вплинути на всіх членів [9].

Позитивна психологія М. Селігмана фокусується на зміцненні ресурсів і позитивних аспектів життя. Цей підхід може бути використаний для підтримки родин зниклих безвісти через розвиток їхніх сильних сторін, соціальних зв'язків і життєвих навичок. Це може допомогти родинам знайти сенс у складних ситуаціях і адаптуватися до нових умов [31].

Результати аналізу наукових джерел показали, що дослідження психологічної допомоги родинам зниклих безвісти та полонених вимагає комплексного підходу, який враховує різні теорії та методи. Важливо поєднувати елементи травматерапії, когнітивно-поведінкової терапії, системного підходу та позитивної психології для створення ефективних програм підтримки. Психологічна допомога повинна бути адаптована до індивідуальних потреб кожної родини та враховувати їхній унікальний досвід.

Важливим аспектом психологічної підтримки є соціальна підтримка. Наукові дослідження показують, що наявність соціальної мережі – родини, друзів і професіоналів – може суттєво зменшити негативні психологічні наслідки. Наприклад, у роботах А. Каплан та К. Салліван підкреслюється важливість груп підтримки, де родини можуть ділитися своїм досвідом, отримувати емоційну підтримку та інформацію про можливі шляхи вирішення своїх проблем [17].

Наукова література також пропонує різні методи психологічної інтервенції для підтримки родин зниклих безвісти та полонених. Дослідження показують, що когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) може бути ефективною у зменшенні симптомів тривоги та депресії. КПТ допомагає людям переосмислити свої думки і почуття, пов'язані з втратами та невизначеністю [43].

Крім того, арт-терапія та терапія через усвідомленість (mindfulness) також визнані ефективними в роботі з родинами. Арт-терапія дозволяє виразити емоції через творчість, що може бути особливо корисним для тих,

хто важко говорить про свої почуття. Терапія через усвідомленість допомагає зменшити рівень стресу і тривоги, навчаючи людей концентруватися на теперішньому моменті.

Аналіз наукової літератури щодо психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених вказує на важливість комплексного підходу до їхньої допомоги. Психологічна підтримка повинна включати не лише індивідуальні терапевтичні методи, але й соціальну підтримку через групи взаємодопомоги. Успішна психологічна інтервенція може суттєво полегшити страждання родин і допомогти їм знайти новий сенс у житті в умовах невизначеності [42].

Огляд законодавчих актів України, що регулюють права родин зниклих безвісти та полонених, є важливим для розуміння механізмів правового захисту та соціальної підтримки таких осіб. В Україні існує ряд нормативно-правових актів, які регулюють це питання.

Конституція України гарантує права людини, включаючи право на життя, що є основою для захисту прав родин зниклих безвісти та полонених[24].

Ст. 43 Цивільного кодексу України визначає порядок визнання особи безвісно відсутньою. Це є важливим кроком для родин, які не мають інформації про місцезнаходження своїх близьких [49].

Закон України «Про правовий статус осіб, зниклих безвісти» визначає правовий статус осіб, зниклих безвісти, та їхніх родин. Закон передбачає механізми для встановлення факту зникнення, а також права і обов'язки родин.

Закон України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їхніх сімей» передбачає пільги сім'ям зниклих безвісти та полонених.

В Україні 11 березня 2022 року була ухвалена Постанова Кабінету Міністрів №257, яка передбачала створення Координаційного штабу для вирішення питань, пов'язаних із військовополоненими.

Сім'ї військовослужбовців, які зникли безвісти або потрапили в полон, мають право на соціальний захист, включаючи збереження грошового забезпечення для військових. Родичі можуть отримувати зарплату та одноразові виплати з моменту захоплення в полон і до завершення лікування, якщо воно необхідне після повернення. Для сімей зниклих безвісти можливість отримання виплат виникає з моменту встановлення причин зникнення, за умови, що обставини є поважними.

Щоб оформити виплати, член сім'ї повинен подати заяву на ім'я командира військової частини. Виплати надаються до остаточного з'ясування обставин полону або визнання особи безвісти зниклою.

Порядок виплат регулюється постановою Кабінету Міністрів України №884 від 30 листопада 2016 року. Також передбачена додаткова винагорода у розмірі 100 тисяч гривень на період війни. Непрацевдатні родичі, які перебували на утриманні зниклого військовослужбовця, а також його діти мають право на пенсію у зв'язку з втратою годувальника.

У випадку загибелі, полону чи зникнення безвісти бійця Сил оборони його родичі мають право на отримання матеріальної допомоги. Постанова КМУ «Про затвердження Порядку надання одноразової грошової допомоги» від 2022 року передбачає фінансову допомогу родинам осіб, зниклих безвісти та полонених. Відтепер сім'ї військовослужбовців, які зникли безвісти або були оголошені померлими, матимуть можливість отримати одноразову фінансову допомогу протягом трьох років після набрання чинності відповідним судовим рішенням[38].

Постанова Кабінету Міністрів України №884 від 30 листопада 2016 року регулює порядок виплати грошового забезпечення родинам військових, захоплених у полон або заручниках, а також тих, хто інтернований у нейтральних державах або вважається безвісти зниклим.

Незалежно від статусу військовополонених чи осіб, що зникли безвісти, за кожним військовослужбовцем зберігаються виплати відповідно до розміру окладу, який він отримував під час служби.

Крім посадового окладу, щомісячні виплати військовим також враховують: оклад за військовим званням; надбавку за вислугу років; інші види щомісячного грошового забезпечення постійного характеру; додаткові види фінансового забезпечення з урахуванням зміни вислуги років та норм грошового забезпечення.

Першочергове право на отримання матеріальної допомоги від держави має дружина або чоловік зниклого безвісти чи захопленого в полон військового, а вже потім – батьки.

Важливу роль у наданні психологічної підтримки родинам зниклих безвісти та полонених відіграють громадські організації та спеціалізовані реабілітаційні центри. Наприклад, у Києві функціонує Центр психологічної підтримки, що співпрацює з неурядовими організаціями і пропонує індивідуальні консультації для родичів осіб, які зникли безвісти. У центрі використовують різноманітні методи, зокрема когнітивно-поведінкову терапію та психоаналіз. Завдяки фінансовій підтримці міжнародних фондів і державних програм, більшість цих консультацій є безкоштовними, що значно полегшує доступ до психологічної допомоги для сімей, які мають обмежені ресурси[44].

В рамках діяльності громадського руху «Жіноча сила України» реалізується проект психологічної підтримки українців, близькі яких є зниклими безвісти або перебувають в полоні.

Україна є учасником міжнародних угод, які регулюють права людини і можуть впливати на національне законодавство щодо зниклих безвісти.

Результати дослідження нормативно-правових аспектів захисту членів родин полонених та безвісти зниклих свідчить про те, що законодавство України забезпечує певний рівень правового захисту для родин осіб, зниклих безвісти та полонених. Основними аспектами є: визнання особи безвісно відсутньою; права родин на отримання інформації про розслідування; соціальна допомога та компенсації; механізми встановлення фактів зникнення або полонення.

Але, законодавство України потребує подальшого вдосконалення, щоб забезпечити більш ефективний захист прав та психологічну підтримку родин зниклих безвісти та полонених. Важливо підвищити обізнаність суспільства про існуючі механізми та права, що допоможе родинам у складних ситуаціях.

Необхідно забезпечити інтеграцію міжнародних стандартів у національне законодавство для покращення умов життя родин зниклих безвісти.

Психологічна підтримка та супровід родин зниклих безвісти та полонених є необхідними для забезпечення їхнього психоемоційного благополуччя. Розуміння теоретичних аспектів та нормативно-правових основ регулювання цієї проблеми дозволяє розробити ефективні стратегії підтримки.

1.2. Психологічні особливості родин, які переживають втрату або невизначеність щодо близьких осіб.

Війна в Україні, що триває з початку повномасштабного вторгнення росії в лютому 2022 року, принесла численні страждання та втрати. Однією з найбільш болючих тем є питання родин зниклих безвісти та полонених, що переживають не лише втрату близьких, а й численні психологічні, соціальні та юридичні проблеми, які супроводжують їх у повсякденному житті.

Втрата та невизначеність – це глибокі емоційні переживання, які можуть суттєво впливати на психологічний стан індивідів і родин. Коли члени сім'ї стикаються з втратою близької людини або переживають невизначеність щодо її долі, їхнє життя зазнає значних змін [39].

Статус військовополоненого або безвісти зниклого є одним із найскладніших випробувань для їхніх близьких. Цей стан залишає родичів у постійній невизначеності, що викликає великий стрес і емоційне виснаження. Люди опиняються між двома крайнощами: надією на повернення та глибокою відчаєм. Часто рідні зниклих відчують провину, замислюються питаннями:

«Чи роблю я достатньо?» або «Як я можу продовжувати жити, поки не знайду його/її?».

Переживання втрати або невизначеності супроводжується спектром емоційних реакцій. На початковому етапі родини часто відчують шок і заперечення. Ці емоції можуть бути настільки сильними, що людина не може прийняти реальність втрати. У цей період важливо надати підтримку, оскільки відсутність адекватної реакції може призвести до хронічного стресу [32].

Після шоку часто виникають гнів і провина. Гнів може бути спрямований на себе, на ситуацію або на інших людей, які, на думку переживаючих, могли б допомогти. Провина ж може проявлятися у формі «провини вцілілого», коли близькі відчують, що мали б зробити більше для захисту або допомоги. Ці емоції можуть викликати внутрішній конфлікт і ще більше погіршувати психоемоційний стан.

Відчай і безнадія також є частими супутниками втрати. Родини можуть відчувати, що їхнє життя втратило сенс, а майбутнє виглядає похмуро. Це може призводити до депресивних симптомів, які потребують професійної психологічної підтримки. Важливо зазначити, що кожна людина переживає втрату по-своєму, і реакції можуть варіюватися залежно від особистісних рис, соціального контексту та попереднього досвіду [14].

Родини військових, які потрапили в полон або вважаються зниклими безвісти, щодня переживають коливання між надією і відчаєм через брак інформації про своїх рідних. Це явище називається невизначеною втратою і є вкрай виснажливим. Відчуття самотності та безсилля посилюється, коли немає чіткої відповіді на питання про долю близької людини. Проте, поки триває процес пошуку, важливо, щоб родини дбали про себе, аби мати сили чекати.

Нетактовні запитання та коментарі з боку оточуючих лише погіршують ситуацію, змушуючи близьких уникати спілкування та залишатися в ізоляції.

Психологічні реакції на такі події у родин зниклих безвісти можуть бути специфічними через постійну невизначеність. Процес переживання втрати є складним і може бути особливо загостреним у таких умовах. Модель горя,

розроблена Е. Кублер-Росс, включає п'ять етапів: заперечення, гнів, торг, депресію та прийняття. Проте, на думку О. Зубченко, для сімей, які стикаються з невизначеністю, ця модель не завжди підходить через тривалість емоційного очікування, що заважає нормальному процесу адаптації до втрати. Цей стан супроводжується постійними коливаннями емоцій – від надії на те, що близька людина жива, до відчаю та страху [1].

Емоційна нестабільність ускладнює загальний психоемоційний стан родин, часто призводячи до стресу, тривожних розладів і депресивних симптомів. Ключовими емоціями, які переживають члени родини в умовах невизначеності, є провина, злість і відчай. Провина може проявлятися як «провина вцілілого», коли рідні відчують осудження через те, що вони живі або не змогли захистити близького. Гнів може бути спрямований на різні об'єкти – на себе, на ситуацію чи на органи, відповідальні за допомогу, що часто призводить до внутрішнього конфлікту. Відчуття безпорадності та страху погіршують психічний стан родин, створюючи умови для тривалих депресивних і тривожних станів, які потребують особливої психологічної підтримки [33].

Ця емоційна нестабільність значно ускладнює стан родин, які переживають невизначеність, часто призводячи до стресу, тривожних розладів та депресивних симптомів. Серед основних емоцій, які відчують члени родини в таких обставинах, можна виділити провину, злість і відчай. Провина може виникати у формі «провини вцілілого», коли близькі відчують внутрішнє засудження за те, що залишилися живими або не змогли захистити рідну людину. У той же час, гнів може бути спрямований на різні об'єкти – на себе, на ситуацію або на установи, що відповідають за допомогу, що часто призводить до внутрішнього протиріччя. Відчуття безсилля і страх лише погіршують загальний психічний стан, створюючи умови для хронічних депресивних і тривожних станів, які потребують спеціалізованої психологічної підтримки [15].

Важливо відзначити, що родини зниклих безвісти та полонених переживають глибокий емоційний стрес. Відсутність інформації про долю близької людини викликає тривогу, невизначеність і безнадійність. Це може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії та інших психічних розладів. Багато родин відчувають провину за те, що не змогли захистити своїх близьких, що ще більше погіршує їхній емоційний стан.

Психологічний стан родин полонених та зниклих безвісти може бути охарактеризований такими аспектами [29]:

1. Тривога та страх: постійна невизначеність викликає високий рівень тривоги.
2. Горе: втрата або можливість втрати близької людини призводить до переживання горя.
3. Соціальна ізоляція: багато родин відчувають себе самотніми у своїх переживаннях, що може погіршити їхній психологічний стан.
4. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): в деяких членів родини можуть розвинути симптоми ПТСР через переживання травматичних подій.

Соціальна ізоляція є ще однією важливою психологічною особливістю родин, які переживають втрату. Люди, які стикаються з такими труднощами, часто відчувають себе відокремленими від оточення. Це може бути пов'язано з тим, що оточуючі не завжди можуть зрозуміти їхні переживання або не знають, як правильно підтримати. В результаті родини стають менш активними в соціальному житті, що лише погіршує їхній стан [56].

Відсутність соціальної підтримки може призвести до збільшення почуття самотності та безпорадності. Родини можуть відчувати, що ніхто не здатен зрозуміти їхніх переживань або поділитися їхнім болем. Це підкреслює важливість створення підтримуючого середовища, в якому люди можуть відкрито говорити про свої почуття і отримувати необхідну допомогу.

На думку науковців, соціальна ізоляція також відіграє важливу роль у погіршенні емоційного стану родин, чії близькі вважаються зниклими

безвісти. Через специфіку своєї ситуації такі сім'ї часто втрачають зв'язки з оточенням, оскільки люди не завжди можуть адекватно зрозуміти їхні переживання або надати необхідну підтримку. В умовах постійної невизначеності родичі стають менш активними в соціальному житті, що призводить до зменшення рівня підтримки, якої вони так потребують [16].

Сучасні вітчизняні наукові дослідження, присвячені вивченню психологічного стану членів родин полонених та безвісти зниклих, показують, що ці особи зазнають значних психоемоційних труднощів. Зокрема, дослідження, проведене Т. О. Коваленко, виявило, що більшість респондентів відчують постійний стан тривоги, депресії та соціальної ізоляції. У своїй роботі авторка підкреслює, що основними факторами, які впливають на психологічний стан родин, є невизначеність щодо долі близьких, відсутність інформації та емоційна підтримка [22].

В дослідженні вченою було вивчено емоційні наслідки для родин зниклих безвісти. Авторка описує основні стратегії психологічної підтримки, такі як індивідуальна терапія та групи підтримки та зауважує на те, що психологічна підтримка є критично важливою для процесу адаптації родин до втрати.

Л.А. Сидоренко аналізує соціально-психологічні наслідки, які відчують родини полонених, включаючи емоційні реакції та соціальну ізоляцію та підкреслює на необхідність створення соціальних програм підтримки для родин полонених [46].

Дослідження Н.В. Громової присвячено дослідженню психологічних травм, які переживають родини зниклих безвісти, а також методам їх лікування. Як зауважує вчена, родини зниклих безвісти та полонених переживають численні психологічні травми, які можуть мати глибокий і тривалий вплив на їхнє емоційне та психічне здоров'я [15].

Відсутність інформації про долю близької людини викликає постійний стан невизначеності, що може призводити до хронічної тривоги. Родичі постійно відчують страх за життя та здоров'я зниклої особи, а також за власне майбутнє. Члени родини часто можуть відчувати провину за те, що не

зможли захистити своїх близьких або що самі залишилися живими, що може призвести до внутрішнього конфлікту і самозвинувачення.

Відчуття безсилля та гніву на ситуацію, органи влади або навіть на зниклу особу також поширеним. Цей гнів може бути спрямований як всередину, так і назовні, що ускладнює стосунки з оточуючими.

Родини переживають глибокий сум через втрату близької людини, навіть якщо вони не мають підтвердженої інформації про її смерть, що може призвести до складного горювання, яке не має можливості завершитися.

Хронічний стрес і невизначеність можуть викликати депресивні симптоми, такі як втрата інтересу до життя, апатія, проблеми зі сном та харчуванням. У деяких випадках в родичів полонених та зниклих безвісті можуть розвивати симптоми ПТСР через пережиті травматичні події, пов'язані зі зникненням близьких або їхньою участю в конфліктах [40].

Зникнення близької людини може призвести до втрати сенсу життя і ідентичності, оскільки багато членів родини визначають себе через свої стосунки з цими людьми.

Через специфіку ситуації родини часто відчувають соціальну ізоляцію. Люди навколо можуть не розуміти їхнього болю або не знати, як підтримати, що призводить до ще більшого відчуття самотності.

При тому, відсутність підтримки з боку зниклих осіб може створити додатковий стрес через фінансові труднощі, що також впливає на психоемоційний стан родин.

Вчена зауважує на те, що психологічна підтримка для таких родин є критично важливою, оскільки вона допомагає їм справлятися з складними негативними емоціями та знаходити способи адаптації до нових умов життя та підкреслює важливість комплексного підходу до терапії для відновлення психоемоційного стану.

Дослідження О. Григоренка акцентує увагу на впливі соціальної підтримки на психологічний стан родин. Автор зазначає, що родини, які отримують підтримку від держави та громадських організацій, мають менше

проявів психоемоційних розладів. Водночас, відсутність такої підтримки призводить до погіршення психічного здоров'я та розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) [14].

Таким чином, результати сучасних досліджень свідчать про те, що члени родин полонених та безвісті зниклих переживають серйозні психоемоційні труднощі. Важливими факторами, які впливають на їхній стан, є соціальна підтримка та доступ до інформації. Психологічна допомога має бути комплексною і включати індивідуальні та групові методи терапії. Необхідно також підвищити обізнаність родин про їхні права і можливості отримання допомоги.

Соціальна підтримка є критично важливою для людей, які переживають втрату. Однак родини зниклих безвісти часто стикаються з ізоляцією. Друзі та знайомі можуть не знати, як підтримати таких людей, і тому уникають спілкування. Це призводить до того, що родини відчують себе самотніми у своїй трагедії. В Україні існує певна стигматизація людей, чиї близькі зникли безвісти, оскільки це часто асоціюється з небезпекою або злочинами.

Крім психологічних і соціальних проблем, родини зниклих безвісти стикаються з численними юридичними труднощами. В Україні існує відсутність чіткої процедури для визнання особи зниклою безвісти. Це ускладнює процес отримання соціальної допомоги, пенсій та інших виплат. Родини можуть бути змушені звертатися до судів для визнання своїх близьких такими, що зникли безвісти, що потребує часу і ресурсів.

Однією з найбільших проблем є відсутність достовірної інформації про долю зниклих безвісти. Багато родин роками намагаються отримати хоч якусь інформацію про своїх близьких через офіційні канали, але часто стикаються з бюрократичними перешкодами. Це підсилює відчуття безвиході та безнадії.

На щастя, в Україні існують організації та групи підтримки, які намагаються допомогти родинам зниклих безвісти. Вони надають психологічну допомогу, організовують зустрічі для обміну досвідом і

створюють платформи для пошуку інформації про зниклих. Проте ресурси цих організацій обмежені, і потреба в підтримці залишається високою.

1.3. Види та форми психологічної підтримки для родин зниклих безвісти та полонених.

Психологічна підтримка родин полонених та зниклих безвісти є надзвичайно важливою складовою в умовах війни та конфліктів. Втрата зв'язку з близькими людьми, невизначеність щодо їхньої долі та постійний стрес можуть призвести до серйозних психоемоційних проблем у родинях. Психологічна підтримка допомагає їм впоратися з цими труднощами, зберегти психічне здоров'я та відновити соціальні зв'язки.

В Україні психологічна підтримка родин полонених та зниклих безвісти реалізується через різні організації [19]:

1. Державні установи: Міністерство соціальної політики України та інші державні органи забезпечують доступ до психологічної допомоги через центри соціальних служб.

2. Неприбуткові організації: Організації, такі як «Схід SOS», «Люди миру» та інші, надають психологічну підтримку, організовуючи групи для обговорення та взаємодопомоги.

3. Психологічні клініки та центри: багато вітчизняних клінік пропонують спеціалізовані програми для роботи з родинами, які пережили втрату або невизначеність.

4. Волонтерські ініціативи: волонтери-психологи надають свою допомогу у вигляді консультацій, організації зустрічей та груп підтримки.

Психологічна підтримка дозволяє родинам висловити свої почуття, поділитися переживаннями та отримати емоційне розуміння, що зменшує відчуття самотності і ізоляції. Професійна підтримка навчає технікам

управління стресом, що допомагає родинам справлятися з тривогою, депресією та іншими негативними емоціями [33].

Групи підтримки та спільноти надають можливість для соціалізації, що є важливим аспектом у відновленні психоемоційного стану членів родин зниклих безвісті та полонених.

Психологи можуть допомогти родинам отримати необхідну інформацію про їхніх близьких, що знижує рівень невизначеності і страху.

Результати узагальнення наукових джерел дозволили виділити головні види та форми психологічної підтримки [14; 23]:

1. Індивідуальна психологічна підтримка. Це може бути терапія з психологом або психотерапевтом, яка дозволяє особі працювати над своїми емоціями і переживаннями в індивідуальному форматі.

2. Групова підтримка. Групи для родин полонених або зниклих безвісті, де люди можуть ділитися своїм досвідом, отримувати підтримку один від одного.

3. Онлайн-підтримка. У сучасному світі важливу роль відіграють онлайн-ресурси – вебінари, чати, форуми, де можна отримати консультації та підтримку.

4. Інформаційні кампанії: освітні програми, які надають інформацію про процеси, пов'язані з полоном і зникненням, а також про способи отримання допомоги.

У сучасному світі психологічна підтримка для родин, що переживають невизначеність через зникнення рідних або їхнє перебування в полоні, є критично важливим аспектом як соціальної, так і психологічної допомоги. Ця проблема стала особливо актуальною в Україні, де військові дії призвели до того, що багато сімей стикаються з подібними втратами. Психологічна підтримка в таких ситуаціях потребує комплексного підходу, який включає різні методи і форми допомоги для покращення емоційного стану родин [9].

Індивідуальна психологічна підтримка є однією з основних форм допомоги для родин, які переживають невизначеність щодо долі своїх

близьких, які зникли або потрапили в полон. Цей вид підтримки дозволяє зосередитися на специфічних емоційних потребах кожного члена сім'ї, допомагаючи їм справлятися зі складними переживаннями. Ситуація для родин зниклих безвісти ускладнюється так званою «невизначеною втратою», коли відсутня ясність щодо того, що сталося з близькою людиною. Це затримує природний процес переживання горя і ускладнює адаптацію до втрати [16].

Психологічна робота з родинами, які пережили зникнення близьких або їх полон, спрямована на зниження тривоги та допомогу в подоланні горя і депресивних станів. Індивідуальні консультації створюють можливість вільно висловлювати емоції, які можуть бути соціально неприйнятними або важкими для розуміння оточенням. Одним із важливих завдань психолога є підтримка клієнтів на різних етапах переживання горя: заперечення, гнів, торг, депресія та прийняття. Оскільки рідні зниклих безвісти постійно коливаються між надією та відчаєм, індивідуальні консультації допомагають їм знаходити нові сили для подолання емоційного напруження [31].

Серед найбільш поширених методів індивідуальної психологічної підтримки можна виділити когнітивно-поведінкову терапію (КПТ). Цей метод є одним із найефективніших у роботі з родинами, які переживають втрату чи невизначеність [5]. КПТ допомагає ідентифікувати деструктивні думки, які посилюють відчуття тривоги, безвиході або провини, і замінити їх на більш конструктивні. Наприклад, замість нав'язливих думок на кшталт «Я винен у тому, що це сталося» або «Я не можу жити без нього/неї», психолог сприяє формуванню нових установок, які дозволяють краще адаптуватися до ситуації. Це досягається за допомогою технік когнітивного реструктурування, які допомагають усвідомити свої емоції та виробити позитивні реакції на них.

Загалом, індивідуальна психологічна підтримка є важливим елементом у процесі відновлення та адаптації родин, які переживають втрату близьких. Вона забезпечує необхідну основу для подолання труднощів і сприяє емоційному благополуччю.

Психоаналітичний підхід орієнтується на виявлення та аналіз прихованих емоційних конфліктів, які можуть виявлятися у вигляді почуттів провини, тривоги або гніву, пов'язаних із зникненням або полонем близької людини. Психоаналітик співпрацює з пацієнтом, допомагаючи йому усвідомити та зрозуміти ці почуття. Це дозволяє пережити їх у безпечному середовищі терапії та знайти внутрішні ресурси для адаптації до нових обставин. Такий підхід сприяє інтеграції травматичного досвіду в загальний життєвий контекст клієнта, що значно покращує його психологічний стан.

Арт-терапія є методом, що дозволяє виразити приховані емоції через творчість. Цей підхід надає можливість людям, які не можуть або не хочуть говорити про свої переживання, висловити свої почуття за допомогою малюнка, скульптури, письма чи інших форм мистецтва. Арт-терапія допомагає зменшити емоційне навантаження та сприяє самовираженню, що позитивно впливає на загальний емоційний стан особи[6].

Сім'ї, які переживають зникнення близьких або їх полон, часто перебувають у стані хронічного стресу. Використання релаксаційних технік, таких як дихальні вправи, медитація та прогресивна м'язова релаксація, може суттєво знизити рівень тривоги. Ці методи не тільки допомагають заспокоїтися в складні моменти, але й навчають контролювати реакції на стресові ситуації, що є важливим аспектом індивідуальної підтримки для таких клієнтів.

Слід зауважити на те, що в Україні 11 березня 2022 року було створено Координаційний штаб з питань поводження з військовополоненими. Значна частина психологічної допомоги родинам зниклих безвісти та полонених надається через громадські організації та спеціалізовані реабілітаційні центри. Наприклад, Центр психологічної підтримки в Києві співпрацює з неурядовими організаціями і пропонує індивідуальні консультації для родичів зниклих безвісти, використовуючи когнітивне-поведінкові та психоаналітичні методи. Багато з цих консультацій є безкоштовними завдяки підтримці міжнародних фондів та урядових програм, що робить психологічну допомогу більш доступною для сімей з обмеженими ресурсами.

Також активно працюють мобільні бригади психологів, які виїжджають до віддалених регіонів для надання консультацій родинам, які не можуть звернутися до центрів психологічної допомоги. Ці ініціативи значно розширюють доступність індивідуальної підтримки і є ефективними в умовах кризи.

Індивідуальна психологічна підтримка дозволяє членам родини зниклих безвісти та полонених справлятися зі своїми емоціями, знаходити опору, знижувати рівень тривоги та відкривати ресурси для подальшого життя. Досвід терапії допомагає клієнтам краще усвідомлювати свої переживання, змінювати негативні установки та формувати навички подолання труднощів, що сприяє їх адаптації та покращенню якості життя.

Завдяки індивідуальній підтримці люди отримують можливість зосередитися на власних потребах і поступово інтегрувати досвід втрати чи невизначеності в своє життя. Така допомога є критично важливою в умовах хронічного стресу та постійної невизначеності, адже вона допомагає членам родини зниклих безвісти або полонених відновити психологічну стійкість і продовжувати жити попри випробування [26].

Наукові нароби з проблеми психологічної допомоги та супроводу родин полонених та зниклих безвісти також включають дослідження Т. Лисенко, яка розробила модель психологічної допомоги для родин полонених. В її роботі описуються різні методи, такі як індивідуальна та групова терапія, які допомагають зменшити рівень тривоги і депресії серед членів сімей. Результати показали, що застосування цих методів сприяє покращенню емоційного стану та соціальної адаптації [25].

Крім того, дослідження О.А. Мельник вказує на важливість інформування родин про їхні права та можливості отримання допомоги. Авторка підкреслює, що недостатня обізнаність про ресурси підтримки негативно впливає на психологічний стан членів родин полонених [26].

У дослідженні І. М. Павелко розглядаються методи емоційної підтримки для родин полонених, а також роль груп підтримки. На думку науковця, групи

підтримки можуть значно зменшити рівень тривоги та депресії у родин полонених [35].

В роботах О.А. Мельника проаналізовано різні підходи до надання психологічної допомоги родинам зниклих безвісти, включаючи кризову інтервенцію. На думку вченого, ефективна психологічна допомога може суттєво поліпшити якість життя родин [27].

Вченим було охарактеризовано декілька основних підходів, які використовуються в цій сфері.

Кризова інтервенція: цей підхід передбачає надання термінової психологічної допомоги в ситуаціях, коли людина переживає сильний стрес або травму. Спеціалісти працюють над стабілізацією емоційного стану родичів полонених та зниклих безвісти, підтримуючи їх у процесі вираження почуттів і думок [17].

Психотерапія: різні форми психотерапії, такі як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), можуть бути використані для допомоги родинам у подоланні негативних думок, пов'язаних із зникненням близьких. КПТ допомагає змінити деструктивні патерни мислення і зменшити симптоми тривоги та депресії.

Групова терапія: групи підтримки для родичів зниклих безвісти або полонених можуть стати важливим ресурсом. У таких групах люди можуть ділитися своїм досвідом, отримувати емоційну підтримку та навчатися новим стратегіям подолання [14].

Екзистенційна терапія: цей підхід фокусується на пошуку сенсу в умовах втрати і страждання. Психологи допомагають родичам досліджувати свої почуття і переживання, а також знаходити нові способи значення в житті після втрати.

Медитація та майндфулнес. На думку вченого, техніки релаксації, медитації та майндфулнес можуть бути корисними для зменшення стресу та тривоги. Вони допомагають родинам зосередитися на теперішньому моменті і знижують рівень емоційного напруження.

Психосоціальна підтримка. Цей підхід включає в себе не лише індивідуальну психологічну допомогу, а й соціальну підтримку, яка може включати юридичні консультації, фінансову допомогу та інші ресурси, що полегшують життя родин.

Посттравматична терапія. Спеціалізовані програми для лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР) можуть бути корисними для родичів, які пережили травматичні події, пов'язані зі зникненням близьких [16].

Результати проведеного аналізу наукової літератури свідчать про те, що важливо проводити дослідження для оцінки специфічних потреб родин зниклих безвісти. Це може включати опитування, інтерв'ю та фокус-групи, що дозволяє краще розуміти їхній досвід і адаптувати програми допомоги.

Психологічна допомога часто потребує співпраці між різними фахівцями: психологами, соціальними працівниками, лікарями та юристами. Такий підхід забезпечує комплексну підтримку родин у всіх аспектах їхнього життя.

Слід зазначити, що проблема зниклих безвісти та військовополонених є глобальною, і різні країни розробили власні стратегії та програми підтримки для їхніх родин. Цей досвід може бути корисним для України в контексті сучасних викликів.

Міжнародний досвід свідчить про важливість комплексного підходу до підтримки родин зниклих безвісти та полонених. Ключовими аспектами психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених є [52; 55; 57]:

1. Психологічна підтримка: індивідуальні та групові консультації допомагають родинам справлятися зі стресом і тривогою.
2. Інформаційна підтримка: надання актуальної інформації про статус зниклих осіб і доступні ресурси.
3. Правова допомога: сприяння у вирішенні юридичних питань, пов'язаних із зникненням близьких.

4. Громадські ініціативи: активна участь неурядових організацій у наданні підтримки.

У США існують численні програми, які підтримують родини військовослужбовців, зокрема тих, хто зник безвісти або потрапив у полон. Військове відомство США надає психологічну підтримку через програми, такі як «Military Family Life Counseling» (MFLC), що включає індивідуальні консультації, групові заняття та навчання навичкам подолання стресу [59].

Канадський уряд створив Національну службу підтримки родин, яка забезпечує інформацію, ресурси та психологічну допомогу для родин зниклих безвісти. Програма «Families of the Missing» надає юридичну та психологічну підтримку, а також організовує групи підтримки.

В Австралії діє програма «Australian Defence Force Families», яка пропонує підтримку родинам військовослужбовців через консультації, семінари та доступ до ресурсів для покращення емоційного благополуччя. Окрім цього, в країні існують ініціативи на рівні громадських організацій, які допомагають родинам адаптуватися до ситуацій втрати [61].

ЄС підтримує родини зниклих безвісти через програми, що фінансуються з фондів солідарності. Спеціалізовані організації, такі як «Missing Persons Unit», надають інформацію про можливості отримання допомоги, а також проводять дослідження щодо покращення підтримки для таких сімей.

Цей досвід може бути корисним для України у формуванні ефективних програм для родин, які переживають втрату близьких.

Висновки до розділу 1.

Теоретичне підґрунтя дослідження проблеми психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених охоплює кілька ключових теорій і підходів, які допомагають зрозуміти емоційні, психологічні та соціальні аспекти цієї складної ситуації.

Теорія травми вказує на те, що переживання травматичних подій, таких як зникнення близької людини, може призводити до розвитку ПТСР, що підкреслює важливість своєчасної психологічної допомоги родинам полонених та зниклих безвісті. Модель трьох стадій травматичного стресу включає стадії шоку, активного переживання та адаптації, що можуть допомогти зрозуміти етапи, через які проходять родини.

Системний підхід акцентує увагу на тому, що родина є системою, де зміни в одному члені впливають на інших. Психологічна підтримка родин зниклих безвісті та полонених може включати роботу з усією родиною для покращення комунікації та взаєморозуміння. Психосоціальна модель враховує, як психологічні стресори (втрата, тривога) взаємодіють із соціальними умовами (ізоляція, підтримка), формуючи загальний стан родини.

Проблеми родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни в Україні є складними і багатограними. Психологічний стрес, соціальна ізоляція, юридичні труднощі та відсутність інформації – все це створює величезний тягар для тих, хто переживає втрату. Необхідно продовжувати працювати над створенням ефективних механізмів підтримки для цих родин, забезпечуючи їм необхідну допомогу і надію на краще майбутнє.

Психологічні особливості родин, які переживають втрату або невизначеність щодо близьких осіб, є складними і багатограними. Емоційні реакції, такі як шок, гнів, провина і відчай, супроводжують цей процес. Соціальна ізоляція лише погіршує ситуацію, підкреслюючи необхідність підтримки з боку оточення. Забезпечення психологічної допомоги та створення підтримуючого середовища є ключовими аспектами в процесі подолання горя і відновлення після втрати.

Психологічна підтримка може бути представлена у різних формах, таких як індивідуальне консультування, групова терапія, кризова інтервенція, а також підтримка через соціальні мережі та спільноти. Кожен з цих підходів має свої переваги та може бути адаптований відповідно до специфічних потреб родин.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОТРЕБ ТА ПІДТРИМКИ РОДИН ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ

2.1 Організація та методологія дослідження.

Дослідження психологічних потреб родин зниклих безвісті та полонених є надзвичайно важливим у контексті війни в Україні.

Актуальність дослідження психологічних потреб та підтримки родин зниклих безвісті та полонених обумовлена складною соціально-психологічною ситуацією, в якій опиняються ці родини. Вони переживають стрес, тривогу та невизначеність, що негативно впливає на їхнє психічне здоров'я. Крім того, відсутність інформації про зниклих може призводити до відчуття ізоляції та безпорадності.

Станом на вересень 2024 рік в Україні до Єдиного реєстру зниклих за надзвичайних обставин осіб внесли майже 46285 зниклих безвісті громадян України. Серед них: діти, цивільні й військові [27]. Втім, офіційні дані можуть варіюватися через труднощі в документуванні випадків зникнення та відсутності інформації про місцезнаходження багатьох людей.

Крім того, за час активних бойових дій, значна кількість українців потрапила до полону. За даними правозахисних організацій, кількість полонених може сягати більш ніж чотири тисяч осіб [27]. Ця ситуація викликає серйозні соціальні та психологічні наслідки для їхніх родин.

Проблема зниклих безвісті та полонених в Україні є складною і багатогранною. Психологічний стан їхніх родин потребує особливої уваги та підтримки. Родини людей, які зникли безвісті або перебувають у полоні, переживають глибокий емоційний стрес і тривогу. Постійне переживання за долю близьких, відсутність інформації про їхнє місцезнаходження та стан

здоров'я призводять до хронічного стресу, а втрата зв'язку з близькою людиною може викликати глибоке відчуття втрати, безнадії та апатії.

Дослідження цих аспектів є важливим кроком у напрямку допомоги людям, які переживають важкі часи в умовах війни. Розуміння потреб родин зниклих безвісті та полонених, створення відповідних програм підтримки та інтервенцій можуть суттєво поліпшити їхнє психологічне благополуччя, сприятимуть покращенню якості життя родин.

Об'єкт дослідження – психологічна підтримка родин зниклих безвісті та полонених.

Предмет дослідження – психологічні потреби родин зниклих безвісті та полонених, а також методи й форми надання їм психологічної підтримки в умовах кризи та невизначеності.

Мета дослідження. Метою емпіричного дослідження є виявлення психологічних потреб та ефективних підходів до надання психологічної підтримки родинам зниклих безвісті та полонених у контексті війни в Україні.

Гіпотеза дослідження:

Родини зниклих безвісті та полонених потребують комплексної психологічної підтримки, яка враховує їхні специфічні емоційні потреби, а також потреби в соціальній та інформаційній підтримці, що дозволить знизити рівень стресу та покращити адаптацію в умовах невизначеності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові праці та дослідження з проблеми психологічної підтримки родин зниклих безвісті та полонених.
2. Провести емпіричне дослідження психологічних проблем та виявити потреби родин зниклих безвісті та полонених.
3. Представити аналіз отриманих результатів.
4. Сформулювати рекомендації для вдосконалення системи психологічного супроводу, орієнтованого на потреби родин зниклих безвісті та полонених та оцінити їх ефективність.

Емпіричне дослідження психологічних проблем та виявити потреби родин зниклих безвісті та полонених проходило у чотири етапи:

На першому етапі (підготовчому) дослідження було проведено докладний аналіз науково-методологічної літератури щодо проблеми психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в Україні, аналізувалися бібліографічні джерела та методики діагностики з проблеми дослідження. На цьому етапі дослідження також було визначено вихідні теоретичні основи дослідження: мета, об'єкт, предмет дослідження, завдання, гіпотеза.

На другому етапі (констатувальному), виходячи з висновків, зроблених за результатами теоретичного аналізу проблеми, визначалися шляхи експериментального дослідження. На цьому етапі підбиралися методики діагностики, формувалася вибірка. На даному етапі було проведено діагностику родин безвісти зниклих та полонених відповідно до обраних методик, оброблено, узагальнено та проаналізовано отримані результати.

На третьому етапі (формуальному) було розроблено рекомендації із вдосконалення системи психологічного супроводу, орієнтованого на потреби родин зниклих безвісти та полонених, реалізовано їх в групі родин зниклих безвісті та полонених.

На четвертому етапі (контрольному) проведено контрольну діагностику за обраними методиками, оцінено ефективність реалізованих заходів та сформульовано висновки за дослідженням.

Обробка результатів проводилася за двома напрямками: якісна та кількісна обробка з використанням комп'ютерної програми SPSS-26.

Методи дослідження:

1. Теоретичні: проблемно-пошуковий метод, який використано для визначення проблеми; метод підбору та узагальнення наукових джерел; теоретичний аналіз складових досліджуваної проблеми; методи індукції та дедукції, що дали змогу розширити поняттєве-категорійний апарат; системний аналіз закономірностей психологічної допомоги та супроводу родин

полонених та зниклих безвісті; класифікація; структурно-логічний метод; метод систематизації, який використано для дослідження вітчизняного та зарубіжного досвіду із проблеми дослідження; метод теоретичного узагальнення.

2. Емпіричні: анкетування та психометричні тести (дослідження психологічних особливостей членів родин полонених та зниклих безвісті із використанням Анкети для дослідження психологічного стану родин зниклих безвісти та полонених (розроблена автором) й стандартизованих психодіагностичних методик: Тест Самооцінка емоційних станів (Personal Feelings Scales, PFS) (А. Уесман, Д. Пікс); Рівень невротизації (В. Бойко); Шкала нервово-психічної напруги (НПН) (Т. Нємчин).

3. Методи статистичної обробки даних: кількісний аналіз емпіричних даних із використанням методів математичної статистики. Для математичної обробки отриманих результатів були обрані: методи описової статистики, t-критерій Стюдента, U-критерій Манна-Уїтні (для виявлення значущих відмінностей між показниками на констатувальному та контрольному етапах дослідження), кореляційний аналіз Спірмена (для виявлення взаємозв'язку між досліджуваними показниками).

Процедура збору даних емпіричного дослідження є складним і багатогранним процесом, який вимагає ретельного планування та врахування різноманітних умов. Дотримання етичних норм і належна організація проведення дослідження є запорукою отримання достовірних і значущих результатів.

1. Збір даних: Проведення опитувань та психологічного тестування респондентів. Збір даних у встановлених умовах: особисто, онлайн. Забезпечення конфіденційності та етичності процесу збору даних.

2. Обробка та аналіз даних: Кодування та введення зібраних даних у статистичні програми (SPSS 26, Excel). Проведення статистичного аналізу (описова статистика, кореляційний аналіз, тестування гіпотез). Аналіз якісних даних (тематичний аналіз).

3. Інтерпретація результатів: Інтерпретація отриманих результатів у контексті поставлених завдань і гіпотез. Формулювання висновків на основі аналізу.

Умови проведення дослідження

1. Етичні умови: Отримання інформованої згоди від учасників дослідження. Забезпечення анонімності та конфіденційності даних. Правильне інформування учасників про мету дослідження та можливі ризики.

2. Технічні умови: Наявність необхідних ресурсів для проведення дослідження (обладнання для тестування, комп'ютерні програми для обробки даних). Забезпечення доступу до респондентів (можливість контакту з родинами зниклих безвісті).

3. Організаційні умови: Розробка графіка проведення дослідження та дотримання термінів.

4. Соціально-культурні умови: Розуміння соціально-культурного контексту родин зниклих безвісті. Урахування специфіки спілкування з респондентами у зв'язку з їхнім емоційним станом.

Емпірична база та вибірка дослідження:

Дослідження було проведене протягом 2024 року в м. Запоріжжя.

В процесі формування вибірки нами було використано випадковий відбір учасників з доступної популяції (родини зниклих безвісті та полонених).

Загальна характеристика вибірки: у дослідженні взяли участь 50 осіб (чоловіки та жінки), з яких 46 жінок та 4 чоловіків різного віку, статті, соціально-економічного статусу.

Вибірка емпіричного дослідження психологічних проблем та потреб родин зниклих безвісті та полонених була ретельно спланована та обґрунтована. Визначення чітких критеріїв включення, використання різноманітних методів збору даних та оцінка репрезентативності є ключовими етапами для отримання достовірних і корисних результатів.

Визначення цільової популяції: родини зниклих безвісті та полонених.

Критерії включення визначають, які саме учасники можуть бути залучені до дослідження. У випадку емпіричного дослідження родин зниклих безвісті та полонених, ці критерії включають:

1. Сімейний статус: учасниками дослідження є лише члени сімей, які мають зниклих безвісті або полонених родичів: батьки, подружжя, діти або інші близькі родичі.

2. Географічне положення учасників дослідження: м. Запоріжжя.

3. Вік учасників: вік учасників може варіюватися, але важливо, щоб вони були повнолітніми (від 18 років), оскільки це дозволить забезпечити здатність до самостійного прийняття рішень.

Структура вибірки представлена на рис.2.1.

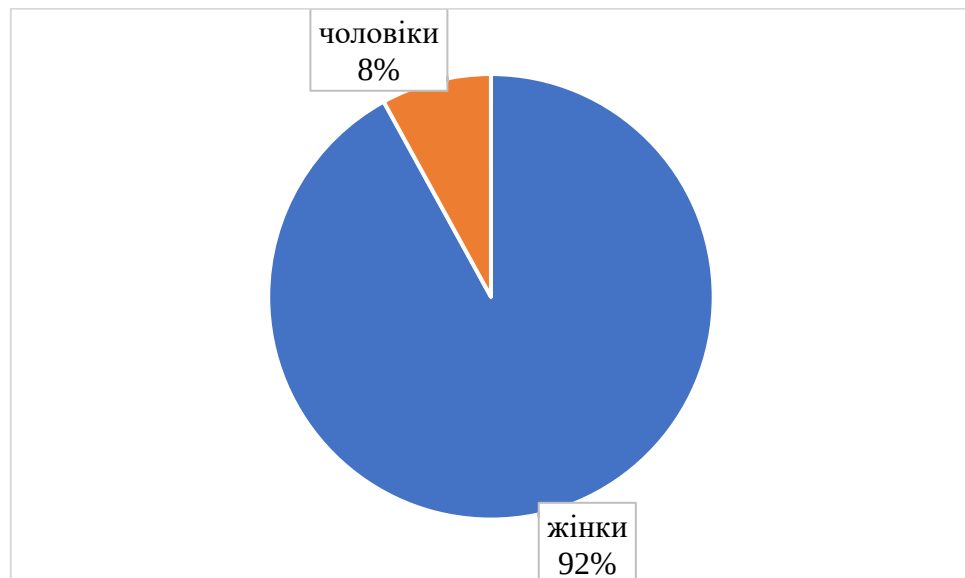


Рис.2.1. Структура вибірки за статтю

Вибірка емпіричного дослідження психологічного стану родин зниклих безвісті та полонених під час війни в Україні складається з 50 осіб, з яких 46 жінок (92 %) і 4 чоловіки (8 %). Вибірка представлена родинами, які проживають у м. Запоріжжя. Цей регіон був обраний через його стратегічне значення під час війни, що могло призвести до великої кількості зниклих безвісті та полонених, а також через активність місцевих організацій, спрямованих на підтримку таких родин.

Середній вік жінок становить 37,85 років, що вказує на те, що більшість учасниць перебувають у активному віці, що може впливати на їхні психологічні потреби та стратегії coping.

Чоловіки у вибірці мають середній вік 59,6 років (старша вікова група) та складають у вибірці лише 8 %, що може бути обумовлено кількома факторами, пов'язаними із загальною ситуацією війни в країні. Чоловіки молодшого віку часто підлягають мобілізації, що призводить до їх відсутності в регіоні. Це є головною причиною меншої кількості чоловіків у вибірці.

В результаті, обмежений представлений відсоток чоловіків у вибірці і їх старший вік свідчить про складну соціально-психологічну ситуацію, в якій опинилися родини, що пережили втрату під час війни.

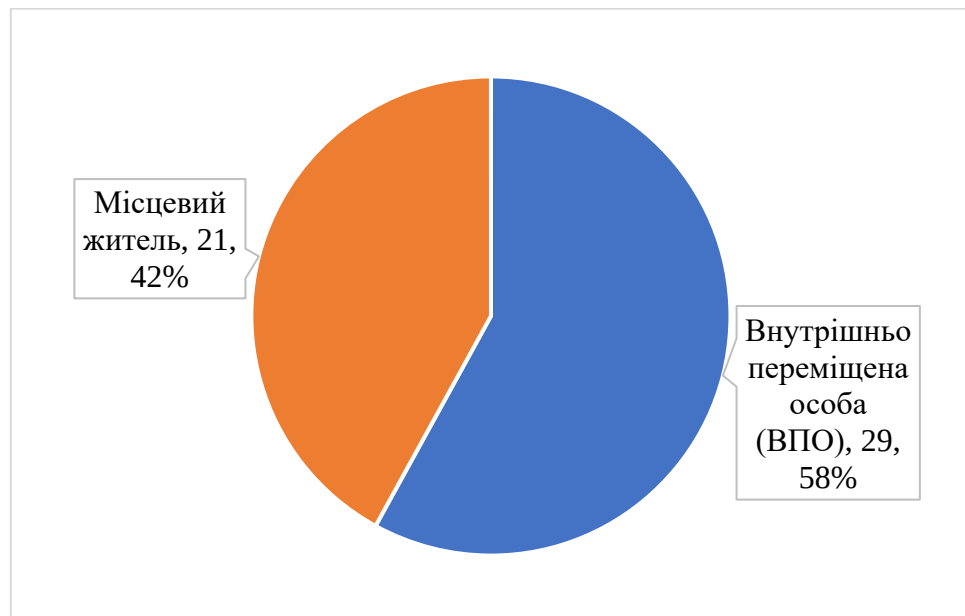


Рис.2.2. Поточний статус членів родин зниклих безвісті та полонених

Як видно на рис.2.2, більшість опитаних родичів зниклих безвісті та полонених є місцевими жителями м. Запоріжжя: 21 особа (42 %). 29 осіб (58 %) є внутрішньо переміщеними особами.

Ступінь родства опитаних з людиною, що зникла або перебуває в полоні представлена на рис.2.3.

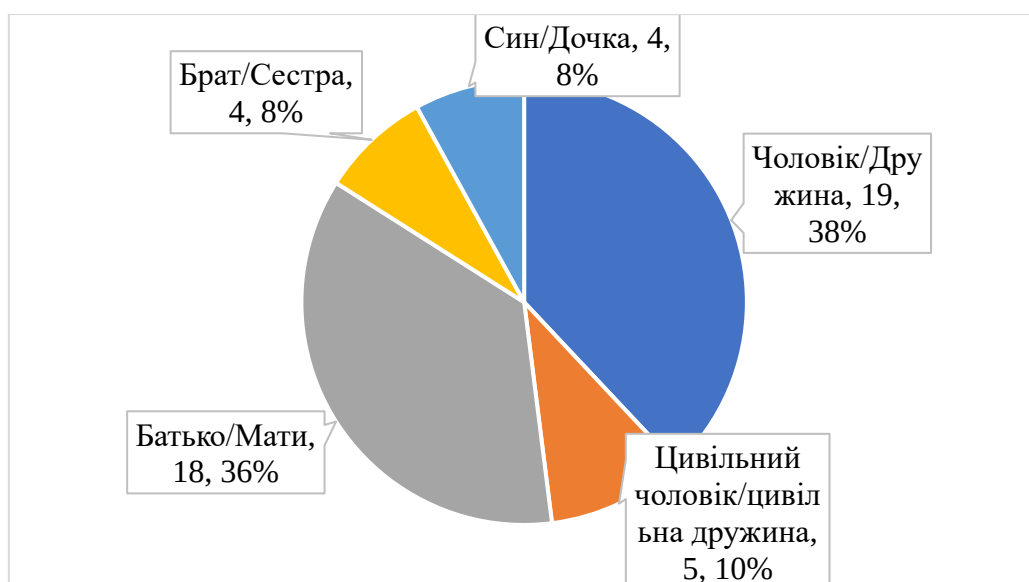


Рис.2.3. Ступінь рідства з людиною, що зникла або перебуває в полоні

Як видно на рис.2.3, найбільшу питому вагу у вибірці займають категорії: дружина: 19 осіб (38 %); батько/мати: 18 осіб (36 %).

Характеристика вибірки за статусом родича наведена на рис.2.4.

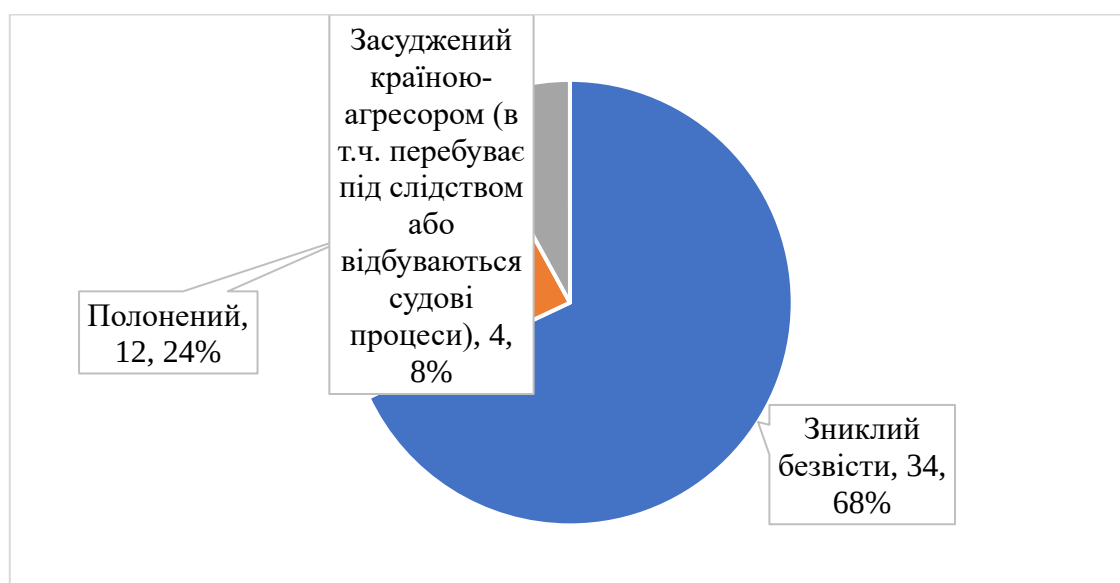


Рис.2.4. Статус родича

Як видно на рис.2.4, більшість родичів респондентів знаходяться в статусі «зниклі безвісті»: 34 особи (68 %); в полоні перебувають 12 осіб (24 %), засудженими країною-агресором є 4 особи (8 %).

Офіційне підтвердження про зникнення або перебування в полоні мають 47 осіб (94 %) (рис. 2.5.).

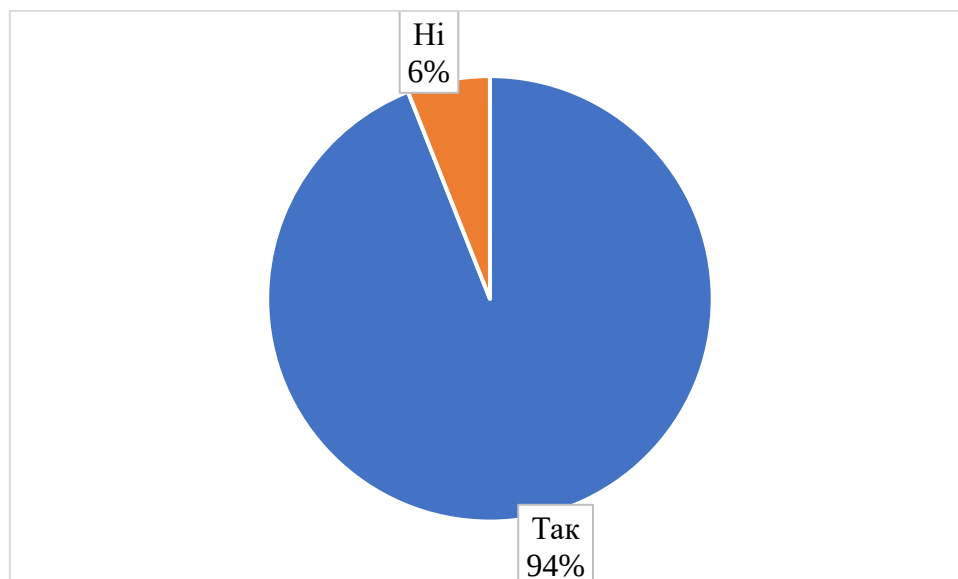


Рис.2.5. Офіційне підтвердження про зникнення або перебування в полоні

Як видно на рис.2.5., 3 родичів не мають офіційного підтвердження про зникнення або перебування в полоні.

Розподіл вибірки за терміном зникнення або перебування в полоні членів родин наведено на рис.2.6.

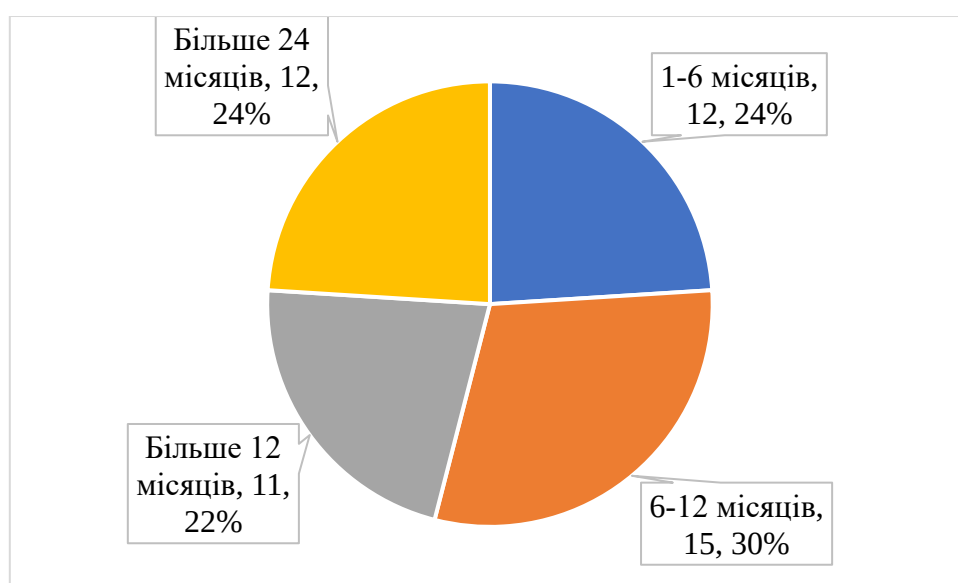


Рис. 2.6. Розподіл вибірки за терміном зникнення або перебування в полоні членів родин

Як видно на рис.2.6, більшість родичів зникли безвісті або знаходяться в полоні 6-12 місяців: 15 осіб (30 %).

1-6 місяців (24 %): 12 осіб та більше 24 місяців (24 %): 12 осіб; більше 12 місяців (22 %): 11 осіб.

Репрезентативність вибірки означає, що обрана група респондентів (в даному випадку 50 осіб) адекватно відображає характеристики загальної популяції, яку ми досліджуємо. У нашому випадку це члени родин полонених та зниклих безвісті. Репрезентативна вибірка дозволяє робити узагальнення про психологічний стан всієї популяції на основі отриманих даних. Хоча 50 осіб може бути достатньо для первинного аналізу, для досягнення більшої точності та надійності результатів бажано мати більшу вибірку.

2.2. Аналіз результатів анкетного опитування.

За розробленою анкетою нами було визначено поточний психологічний стан членів родин зниклих безвісті та полонених.

Результати анкетування наведені на рис. 2.7-2.11.

На питання: Як ви оцінюєте свій психологічний стан за останні 6 місяців? Відповіді розподілились наступним чином (рис.2.7).

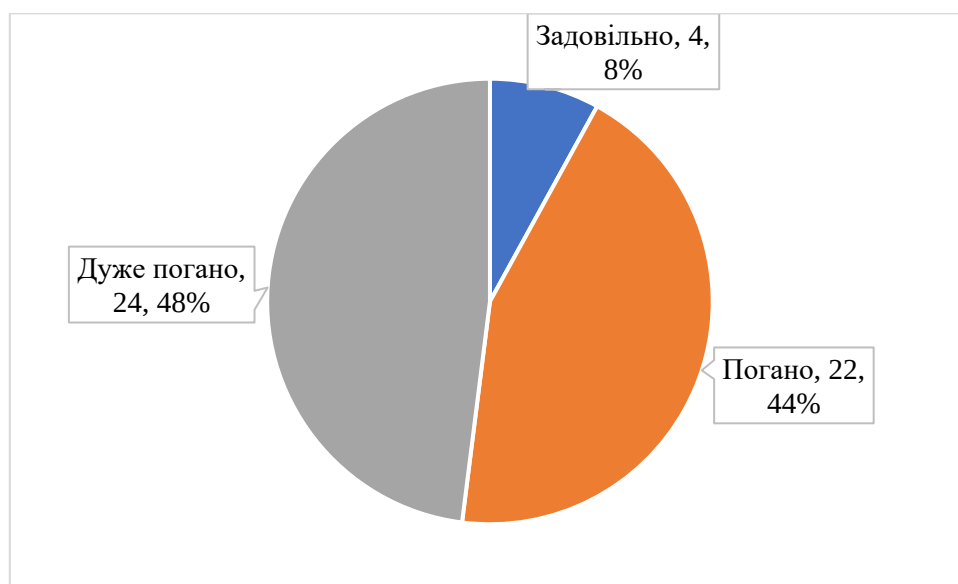


Рис.2.7. Результат самооцінки психологічного стану

Як можна побачити на рисунку 2.7, задовільний психологічний стан має лише 4 особи (8 %) у загальному складі вибірки. Ця група родичів відчуває відносну стабільність у своєму емоційному стані. Вони можуть справлятися з труднощами, пов'язаними зі зникненням або полонем своїх близьких, і демонструють певний рівень адаптації до ситуації.

Наприклад, одна жінка (Л. 36 років), чий чоловік зник безвісти, активно займається волонтерською діяльністю, підтримує інших родичів і бере участь у громадських акціях, що допомагають привернути увагу до проблеми.

Батько (І. 64 роки), син якого перебуває в полоні, регулярно відвідує психолога і практикує техніки релаксації, що допомагає йому зберігати спокій і не впадати в депресію.

Поганий психологічний стан має 22 особи (44 %). Ця група людей відчуває значний стрес і тривогу. Вони мають труднощі в повсякденному житті, відчувають відчай або безнадійність, але все ще здатні виконувати основні функції.

Наприклад, жінка (К. 38 років), чий брат зник безвісти, часто відчуває тривогу та безсоння. Вона намагається підтримувати зв'язок з іншими родичами, але іноді відчуває себе ізольованою.

Чоловік (О. 48 років), який чекає на звістку про свого сина, відчуває часті перепади настрою. Він може бути активним у соціальних мережах, але в особистому спілкуванні виглядає замкнутим і розгубленим.

Про дуже поганий психологічний стан наголошує 24 особи (48 %). Ця група родичів переживає сильні емоційні труднощі, такі як депресія, панічні атаки або посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Вони можуть відчувати безнадійність і втрату сенсу життя.

Наприклад, жінка (Н. 34 роки), чий чоловік був взятий у полон, страждає від важкої депресії. Вона не може виконувати повсякденні обов'язки, часто плаче і відмовляється від соціальних контактів. Донька (Л. 22 роки), батько якої зник безвісти під час бойових дій, постійно переживає панічні атаки. Вона не може спати вночі через страх і тривогу за долю батька.

Психологічний стан родичів зниклих безвісти та полонених військових варіюється від задовільного до дуже поганого. Ця різноманітність станів свідчить про різні способи адаптації до стресових умов та потребу в підтримці для покращення їхнього емоційного здоров'я. Важливо забезпечити родинам доступ до психологічної допомоги та підтримки для полегшення їхніх переживань.

На запитання: Чи зверталися ви за психологічною допомогою? Відповіді розподілилися наступним чином (рис.2.8)

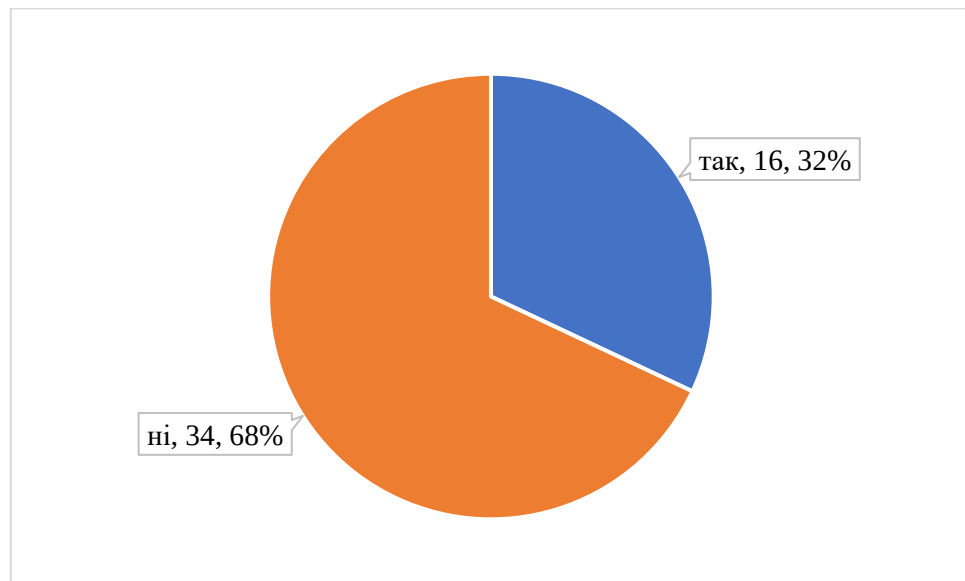


Рис.2.8. Звернення за психологічною допомогою

Як можна побачити на рис. 2.8, за психологічною допомогою звертались лише 16 осіб у вибірці (32 %). За результатами опитування, 5 осіб відвідували індивідуальні консультації психолога, 7 осіб зверталися до гарячої лінії та телефону довіри, 3 особи користувалися підтримкою соціальних служб.

Втім, лише 5 з 16 вважають, що отримана підтримка була ефективною. 9 респондентів зауважили на те, що психологічна підтримка лише частково допомогла покращити психологічний стан.

На запитання: Як змінилися ваші життєві обставини відповіді розподілилися наступним чином (рис. 2.9)

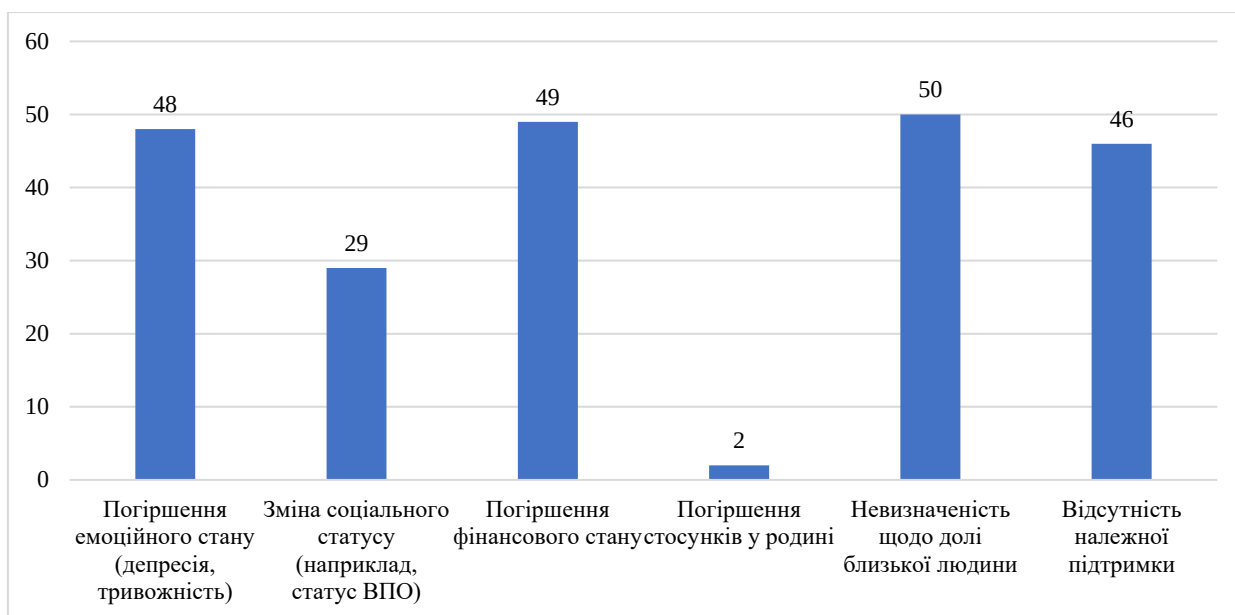


Рис.2.9. Зміна життєвих обставин

Як видно на рис.2.9, всі опитані (100 %) відчують невизначеність щодо долі близької людини. 48 осіб (96 %) відчувають погіршення емоційного стану (депресія, тривожність), 49 осіб (98 %) зауважують про погіршення фінансового стану. Слід зазначити на те, що 46 осіб (92 %) підкреслюють відсутність належної підтримки з боку держави, психологічних та соціальних служб, громадських організацій та ін.

На запитання: Як часто ви відчуваєте тривогу або страх за свого зниклого/полоненого родича? відповіді розподілилися наступним чином (рис.2.10).

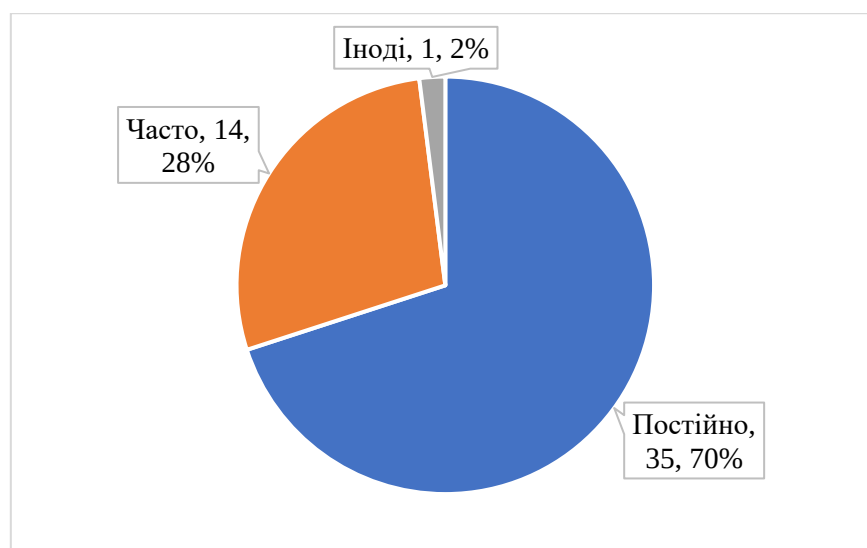


Рис.2.10. Частота відчуття тривоги та страху

Як видно на рис.2.10, більшість: 35 опитаних (70 %) постійно відчують тривогу та страх за родичів, 14 осіб з числа опитаних (28 %) часто відчують страх та тривогу, іноді відчуває страх та тривогу лише 1 респондент (2 %)

Згідно з даними, представленими на рис. 2.10, психологічний стан опитаних осіб, які є родичами зниклих безвісти або полонених, характеризується високим рівнем тривоги та страху.

Більшість респондентів (35 осіб) зазначили, що постійно відчують тривогу та страх за своїх близьких. Це вказує на хронічний стрес, який може бути наслідком невизначеності щодо долі родичів, а також відсутності інформації про їхнє місцезнаходження та стан. Головною причиною тривоги та страху є невідомість щодо долі зниклих, відчуття безпорадності та неможливість вплинути на ситуацію, соціальний тиск і підтримка інших родичів, які переживають подібні почуття.

14 респондентів вказали, що часто відчують страх і тривогу. Це може свідчити про те, що хоча їхній стан не є настільки критичним, як у більшості, але все ж вони переживають значні емоційні труднощі. Періодичні новини або чутки про військові дії або полонених, які можуть викликати хвилі тривоги.

Лише один респондент зазначив, що іноді відчуває страх і тривогу. Це може свідчити про те, що ця особа має інші механізми coping (подолання стресу) або менше залучена в ситуацію. Можливо, ця особа має більше ресурсів для управління своїми емоціями, таких як підтримка з боку друзів або професійна допомога.

Отже, переважна більшість опитаних постійно відчуває тривогу та страх, що свідчить про серйозний психологічний тягар, який вони несуть через невизначеність щодо долі своїх близьких.

Різниця в рівнях тривоги серед респондентів вказує на різні способи адаптації до стресових умов.

Високий рівень тривоги серед родичів свідчить про потребу в суспільному обговоренні проблеми зниклих безвісти і полонених, а також у

розробці політик, які б сприяли їхньому поверненню та забезпечували інформаційну підтримку для родин.

Загалом, результати опитування вказують на критичну потребу в психологічній допомозі для родичів зниклих безвісти та полонених військових, а також на важливість соціальної підтримки в цей складний час.

На запитання: Чи маєте ви проблеми зі сном (безсоння, нічні кошмари)? Відповіді розподілилися наступним чином (рис. 2.11).

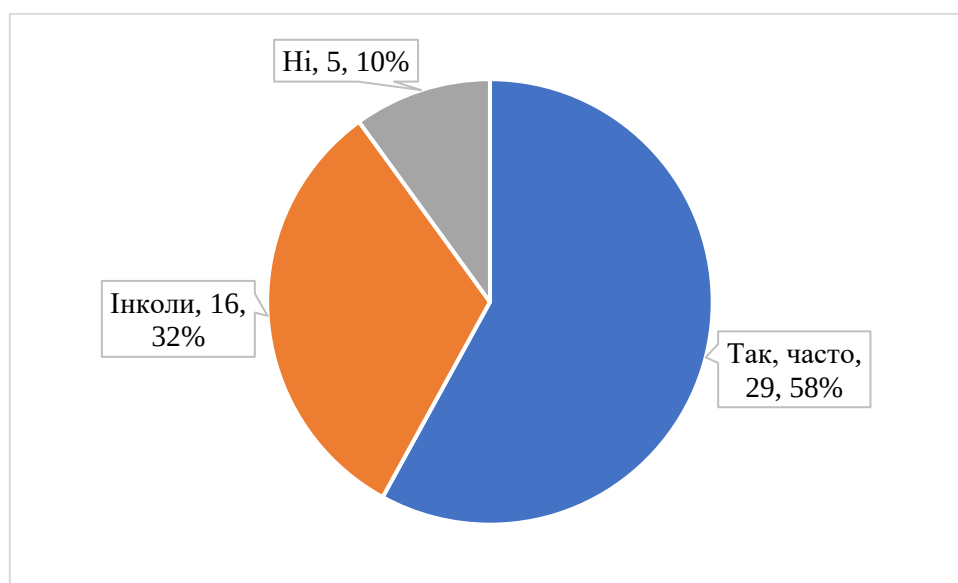


Рис.2.11. Проблеми зі сном

Результати анкетного опитування, представлені на рис.2.11 свідчать про те, що більшість опитаних: 29 осіб (58 %) мають серйозні проблеми зі сном. Це свідчить про значний рівень порушень сну серед респондентів, що може бути наслідком стресу, тривоги та емоційних переживань, пов'язаних із ситуацією зниклих безвісти або полонених.

32 % респондентів (16 осіб) зазначають, що інколи стикаються з безсонням та нічними кошмарами. Це може вказувати на те, що навіть ті, хто не має постійних проблем зі сном, все ще піддаються впливу стресових факторів, які можуть викликати епізодичні порушення сну. Лише 10 % (5 осіб) не мають проблем зі сном. Цей показник підкреслює, що більшість

респондентів страждають від порушень сну, що може негативно впливати на їхнє загальне самопочуття та якість життя.

Високий рівень проблем зі сном серед опитаних вказує на критичну потребу в психологічній підтримці та терапії. Це може включати індивідуальні консультації, групи підтримки або програми для покращення якості сну.

Проблеми зі сном можуть призвести до подальших ускладнень, таких як хронічна втома, зниження працездатності, підвищений рівень тривоги та депресії. Це підкреслює важливість вирішення цих проблем для покращення загального стану респондентів.

Результати опитування свідчать про серйозні проблеми зі сном у більшості опитаних, що вимагає термінового реагування з боку фахівців у сфері психології та медицини для надання необхідної підтримки та допомоги.

На запитання: Наскільки ви відчуваєте підтримку від оточуючих людей? (шкала від 1 до 10) відповіді розподілилися наступним чином (табл.2.1).

Таблиця 2.1.

Результати статистичного аналізу за показником (відчуття підтримки від оточуючих людей)

Descriptive Statistics						
Критерій	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Dispersion
Відчуття підтримки	50	2	9	5,8912	3,0874	1,0937

Як видно в табл.2.1, мінімальне значення (Minimum) складає 2 бали. Найнижчий рівень відчуття підтримки серед респондентів становить 2. Це свідчить про те, що деякі учасники відчувають дуже низький рівень підтримки. Максимальне значення (Maximum): 9. Найвищий рівень відчуття підтримки становить 9, що вказує на те, що деякі респонденти мають дуже високий рівень відчуття підтримки.

Середнє значення (Mean): 5,8912 свідчить про те, що середній рівень відчуття підтримки близький до 6, що свідчить про те, що в цілому респонденти мають помірний рівень відчуття підтримки.

Середнє квадратичне відхилення (Std. Deviation): 3,0874 вказує на те, наскільки сильно результати варіюються від середнього. Високе значення стандартного відхилення (приблизно 3) свідчить про значну різницю в рівнях відчуття підтримки серед респондентів. Дисперсія (Dispersion): 1,0937 є мірою того, як далеко розкинуті значення від середнього. У даному випадку вона також вказує на те, що є досить велика варіативність у даних.

Результати свідчать про значну варіативність у відчутті підтримки серед респондентів. Наявність як дуже низьких (2), так і дуже високих (9) оцінок вказує на те, що досвід підтримки може суттєво відрізнятися у різних осіб.

Середнє значення близько 5,89 вказує на те, що більшість респондентів мають помірний рівень підтримки. Це може свідчити про те, що хоча деякі люди відчувають високу підтримку, багато інших можуть відчувати недостатність у цьому аспекті. Важливо звернути увагу на 7 респондентів, які мають низький рівень відчуття підтримки (оцінка 2), оскільки це може свідчити про потребу в додатковій допомозі або ресурсах для покращення їхнього емоційного стану.

На запитання: Чи відчуваєте ви ізоляцію або соціальну відчуженість через ситуацію? Відповіді розподілилися наступним чином (рис. 2.12)

Як видно на рис.2.12, 22 опитаних (44 %) постійно відчувають ізоляцію або соціальну відчуженість, 17 осіб (34 %) іноді відчувають дані почуття. Лише 11 осіб (22 %) не відчувають ізоляцію. Це жінки, що приймають активну участь у громадських об'єднаннях та волонтерських рухах.

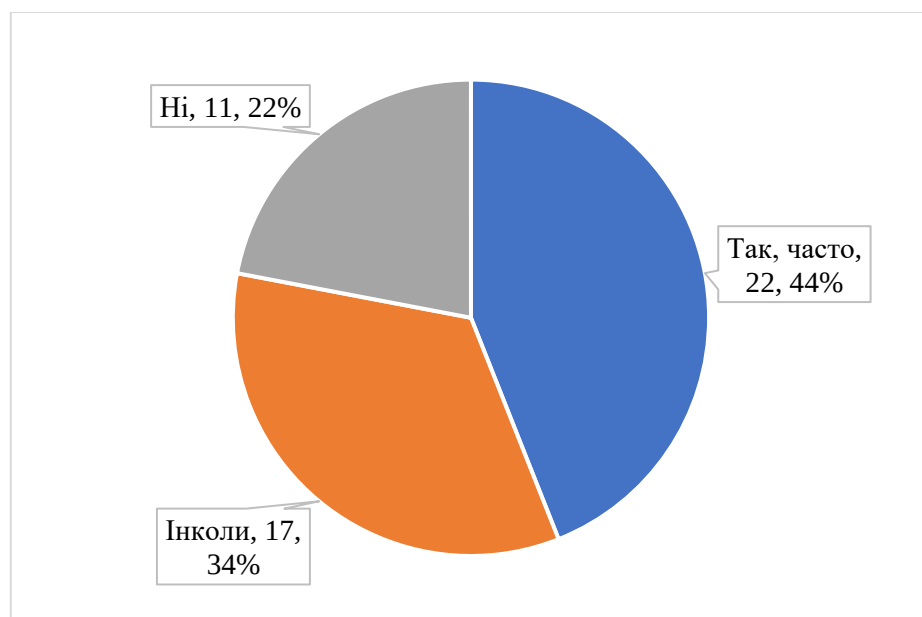


Рис.2.12. Відчуття ізоляції або соціальної відчуженості

На запитання: Які ресурси вам потрібні для подолання труднощів? (можна вибрати кілька варіантів) відповіді розподілилися наступним чином (рис.2.13).

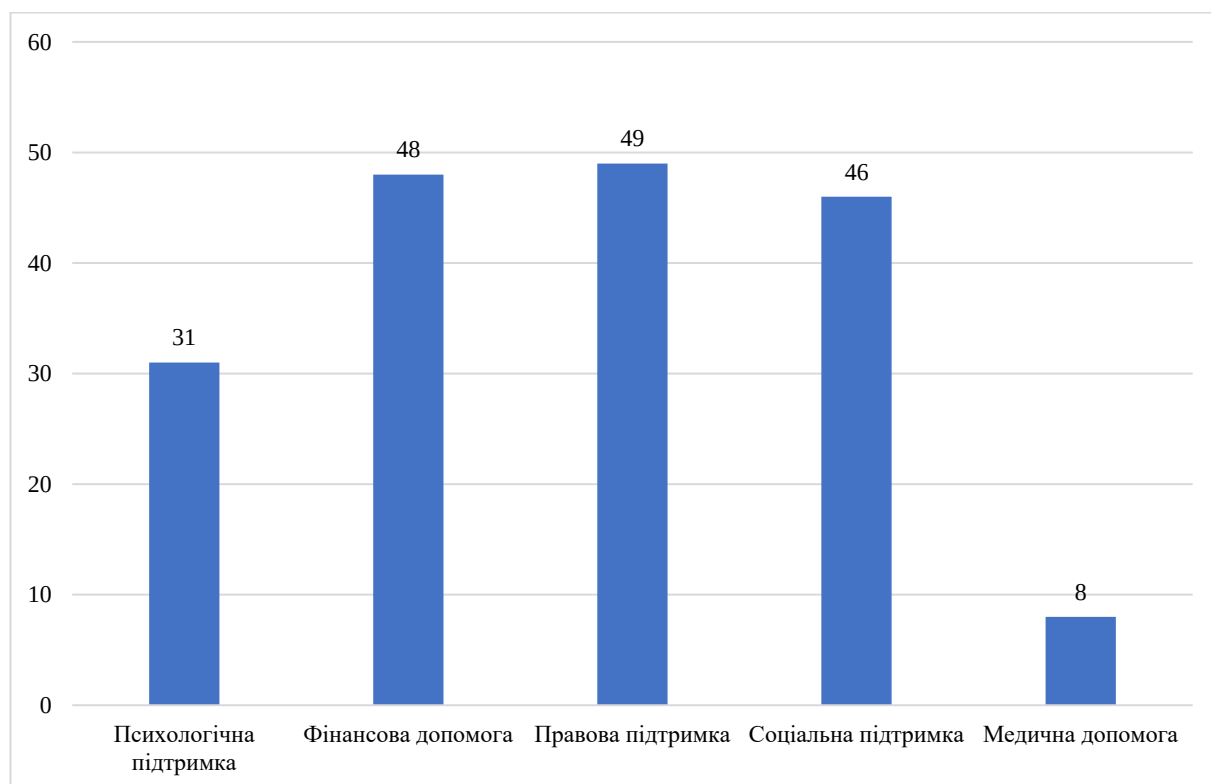


Рис.2.13. Ресурси, що потрібні для подолання труднощів

Ідентифікація специфічних потреб родичів полонених та зниклих безвісти, що потрібні для подолання труднощів наведена на рис.2.13 є важливим аспектом для надання ефективної соціальної та емоційної допомоги. Потреби цих родичів можуть змінюватися залежно від стадії переживання горя, що визначається різними психологічними моделями, зокрема моделлю Кюблер-Рос, яка включає п'ять стадій: заперечення, гнів, торг, депресія та прийняття.

На стадії заперечення родичі можуть відмовлятися приймати реальність ситуації. Вони можуть сподіватися на те, що їхній близький все ще живий або що інформація про їх зникнення не є правдивою.

Потребами родичів на даної стадії є: інформаційна підтримка (необхідно надати чітку і достовірну інформацію про стан справ); емоційна підтримка (психологічні консультації можуть допомогти подолати почуття заперечення).

На стадії гніву родичі можуть відчувати гнів, направлений на себе, інших людей або навіть на систему, яка не може надати відповіді.

Головними потребами на даної стадії є: соціальна підтримка (групи підтримки можуть стати безпечним простором для висловлення емоцій); психологічна допомога (професійні психологи можуть допомогти в управлінні гнівом і навчити методам саморегуляції).

На стадії торгу родичі можуть намагатися знайти способи змінити ситуацію або повернути час назад через «торг» із собою чи вищими силами.

Потребами даної стадії є: емоційна підтримка (психологи можуть допомогти в усвідомленні і прийнятті ситуації); інформаційні ресурси: Надання інформації про можливі дії, які можуть бути вжиті для пошуку близьких.

Стадія депресії характеризується відчуттям безнадійності та глибокої печалі є характерними для цієї стадії. Родичі можуть відчувати втрату інтересу до життя.

Потребами даної стадії є: психологічна підтримка (необхідна активна допомога психологів для подолання депресивних станів); соціальна інтеграція (залучення до соціальних заходів може допомогти у виході з ізоляції).

На стадії прийняття родичі починають приймати реальність ситуації і знаходять способи жити далі. Нажаль, на даної стадії знаходиться лише 2 людини у вибірці.

Потребами на даної стадії є: емоційна та соціальна підтримка (групи підтримки та програми реабілітації можуть допомогти у відновленні соціальних зв'язків); довгострокова психологічна підтримка (підтримка в адаптації до нової реальності та розвитку нових життєвих цілей).

Отже, потреби родичів полонених і зниклих безвісти варіюються залежно від стадії горя. Це вимагає індивідуалізованого підходу до кожного випадку.

Ефективна допомога повинна включати як соціальну, так і емоційну підтримку, враховуючи специфічні потреби на кожній стадії переживання горя. Психологи та соціальні працівники повинні бути залучені на всіх етапах, щоб забезпечити належну підтримку та допомогу родичам.

Групи підтримки можуть бути корисними для всіх стадій горя, оскільки вони забезпечують платформу для обміну досвідом і емоціями.

Загалом, розуміння специфічних потреб родичів полонених та зниклих безвісти залежно від стадії горя є ключем до надання ефективної та чуйної підтримки, що може суттєво полегшити їхній шлях до відновлення.

На запитання: Як часто ви отримуєте новини про ситуацію зі зниклим родичем? відповіді розподілилися наступним чином (рис.2.14).

Як можна побачити на рисунку 2.14, регулярно отримують інформацію про своїх родичів лише 3 особи у вибірці (6 %). Інколи отримують інформацію 26 осіб (52 %). Дуже рідко 20 осіб (40 %).

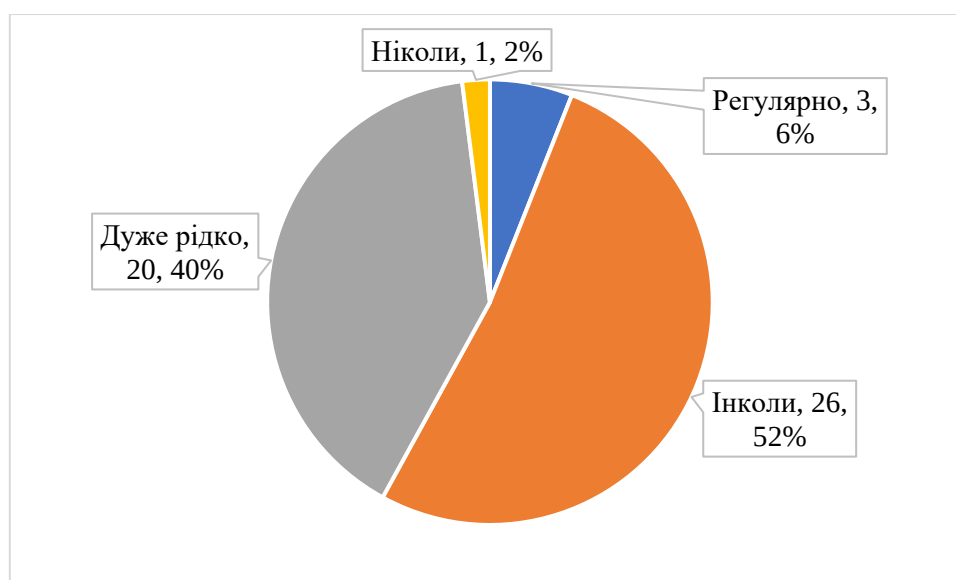


Рис.2.14. Частота отримання новин про родичів

Загалом всі родичі отримують інформацію від державних органів та відкритих джерел (наприклад, телеграм-канали). Деякі з родичів полонених налади зв'язок та отримують офіційні відповіді від представників країни-агресора, інформацію від Міжнародного Комітету Червоного Хреста (МКЧХ).

Але, оцінка ефективності комунікації з державними органами та організаціями з питань родича оцінюється опитаними як недостатньо ефективна.

В результаті аналізу отриманих результатів анкетування нами були виявлені прогалини у підтримці родичів зниклих безвісті та полонених, наданій державними та громадськими структурами:

1. Інформаційна підтримка:

Недостатня доступність інформації: родичі часто стикаються з відсутністю чіткої і зрозумілої інформації про статус своїх близьких, процедури пошуку та отримання допомоги. Відсутність централізованих ресурсів: немає єдиного інформаційного центру, де можна було б отримати всю необхідну інформацію про права, процедури та ресурси.

2. Психологічна підтримка:

Обмежений доступ до психологічних консультацій: багато родичів не мають можливості отримати професійну психологічну допомогу через брак ресурсів або відсутність кваліфікованих спеціалістів. Стигматизація проблем психічного здоров'я: у нашому суспільстві до сьогодні існує стигма щодо звернення за психологічною допомогою, що заважає людям шукати підтримку.

3. Соціальна підтримка:

Низький рівень соціальної інтеграції: родичі зниклих безвісти та полонених можуть відчувати ізоляцію та відчуження від суспільства, що погіршує їхній емоційний стан. Відсутність груп підтримки: необхідні програми або групи, де родичі можуть ділитися своїм досвідом та отримувати емоційну підтримку від однодумців.

4. Правова підтримка:

Недостатня правова допомога: родичі можуть не знати своїх прав або не мати доступу до юридичних консультацій, що ускладнює їхнє становище. Складнощі в отриманні компенсацій: процедури отримання компенсацій або допомоги можуть бути заплутаними і недоступними для багатьох.

5. Взаємодія з державними структурами:

Неузгодженість дій між різними органами: відсутність координації між державними установами, що займаються питаннями зниклих безвісти, може призводити до втрати інформації та затримок у процесах.

Недостатня увага до потреб родичів: державні програми не враховують специфічні потреби родичів, що призводить до їхньої незадоволеності.

6. Освітні програми: Брак інформаційних кампаній: відсутність освітніх програм для суспільства про проблеми, з якими стикаються родичі полонених і зниклих безвісти, може сприяти нерозумінню та дискримінації.

Отже, ідентифікація специфічних потреб підтримки родичів полонених та зниклих безвісти є важливим аспектом для надання ефективної соціальної та емоційної допомоги. Потреби цих родичів можуть змінюватися залежно від стадії переживання горя, що визначається різними психологічними моделями,

зокрема моделлю Кюблер-Рос, яка включає п'ять стадій: заперечення, гнів, торг, депресія та прийняття.

Результати опитування виявили основні потреби родичів полонених й зниклих безвісті та прогалини у підтримці родичів зниклих безвісті та полонених, наданій державними та громадськими структурами.

2.3 Результати оцінки психологічного стану членів родин безвісті зниклих та полонених

Далі за допомогою обраних психометричних тестів нами було оцінено психологічний стан членів родин полонених та зниклих безвісті.

Результати діагностики оцінки емоційного стану родичів полонених та безвісті зниклих представлені в табл.2.2.

Таблиця 2.2.

Статистичний аналіз результатів діагностики за методикою «Самооцінка емоційних станів (Personal Feelings Scales, PFS)» (констатувальний етап)

Descriptive Statistics						
Критерій	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Dispersion
тривога	50	4	10	8,2216	2,0964	1,7617
втома	50	3	10	7,2342	1,9533	2,3403
пригніченість	50	5	10	8,9598	1,8709	2,0160
безпорадність	50	8	10	9,3174	2,1105	1,0922
Сумарна оцінка, рівень	50	12	26	33,7330	3,9744	4,0375

Як видно з результатів статистичного аналізу наведеного в табл.2.2, загальний емоційний стан родичів полонених та зниклих безвісті є негативним та характеризується високими показниками тривоги, втоми, пригніченості та безпорадності (рис. 2.15).

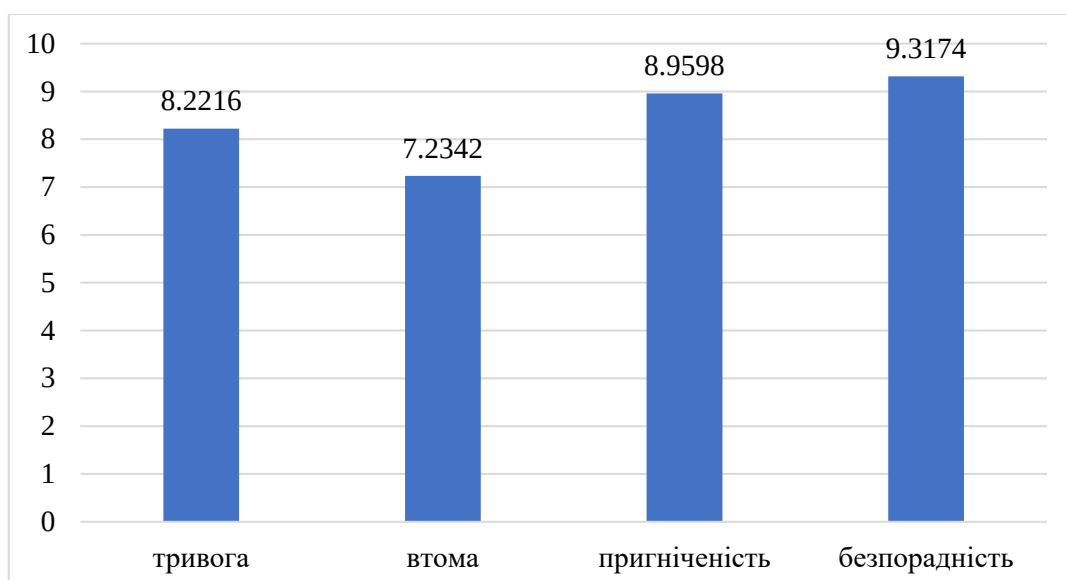


Рис. 2.15. Складові емоційного стану родичів полонених та зниклих безвісті

Згідно з результатами статистичного аналізу, наведеного на рис.2.15, загальний емоційний стан родичів полонених та зниклих безвісті характеризується низкою негативних емоційних проявів.

Високі показники тривоги свідчать про постійний стан занепокоєння та страху щодо долі близьких. Родичі відчувають невизначеність, що може призводити до хронічного стресу.

Показники втоми свідчать про емоційне та фізичне виснаження. Постійні переживання, пов'язані з невідомістю, можуть призводити до порушення сну, зниження продуктивності та загального погіршення якості життя.

Високий рівень пригніченості свідчить про депресивні симптоми, які виникають внаслідок втрати контролю над ситуацією і відсутності підтримки. Це може проявлятися у відчутті безнадії та безвиході.

Високі показники безпорадності вказують на те, що родичі відчувають себе безсилими у зміні ситуації. Це почуття може бути особливо руйнівним, оскільки воно підсилює інші негативні емоції, такі як тривога та пригніченість.

Загальний емоційний стан родичів полонених та зниклих безвісті є вкрай негативним. Це може мати серйозні наслідки для їхнього психічного і

фізичного здоров'я. Тривога, втома, пригніченість і безпорадність взаємопов'язані і можуть посилювати одна одну. Наприклад, постійна тривога може призводити до втоми, а втома – до збільшення почуття безпорадності.

Важливо забезпечити родичам полонених психологічну підтримку та ресурси для подолання цих негативних емоцій. Можливі заходи включають групи підтримки, консультації з психологами, а також програми для покращення психічного здоров'я.

Необхідно також звернути увагу на соціальні та правові аспекти вирішення ситуації родичів полонених. Відсутність інформації про їхніх близьких може посилювати відчуття тривоги і безпорадності.

Таким чином, результати аналізу підкреслюють важливість підтримки родичів полонених та зниклих безвісті для поліпшення їхнього емоційного стану та загального добробуту.

Далі нами було оцінено рівень невротизації родичів полонених та зниклих безвісті (табл.2.3).

Таблиця 2.3.

Статистичний аналіз результатів діагностики за методикою:

Рівень невротизації (В. Бойко)

(констатувальний етап)

Descriptive Statistics						
Критерій	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Dispersion
Рівень невротизації	50	26	39	37,0644	3,7411	2,0534

Згідно з даними, представленими в табл.2.3, результати діагностики рівня невротизації у вибірці з 50 осіб демонструють високий рівень невротизації, що підтверджується наступними показниками: середнє значення рівня невротизації (37,0644) свідчить про те, що в цілому учасники дослідження мають високий рівень невротизації. Це може вказувати на схильність до емоційних розладів, тривожності та стресу. Діапазон значень: мінімальний (26) і максимальний (39) рівні невротизації вказують на те, що в

групі є учасники з різними ступенями невротичних проявів. Однак навіть найнижчий показник (26) все ще свідчить про наявність певних невротичних симптомів. Стандартне відхилення (3,7411) та дисперсія (2,0534) вказують на те, що результати розподілені досить щільно навколо середнього значення, але все ж є певна варіативність у показниках невротизації серед учасників.

На рис.2.16 вибірку розподілене за рівнями невротизації.

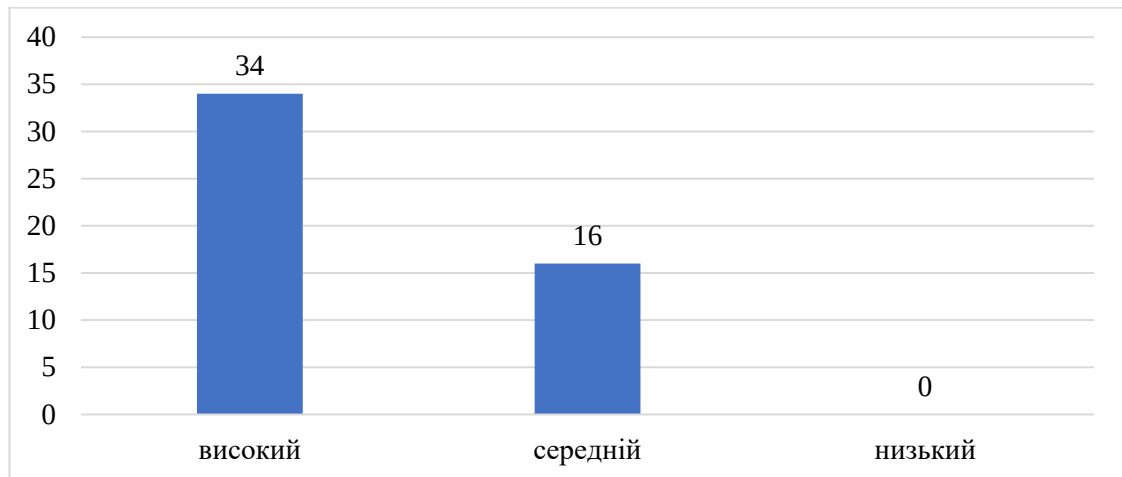


Рис.2.16. Рівні невротизації родичів полонених та зниклих безвісті

Як видно на рис.2.16, згідно з отриманими даними, результати дослідження рівня невротизації серед родичів полонених та зниклих безвісті свідчать про значний вплив стресових ситуацій на психоемоційний стан респондентів.

Високий рівень невротизації: 34 особи (68%) мають високий рівень невротизації. Це свідчить про те, що більшість респондентів переживають сильний емоційний дискомфорт, пов'язаний із ситуацією зникнення або полону їхніх близьких. Середній рівень невротизації: 16 осіб (32%) виявили середній рівень невротизації. Це може свідчити про те, що ці респонденти також відчувають певний рівень стресу та тривожності, але в меншій мірі порівняно з першою групою. Низького рівня невротизації в групі не було виявлено, що підкреслює загальну напруженість і емоційний тягар, з яким стикаються родичі полонених та зниклих безвісті.

Результати дослідження чітко вказують на те, що більшість респондентів (68%) переживають високий рівень невротизації, що може бути

наслідком постійного стресу, пов'язаного зі зникненням їхніх близьких. Ця ситуація може викликати тривогу, депресію та інші негативні емоційні реакції.

Враховуючи відсутність респондентів з низьким рівнем невротизації, важливо розглянути можливість надання психологічної підтримки та консультацій для родичів полонених і зниклих безвісті. Психологічна допомога може допомогти їм справитися з емоційним навантаженням і знизити рівень тривожності.

Далі нами було визначено показник нервово-психічної напруги родичів полонених та зниклих безвісті (табл. 2.4). Нервово-психологічна напруга (НПН) – це стан, що характеризується підвищеним рівнем стресу, тривоги та емоційного напруження, який виникає внаслідок психоемоційних навантажень, конфліктних ситуацій або тривалого переживання стресових факторів. НПН може проявлятися в фізичних, емоційних та поведінкових симптомах, таких як безсоння, дратівливість, зниження концентрації уваги, головні болі та інші фізичні прояви.

Таблиця 2.4.

Статистичний аналіз результатів дослідження показника нервово-психічної напруги родичів полонених та зниклих безвісті за методикою:

Шкала нервово-психічної напруги (НПН) (Т. Нємчин)

(констатувальний етап)

Descriptive Statistics						
Критерій	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Dispersion
Нервово-психічна напруга	50	55	89	78,3507	6,1123	3,3716

Як видно в табл.2.4, середнє значення у вибірці показника нервово-психічної напруги становить 78,3507. Це свідчить про те, що в цілому респонденти мають високий рівень нервово-психічної напруги.

Мінімальний показник нервово-психічної напруги серед респондентів становить 55, що вказує на певний рівень стресу. Максимальний показник у

вибірці на рівні 89 свідчить про високий рівень нервово-психічної напруги у деяких учасників.

Стандартне відхилення (6,1123) вказує на те, що дані мають помірний розподіл навколо середнього значення. Це означає, що рівень нервово-психічної напруги варіюється серед респондентів, але не дуже сильно. Дисперсія (3,3716) підтверджує результати стандартного відхилення, вказуючи на те, що існує певна варіативність у рівнях нервово-психічної напруги серед учасників.

Результати свідчать про загальний високий рівень нервово-психічної напруги серед родичів полонених та зниклих безвісті, що може бути наслідком тривожних обставин, пов'язаних із їхніми близькими.

На рис.2.17 вибірку розподілене за рівнями нервово-психологічної напруги.

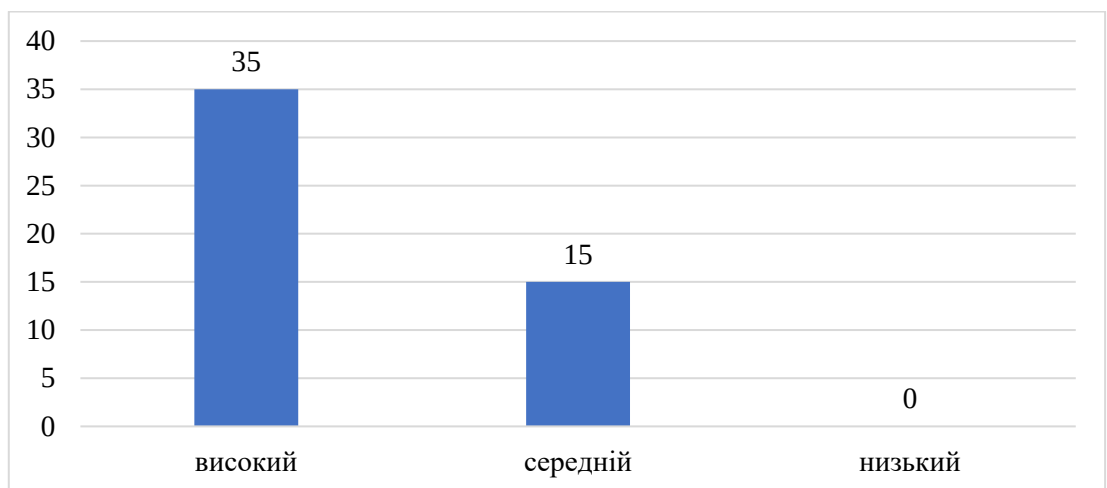


Рис.2.17. Рівні нервово-психологічної напруги родичів полонених та зниклих безвісті

Як видно на рис. 2.17, 35 осіб (70 % респондентів) мають високий рівень нервово-психологічної напруги. Це свідчить про те, що більшість учасників дослідження перебувають у стані значного стресу, що може бути наслідком переживань за своїх близьких, які є полоненими або зниклими безвісти. 15 осіб (30 % респондентів) мають середній рівень НПН. Це вказує на те, що ці особи можуть відчувати певний рівень стресу, але він не є критичним. Низького

рівня НПН в групі не було виявлено. Це може свідчити про відсутність учасників, які б не відчували жодного стресу у зв'язку з ситуацією з полоненими та зниклими безвісти.

Висновки до розділу 2.

Результати дослідження підтверджують, що більшість родичів полонених та зниклих безвісти перебувають у стані високого стресу. Це може негативно впливати на їхнє психоемоційне здоров'я та якість життя.

Таким чином, результати свідчать про серйозні виклики, з якими стикаються родичі полонених та зниклих безвісти, і підкреслюють важливість своєчасної психологічної підтримки для покращення їхнього психічного здоров'я.

РОЗДІЛ 3

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РОДИНАМ ЗНИКЛИХ БЕЗВІСТІ ТА ПОЛОНЕНИХ

3.1. Рекомендації щодо вдосконалення існуючих форм підтримки родин зниклих безвісти та полонених.

З початку повномасштабного вторгнення російської федерації у лютому 2022 року на територію нашої країни, питання підтримки родин зниклих безвісти та полонених набуло особливої актуальності. Війна не лише приносить фізичні руйнування, але й завдає глибоких психологічних травм, які можуть тривати десятиліттями.

Родини, які втратили своїх близьких, переживають величезний стрес і невизначеність. Відсутність інформації про місцезнаходження рідних може призводити до психологічних травм, депресії та тривожності. Дослідження показують, що підтримка таких родин є критично важливою для їхнього емоційного благополуччя. Вона допомагає зменшити відчуття ізоляції та безвиході, забезпечуючи соціальну підтримку та можливість обміну досвідом з іншими сім'ями, які пережили схожі втрати.

В Україні існує ряд державних та недержавних ініціатив, спрямованих на підтримку родин зниклих безвісти та полонених. Державні органи, такі як Міністерство соціальної політики та Міністерство оборони, працюють над створенням програм, що забезпечують фінансову допомогу, юридичну підтримку та психологічну реабілітацію.

Державні органи забезпечують правову підтримку родинам, допомагаючи їм оформлювати документи, подавати заяви про зникнення, а також представляти інтереси в судах. Міністерство соціальної політики та інші державні установи організовують програми психологічної допомоги, включаючи консультації з психологами та психотерапевтами.

Неприбуткові організації, такі як «Платформа прав людини» та «Ла Страда Україна», також активно залучаються до цієї роботи. Вони надають інформаційні ресурси, організовують групи підтримки і допомагають сім'ям встановлювати контакт з міжнародними правозахисними організаціями.

Міжнародні правозахисні організації здійснюють моніторинг ситуації з правами людини в Україні, включаючи випадки зникнення безвісти та утримання в полоні. Деякі міжнародні програми пропонують психологічну реабілітацію для родин, що пережили втрату або травму через війну.

Однак, незважаючи на існуючі ініціативи, родини зниклих безвісти та полонених стикаються з багатьма викликами. По-перше, нестача інформації про долю близьких людей ускладнює процес горювання. Багато родин зазнають труднощів у отриманні офіційних підтверджень або допомоги через бюрократичні перепони.

По-друге, психологічна підтримка часто є недостатньою. Багато родин не мають доступу до кваліфікованих психологів або психотерапевтів, що може призвести до хронічних стресових розладів.

По-третє, суспільне ставлення до теми зниклих безвісти та полонених може бути неоднозначним. Деякі родини відчують стигму або нерозуміння з боку оточуючих, що лише посилює їхнє відчуття ізоляції.

Необхідно продовжувати розвивати програми підтримки на державному та громадському рівнях, забезпечуючи доступ до інформації, психологічної допомоги та соціальної інтеграції. Лише через спільні зусилля суспільства можна зменшити страждання цих родин і допомогти їм знайти шлях до відновлення та спокою в умовах війни.

Вдосконалення існуючих форм підтримки родин зниклих безвісти та полонених є важливим кроком у забезпеченні соціальної справедливості та психологічної допомоги для тих, хто переживає цю складну ситуацію.

Нами було запропоновано декілька ключових рекомендацій, які ми детально опишемо нижче (табл.3.1).

Таблиця 3.1.

Заходи із вдосконалення існуючих форм підтримки родин зниклих безвісти та полонених

№	Захід	Мета	Опис
1	Створення єдиного інформаційного центру	Зменшити інформаційний вакуум і надати родинам необхідну підтримку	Забезпечити доступ до централізованого ресурсу, де родини можуть отримати актуальну інформацію про статус зниклих безвісти та полонених. Це може бути веб-сайт або гаряча лінія.
2	Психологічна підтримка	Поліпшити психоемоційний стан членів родини, надати їм можливість висловити свої переживання	Організувати безкоштовні консультації з психологами для родин, які переживають втрату чи невизначеність. Це можуть бути групові сесії або індивідуальні консультації.
3	Фінансова допомога	Полегшити фінансовий тягар на родини, які можуть втратити основного годувальника.	Запровадити програми фінансової підтримки для родин зниклих безвісти та полонених, включаючи одноразові виплати та щомісячні дотації.
4	Юридична допомога	Допомогти родинам зрозуміти їхні права та можливості	Організувати безкоштовну юридичну консультацію та підтримку в питаннях, пов'язаних з правами родин зниклих безвісти та полонених, включаючи питання спадщини, соціальних виплат тощо
5	Залучення громадськості та волонтерів	Зміцнити соціальні зв'язки та створити атмосферу підтримки	Створити програми залучення волонтерів для надання підтримки родинам, організації заходів на їхню користь, а також проведення інформаційних кампаній
6	Співпраця з міжнародними організаціями	Отримати експертну підтримку та ресурси для реалізації програм допомоги	Налагодити співпрацю з міжнародними організаціями, які займаються питаннями прав людини та допомоги постраждалим від конфліктів.
7	Інформаційні кампанії	Залучити увагу до потреб і проблем родин, сприяти формуванню підтримуючого середовища	Провести інформаційні кампанії для підвищення обізнаності суспільства про проблеми родин зниклих безвісти та полонених

В умовах війни в Україні питання інформаційної підтримки родин полонених та зниклих безвісти стає надзвичайно актуальним. Відсутність достовірної інформації, психологічна напруга та соціальна ізоляція – це лише деякі з викликів, з якими стикаються ці родини. Створення єдиного інформаційного центру (ЄІЦ) стане важливим кроком у наданні необхідної підтримки, інформації та ресурсів для цих людей.

Мета проекту полягає в створенні єдиного інформаційного центру, який забезпечить родичів полонених та зниклих безвісти:

- 1) достовірною інформацією про статус їхніх близьких;
- 2) психологічною підтримкою;
- 3) юридичною консультацією;
- 4) соціальними послугами та ресурсами.

Опишемо основні етапи реалізації проекту

1. Дослідження та аналіз потреб

Опитування родичів: провести анкетування серед родичів полонених і зниклих безвісти для виявлення їхніх потреб, запитів та проблем.

Аналіз існуючих ініціатив: вивчити досвід інших організацій, які працюють у цій сфері, для визначення кращих практик.

2. Розробка концепції центру

Структура центру: визначення ключових підрозділів центру:

Інформаційний відділ (для збору та поширення інформації).

Психологічна служба (для надання психологічної підтримки).

Юридичний відділ (для консультацій з правових питань).

Соціальні служби (для надання соціальної допомоги).

Функції центру:

– надання актуальної інформації про статус полонених і зниклих безвісти;

– організація груп підтримки та консультацій;

– проведення семінарів і тренінгів для родичів.

3. Формування команди

Набір фахівців: залучення психологів, юристів, соціальних працівників та волонтерів.

Навчання персоналу: проведення тренінгів для співробітників щодо специфіки роботи з родинами, які пережили травму.

4. Розробка інформаційної платформи

Створення веб-сайту: розробити інтуїтивно зрозумілий веб-сайт, де буде представлена вся необхідна інформація, контактні дані та ресурси.

Гарячі лінії: запустити гарячі лінії для оперативного зв'язку з родичами.

Соціальні мережі: створити сторінки в соціальних мережах для поширення інформації та залучення нових користувачів.

5. Взаємодія з державними та недержавними організаціями

Співпраця з державними установами: налагодити співпрацю з Міністерством оборони, правоохоронними органами та іншими державними структурами для отримання актуальної інформації.

Партнерство з НУО: співпраця з неурядовими організаціями, які вже працюють у цій сфері, для обміну досвідом та ресурсами.

6. Запуск центру

Офіційне відкриття: організувати урочисте відкриття центру з запрошенням представників медіа, державних структур та громадськості.

Промоція послуг: розпочати кампанію з інформування населення про діяльність центру через ЗМІ, соціальні мережі та місцеві громади.

7. Оцінка ефективності

Моніторинг і оцінка: регулярно проводити оцінку роботи центру через опитування користувачів, аналіз статистики звернень і результативності наданих послуг.

Корекція діяльності: на основі отриманих даних коригувати діяльність центру для покращення якості послуг.

Очікувані результати від реалізації заходу:

1. Забезпечення доступу до актуальної інформації: родичі отримають можливість швидко дізнаватися про статус своїх близьких.

2. Психологічна підтримка: зменшення рівня стресу і тривожності серед родин через регулярну психологічну допомогу.

3. Юридична допомога: підвищення обізнаності родичів щодо їхніх прав і можливостей у правовій сфері.

4. Соціальна інтеграція: формування спільноти підтримки серед родин, що сприятиме їхній соціалізації.

На нашу думку, створення єдиного інформаційного центру для родичів полонених та зниклих безвісти є важливим кроком у наданні необхідної підтримки цим людям в умовах війни. Проект передбачає комплексний підхід до вирішення проблем, з якими стикаються родини, і сприятиме їхньому відновленню та інтеграції в суспільство.

В умовах війни в Україні, питання зниклих безвісти та полонених стає дедалі актуальнішим. Родини, які переживають втрату близьких, часто стикаються з інформаційною ізоляцією, психологічним тиском та соціальною стигматизацією. Інформаційна кампанія, спрямована на підвищення обізнаності суспільства про проблеми цих родин, може стати важливим інструментом у підтримці їхніх прав і потреб.

Вона не лише інформує суспільство про масштаби проблеми, але й сприяє формуванню емпатійного середовища, де родини можуть отримати необхідну підтримку і допомогу. Реалізація такої кампанії вимагатиме зусиль з боку державних структур, неурядових організацій та активних громадян, але результати можуть суттєво змінити життя багатьох людей, які переживають важкі часи.

Згідно з даними правозахисних організацій, в умовах війни в Україні тисячі людей вважаються зниклими безвісти або перебувають у полоні. Це створює величезні емоційні та соціальні труднощі для їхніх родин. Відсутність інформації про статус близьких призводить до тривоги, депресії та соціальної ізоляції. На жаль, суспільство часто залишається недостатньо обізнаним про ці проблеми, що ускладнює процес підтримки постраждалих. Родини полонених і зниклих безвісти часто стикаються зі стигмою і нерозумінням з

боку суспільства. Це може призвести до ізоляції, відчуття провини та недостатньої підтримки з боку громади. Інформаційна кампанія має на меті змінити сприйняття цих родин, підвищуючи рівень емпатії та розуміння.

Основною метою інформаційної кампанії є підвищення обізнаності суспільства про проблеми родин зниклих безвісти та полонених, а також сприяння формуванню підтримуючого середовища для цих людей.

Завданнями кампанії є:

1. Інформування суспільства про масштаби проблеми.
2. Підвищення рівня емпатії та розуміння серед громадськості.
3. Сприяння залученню волонтерів і ресурсів для підтримки родин.
4. Формування платформ для обміну досвідом між родинами.

Стратегії реалізації кампанії

Проведення досліджень

Першим етапом кампанії є проведення соціологічних досліджень для визначення рівня обізнаності суспільства про проблеми родин зниклих безвісти та полонених. Це дозволить виявити ключові питання та проблеми, які потребують висвітлення.

Розробка інформаційних матеріалів

На основі отриманих даних необхідно створити інформаційні матеріали (буклети, плакати, відеоролики), які будуть містити: статистичні дані про кількість зниклих безвісти та полонених; історії родин, які пережили втрату близьких; поради щодо психологічної підтримки для родин; інформацію про організації, які можуть надати допомогу.

Для поширення інформації важливо залучити різноманітні медіа-канали:

- соціальні мережі: використання платформ Facebook, Instagram та Twitter для поширення інформації та залучення уваги до проблеми;
- традиційні ЗМІ: співпраця з газетами, радіо та телебаченням для висвітлення теми через новини та спеціалізовані програми;

– блогери та впливові особи: залучення відомих особистостей для підтримки кампанії.

Організація заходів

Проведення різноманітних заходів може суттєво підвищити обізнаність: конференції та семінари: залучення експертів для обговорення проблем родин зниклих безвісти; громадські акції: організація мітингів або акцій пам'яті для привернення уваги до проблеми; волонтерські програми: створення можливостей для громадян долучитися до допомоги родинам.

Нами була розроблена інформаційна кампанія для підвищення обізнаності суспільства про проблеми родин зниклих безвісти та полонених (табл.3.2):

Таблиця 3.2.

Програма інформаційної кампанії «Не забуваймо про тих, кого зараз з нами немає»

Тема кампанії «Не забуваймо про тих, кого зараз з нами немає»	акцент на важливості пам'яті та підтримки родин
Цільова аудиторія:	Загальне суспільство, волонтери, медіа, державні органи, освітні установи
Формати контенту:	Відеоматеріали з історіями родин, які пережили втрату
	Інфографіка, що ілюструє статистику зниклих безвісти та полонених
	Статті та блоги про психологічні аспекти втрати
Канали поширення:	Соціальні мережі (Facebook, Instagram, Twitter) для залучення молоді
	Місцеві ЗМІ для інформування ширшої аудиторії
	Партнерство з неурядовими організаціями для розповсюдження матеріалів

Події та акції:

1. Проведення акцій пам'яті, марші на підтримку родин.
2. Тематичні семінари та тренінги з обізнаності про права родин.

Волонтерська діяльність:

Залучення волонтерів для розповсюдження інформаційних матеріалів та організації заходів.

Створення волонтерських груп для підтримки родин.

Залучення експертів:

Запрошення психологів, соціологів для участі в інформаційних заходах.

Проведення вебінарів з фахівцями.

Збір коштів:

Організація благодійних внесків для підтримки родин та психологічних програм.

Оцінка ефективності:

Збір фідбеку від учасників кампанії.

Моніторинг зміни обізнаності через опитування до та після кампанії.

Кампанія повинна бути чутливою до емоцій родин і враховувати їхні потреби, щоб забезпечити підтримку та створити атмосферу розуміння та співчуття в суспільстві.

Очікувані результати:

1. Підвищення обізнаності: зростання рівня знань суспільства про проблеми родин зниклих безвісти та полонених.

2. Зміна сприйняття: зменшення стигматизації родин через підвищення рівня емпатії.

3. Залучення ресурсів: зростання кількості волонтерів і донорів для підтримки постраждалих.

4. Формування спільноти: створення мережі підтримки для родин, що пережили втрату близьких.

Розроблені рекомендації можуть стати основою для розробки комплексної програми підтримки родин зниклих безвісти та полонених, яка враховує їхні потреби і забезпечує необхідну допомогу в складний час.

3.2. Прогнози та перспективи розвитку психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни.

В умовах війни, що триває в Україні, особливо гостро постає проблема покращення психологічного стану родин зниклих безвісти та полонених.

Родини зниклих безвісти та полонених переживають важкі емоційні стани. Втрата близьких, невизначеність та страх за їхню долю створюють значний емоційний тягар для цих родин. Психологічна підтримка стає важливим елементом у процесі адаптації до нових реалій, відновлення психічного здоров'я та соціальної інтеграції.

Згідно з даними проведеного дослідження представленими в Розділі 2, родини, які зазнали втрат через зникнення безвісти або полон, часто стикаються з такими психологічними проблемами, як депресія, тривожність, втома, пригніченість, безпорадність та соціальна ізоляція. В умовах війни ці проблеми набувають особливої актуальності, оскільки стресові фактори, пов'язані з конфліктом, можуть посилювати психологічні труднощі. Важливою є не лише індивідуальна терапія, а й групова підтримка, яка дозволяє родинам ділитися досвідом і знаходити спільні рішення.

Сучасні підходи до психологічної підтримки включають до себе:

1. Індивідуальну терапію: психотерапевтичні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) та EMDR (десенсибілізація та переробка травматичних спогадів), показали свою ефективність у лікуванні ПТСР. Вони допомагають людям усвідомити свої переживання і знайти способи їх подолання.

2. Групову терапію: групи підтримки, організовані як на базі державних установ, так і недержавних організацій, забезпечують платформу для обміну досвідом. У таких групах учасники можуть отримати емоційну підтримку і почуття спільності, що є важливим для подолання почуття ізоляції.

3. Онлайн-підтримку: у зв'язку з пандемією COVID-19 та війною, багато психологів перейшли на онлайн-формат роботи. Це дозволяє забезпечити доступ до психологічної допомоги навіть у віддалених регіонах, де немає можливості отримати підтримку особисто.

4. Психосоціальні програми: інтеграція психологічної підтримки з соціальними послугами може значно підвищити ефективність допомоги. Це включає в себе не лише психотерапію, а й допомогу в отриманні фінансової та юридичної підтримки.

Нами було розроблено модель психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених повинна враховувати специфіку їх переживань та потреб. Покрокова модель психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених є комплексним підходом до вирішення їхніх проблем. Вона включає в себе оцінку потреб, формування груп підтримки, індивідуальне консультування, інформаційну підтримку та соціальну інтеграцію. Впровадження цієї моделі може суттєво покращити якість життя цих родин і сприяти формуванню більш емпатійного суспільства (рис.3.1).



Рис.3.1. Модель психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених.

Крок 1: Оцінка потреб.

1.1. Проведення анкетування.

Мета: Визначити специфічні потреби родин.

Метод: Розробка анонімних анкет, що включають питання про емоційний стан, соціальні потреби, інформаційні запити.

1.2. Індивідуальні інтерв'ю.

Мета: Глибше зрозуміти переживання родин.

Метод: Залучення психологів для проведення інтерв'ю з родинами, щоб отримати детальну інформацію про їхні проблеми.

Крок 2: Формування груп підтримки.

2.1. Створення груп підтримки.

Мета: Надати платформу для обміну досвідом.

Метод: Організація регулярних зустрічей (онлайн та офлайн) для родин, де вони можуть ділитися своїми переживаннями та отримувати підтримку від однодумців.

2.2. Залучення фахівців.

Мета: Надати професійну підтримку.

Метод: Запрошення психологів та соціальних працівників для ведення групових сесій, навчання технік самопідтримки.

Крок 3: Психологічне консультування.

3.1. Індивідуальне консультування.

Мета: Надати персоналізовану допомогу.

Метод: Організація індивідуальних сесій з психологами для родин, які потребують більш глибокої підтримки.

3.2. Психотерапевтичні техніки.

Мета: Допомогти в подоланні травматичного досвіду.

Метод: Використання методик когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), арт-терапії, терапії через рух тощо.

Крок 4: Інформаційна підтримка.

4.1. Розробка інформаційних матеріалів.

Мета: Надати корисну інформацію про права родин.

Метод: Створення буклетів, брошур і онлайн-ресурсів з інформацією про правові аспекти, можливості отримання допомоги.

4.2. Інформаційні сесії.

Мета: Підвищити обізнаність про доступні ресурси.

Метод: Проведення вебінарів та семінарів за участю юристів та представників організацій, що займаються правами людини.

Крок 5: Соціальна інтеграція.

5.1. Волонтерські програми

Мета: Залучити громаду до підтримки родин.

Метод: Створення волонтерських груп, які можуть допомагати родинам у побутових питаннях, організації заходів.

5.2. Громадські акції.

Мета: Підвищити обізнаність суспільства про проблеми родин.

Метод: Організація акцій пам'яті, мітингів, виставок, що висвітлюють історії родин.

Крок 6: Оцінка ефективності

6.1. Моніторинг прогресу.

Мета: Визначити результати проведених заходів.

Метод: Регулярне опитування учасників програми щодо їхнього емоційного стану, задоволеності програмою.

6.2. Аналіз результатів.

Мета: Оцінити вплив програми на родини.

Метод: Збір даних про зміни в психоемоційному стані учасників (зменшення тривожності, депресії).

Розглянемо деякі елементи цієї моделі більш докладно.

Індивідуальна психологічна підтримка: проведення інтерв'ю для виявлення індивідуальних потреб; клієнт-центрований підхід, де фахівець слухає та підтримує; психотерапевтичні сесії (когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія).

Індивідуальна психологічна підтримка родин полонених – це процес, спрямований на надання персоналізованої емоційної та психологічної допомоги членам сімей, які переживають травматичний досвід втрати близьких унаслідок війни або конфліктів. Цей вид підтримки передбачає проведення індивідуальних консультацій з кваліфікованими психологами, які допомагають родичам впоратися з відчуттями тривоги, страху і безпорадності. Психолог може використовувати різноманітні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія або арт-терапія, щоб допомогти родинам знайти шляхи для відновлення емоційного балансу та покращення якості життя.

Групова терапія – це форма психотерапії, в якій кілька людей, що мають спільні проблеми або переживання, збираються разом під керівництвом досвідченого терапевта. У контексті підтримки родин полонених групова терапія забезпечує можливість обміну досвідом і почуттями, що створює відчуття спільноти та взаєморозуміння. Учасники можуть ділитися своїми переживаннями, отримувати підтримку від однодумців і вчитися один у одного, що допомагає зменшити почуття ізоляції та безнадії.

Групова терапія: формування груп підтримки для родин, де учасники можуть обмінюватися досвідом; тематичні зустрічі щодо coping strategies та емоційного вигорання.

Інформаційна підтримка включає надання актуальної та корисної інформації родинам полонених щодо їхніх прав, можливостей отримання допомоги та ресурсів. Це може бути реалізовано через створення інформаційних буклетів, проведення семінарів або вебінарів, де фахівці розповідають про юридичні аспекти, медичну допомогу та соціальні послуги. Таке забезпечення інформацією допомагає родинам краще орієнтуватися в складних ситуаціях та приймати обґрунтовані рішення.

Інформаційна підтримка: надання інформації про правові аспекти, організації, що можуть допомогти; психоосвітні семінари для розуміння процесів, пов'язаних із зникненням.

Кризове втручання – це термінова психологічна допомога, що надається членам родин зниклих безвісті та полонених у стані емоційного або психічного зриву. У випадку родин полонених, кризове втручання може бути необхідним у моменти найбільшої тривоги або відчаю, коли людина не може впоратися зі своїми переживаннями. Психологи або соціальні працівники можуть швидко реагувати на такі ситуації, надаючи емоційну підтримку, допомагаючи зупинити ескалацію стресу і сприяючи пошуку шляхів для подальшого відновлення.

Кризове втручання: організація швидкої допомоги в період загострення емоцій (стрес, тривога); гарячі лінії для термінових звернень.

Підтримка в спільноті передбачає залучення місцевих ресурсів і організацій для допомоги родинам полонених. Це може включати волонтерські програми, які пропонують практичну допомогу, соціальні заходи для зміцнення зв'язків між людьми та групи підтримки. Така спільнотна підтримка не лише полегшує щоденні труднощі, але й сприяє формуванню соціальної мережі, що забезпечує емоційну підтримку та відчуття приналежності.

Підтримка в спільноті: залучення волонтерів та місцевих організацій для соціальної підтримки; проведення заходів, що підвищують обізнаність про проблему.

Культури пам'яті та ритуали – це практики, що допомагають родинам полонених та зниклих безвісті зберігати пам'ять про своїх близьких і справлятися з горем. Ритуали можуть включати пам'ятні заходи, молитви або інші традиційні дії, які дозволяють висловити скорботу і вшанувати пам'ять зниклих. Такі практики сприяють колективному переживанню втрати і можуть стати важливим елементом у процесі відновлення емоційного здоров'я родин, надаючи їм можливість знайти сенс у своїх переживаннях і підтримувати зв'язок із минулим.

Культури пам'яті та ритуали: організація пам'ятних заходів, які допомагають родинам вшанувати зниклих; підтримка в організації ритуалів прощання, якщо це можливо.

Підтримка дітей: окремі програми для дітей у родинах зниклих або полонених, щоб допомогти їм справитися з втратою; створення безпечного простору для висловлення емоцій.

Розроблена нами модель є гнучкою і має можливість адаптуватися до змінних потреб родин, враховуючи культурні, соціальні та індивідуальні особливості.

Впровадження цієї моделі може мати значний соціальний ефект:

1. Покращення психоемоційного стану: родини отримають необхідну підтримку, що призведе до зменшення рівня тривожності та депресії.

2. Зміцнення соціальних зв'язків: групи підтримки сприятимуть створенню нових соціальних зв'язків між учасниками, що допоможе подолати ізоляцію.

3. Підвищення обізнаності суспільства: громадські акції та інформаційні сесії сприятимуть формуванню більшого розуміння проблем родин зниклих безвісти та полонених серед широкої аудиторії.

4. Залучення ресурсів і волонтерів: активна участь громади в програмах підтримки сприятиме залученню нових ресурсів для допомоги родинам.

5. Зміна ставлення до проблеми: підвищення обізнаності може зменшити стигматизацію родин зниклих безвісти та полонених, що позитивно вплине на їхнє соціальне становище.

Перспективи розвитку психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни можуть включати зростання попиту на психологічну підтримку та розвитку дистанційних форматів.

Так, зі збільшенням кількості зниклих безвісти та полонених, попит на психологічну допомогу зростатиме. Це вимагатиме розширення послуг та залучення нових фахівців.

Психологічна підтримка через онлайн-платформи стане більш популярною, забезпечуючи доступ до консультацій для родин, які перебувають у віддалених районах або мають обмежений доступ до ресурсів.

На нашу думку, психологічна підтримка буде тісно пов'язана з соціальними та правовими ініціативами, що сприяє комплексному підходу до вирішення проблем родин. Зростає потреба у підготовці волонтерів та фахівців, здатних надавати психологічну підтримку в кризових ситуаціях. Програми будуть адаптовані до специфічних потреб родин, враховуючи культурні, соціальні та емоційні аспекти, пов'язані з війною.

Психологічна реабілітація членів родин безвісті зниклих та полонених зосередиться на довгостроковій реабілітації родин, що пережили втрату, з акцентом на відновлення психічного здоров'я та соціальної адаптації.

Розширення інформаційних кампаній для підвищення обізнаності про проблеми родин допоможе зменшити стигматизацію та сприяти підтримці.

Співпраця з міжнародними організаціями надасть можливості отримання ресурсів, фінансування та експертної підтримки в сфері психологічної допомоги.

У майбутньому можна очікувати кілька ключових напрямків розвитку психологічної підтримки для родин зниклих безвісти та полонених:

1. Розширення доступу до психологічних послуг.
2. Інтеграція технологій.
3. Міжнародна співпраця.

З метою покращення доступності психологічної допомоги важливо розвивати мережу фахівців у різних регіонах України. Це може включати навчання нових спеціалістів та залучення волонтерів.

Використання мобільних додатків та онлайн-платформ для надання психологічної підтримки може стати важливим інструментом у майбутньому. Такі технології можуть забезпечити анонімність і доступність послуг.

Важливим аспектом розвитку психологічної підтримки є залучення міжнародних експертів і організацій. Обмін досвідом та ресурсами може суттєво підвищити якість надання допомоги.

Висновки до розділу 3.

Підтримка родин зниклих безвісти та полонених в Україні є комплексним процесом, що вимагає зусиль з боку держави, громадських організацій і міжнародних структур. Важливо продовжувати розвивати ці форми підтримки, щоб забезпечити родинам необхідну допомогу і полегшити їхній шлях до відновлення.

Психологічна підтримка родин зниклих безвісти та полонених є критично важливим елементом у процесі відновлення після травми війни. Сучасні підходи до психологічної допомоги демонструють свою ефективність, але потребують подальшого розвитку і адаптації до специфіки українського контексту. Прогнози щодо розвитку цієї сфери свідчать про необхідність інтеграції нових технологій, розширення доступу до послуг і міжнародної співпраці. Лише комплексний підхід дозволить забезпечити належну підтримку родинам у ці складні часи.

Перспективи розвитку психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни можуть включати зростання попиту на психологічну підтримку та розвитку дистанційних форматів.

ВИСНОВКИ

Теоретичне підґрунтя дослідження проблеми психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених охоплює кілька ключових теорій і підходів, які допомагають зрозуміти емоційні, психологічні та соціальні аспекти цієї складної ситуації. Теорія травми вказує на те, що переживання травматичних подій, таких як зникнення близької людини, може призводити до розвитку ПТСР, що підкреслює важливість своєчасної психологічної допомоги родинам полонених та зниклих безвісти. Модель трьох стадій травматичного стресу включає стадії шоку, активного переживання та адаптації, що можуть допомогти зрозуміти етапи, через які проходять родини.

Системний підхід акцентує увагу на тому, що родина є системою, де зміни в одному члені впливають на інших. Психологічна підтримка родин зниклих безвісти та полонених може включати роботу з усією родиною для покращення комунікації та взаєморозуміння. Психосоціальна модель враховує, як психологічні стресори (втрата, тривога) взаємодіють із соціальними умовами (ізоляція, підтримка), формуючи загальний стан родини.

Проблеми родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни в Україні є складними і багатограними. Психологічний стрес, соціальна ізоляція, юридичні труднощі та відсутність інформації – все це створює величезний тягар для тих, хто переживає втрату. Необхідно продовжувати працювати над створенням ефективних механізмів підтримки для цих родин, забезпечуючи їм необхідну допомогу і надію на краще майбутнє. Лише через спільні зусилля суспільства можна подолати ці виклики і допомогти тим, хто опинився у найскрутнішій ситуації.

Психологічні особливості родин, які переживають втрату або невизначеність щодо близьких осіб, є складними і багатограними. Емоційні реакції, такі як шок, гнів, провина і відчай, супроводжують цей процес. Соціальна ізоляція лише погіршує ситуацію, підкреслюючи необхідність підтримки з боку оточення. Забезпечення психологічної допомоги та

створення підтримуючого середовища є ключовими аспектами в процесі подолання горя і відновлення після втрати.

Психологічна підтримка може бути представлена у різних формах, таких як індивідуальне консультування, групова терапія, кризова інтервенція, а також підтримка через соціальні мережі та спільноти. Кожен з цих підходів має свої переваги та може бути адаптований відповідно до специфічних потреб родин полонених та зниклих безвісті. Індивідуальне консультування дозволяє створити безпечний простір для вираження емоцій і переживань, тоді як групова терапія забезпечує відчуття спільності та підтримки серед тих, хто переживає подібні труднощі. Кризова інтервенція надає термінову допомогу в моменти найбільшої вразливості, а соціальна підтримка сприяє зміцненню зв'язків між членами родини та їхньою спільнотою.

Результати емпіричного дослідження показали, що психологічний стан родичів зниклих безвісті та полонених військових варіюється від задовільного до дуже поганого. Ця різноманітність станів свідчить про різні способи адаптації до стресових умов та потребу в підтримці для покращення їхнього емоційного здоров'я. Всі опитані (100 %) відчують невизначеність щодо долі близької людини. 48 осіб (96 %) вчувають погіршення емоційного стану (депресія, тривожність), 49 осіб (98 %) зауважують про погіршення фінансового стану. Переважна більшість опитаних постійно відчуває тривогу та страх, що свідчить про серйозний психологічний тягар, який вони несуть через невизначеність щодо долі своїх близьких. Слід зазначити на те, що 46 осіб (92 %) підкреслюють відсутність належної підтримки з боку держави, психологічних та соціальних служб, громадських організацій та ін.

Загальний емоційний стан родичів полонених та зниклих безвісті характеризується низкою негативних емоційних проявів. Високі показники тривоги свідчать про постійний стан занепокоєння та страху щодо долі близьких. Родичі відчувають невизначеність, що може призводити до хронічного стресу. Показники втоми свідчать про емоційне та фізичне виснаження. Постійні переживання, пов'язані з невідомістю, можуть

призводити до порушення сну, зниження продуктивності та загального погіршення якості життя. Високий рівень пригніченості свідчить про депресивні симптоми, які виникають внаслідок втрати контролю над ситуацією і відсутності підтримки. Це може проявлятися у відчутті безнадії та безвиході.

Високі показники безпорадності вказують на те, що родичі відчують себе безсилими у зміні ситуації. Це почуття може бути особливо руйнівним, оскільки воно підсилює інші негативні емоції, такі як тривога та пригніченість.

Результати діагностики демонструють високий рівень невротизації та нервово-психологічної напруги.

Загальний емоційний стан родичів полонених та зниклих безвісті є вкрай негативним.

Психологічна підтримка має стати невід'ємною частиною системи допомоги родинам зниклих безвісти та полонених, забезпечуючи їм необхідні інструменти для адаптації та відновлення.

Підтримка родин зниклих безвісти та полонених в Україні є комплексним процесом, що вимагає зусиль з боку держави, громадських організацій і міжнародних структур. Важливо продовжувати розвивати ці форми підтримки, щоб забезпечити родинам необхідну допомогу і полегшити їхній шлях до відновлення. Психологічна підтримка родин зниклих безвісти та полонених є критично важливим елементом у процесі відновлення після травми війни. Сучасні підходи до психологічної допомоги демонструють свою ефективність, але потребують подальшого розвитку і адаптації до специфіки українського контексту. Прогнози щодо розвитку цієї сфери свідчать про необхідність інтеграції нових технологій, розширення доступу до послуг і міжнародної співпраці. Лише комплексний підхід дозволить забезпечити належну підтримку родинам у ці складні часи. Перспективи розвитку психологічної підтримки родин зниклих безвісти та полонених в умовах війни можуть включати зростання попиту на психологічну підтримку та розвитку дистанційних форматів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аврамчук О. Клініко-психологічні аспекти переживання втрати та діагностики ускладненого горювання. Збірник наукових праць. *Проблеми сучасної психології*. Кам'янець-Подільський, 2019. № 45. С. 11-39.
2. Байєр О. О. Життєві кризи особистості : навч. посібник. Дніпропетровськ : Дніпропетр. нац. ун-т, 2020. 244 с.
3. Бойко І. Що робити, якщо військовий у полоні або зник безвісти: інформація від Координаційного штабу з питань поводження з військовополоненими. URL: <https://www.unian.ua/society/shcho-robiti-yakshcho-viyskoviy-u-poloni-abo-znik-bezvisti>. 12826683.html
4. Бочаріна Н.О. Психологія особистості: навчальний посібник. Переяслав-Хмельницький, 2014. 188 с.
5. Булен П., Ленферінк Л. Когнітивно-поведінкова терапія тривалого горя. URL: <https://pidtrymka.in.ua/wp-content/uploads/2024/05/opm-ukrainian-workbook.pdf>
6. Василенко Ю. О. Сучасні методи запобігання і подолання наслідків стресу. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць. НАНП України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка; за ред. С. Д. Максименка*. Київ, 2012. Т. 5. Вип. 12. С. 16–22.
7. Васянович Г. П. Основи психології: навчальний посібник. Київ: Педагогічна думка, 2012. 114 с.
8. Видра О.Г. Вікова та педагогічна психологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 112 с.
9. Власенко І. А., Вінник Н. Д. Переживання втрати: специфіка, конфлікт, трансценденція, подолання. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. С.33–37.

10. Возніцина К., Литвиненко Л. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців. Київ, 2023. 164 с.
11. Гнатюк В. О. Комплексна класифікація особистісних ресурсів: інтеграційний підхід. *Актуальні проблеми психології*, 2022. 14(1), С. 5-19.
12. Гоцуляк Н.Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні та психологічні науки*. 2015. № 1(74). С. 378–390.
13. Григоренко О. М. Соціальна підтримка як фактор психологічного благополуччя родин полонених. *Психологія і суспільство*. 2020. № 2. – С. 25-37.
14. Гридковець Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. 236 с.
15. Громова Н. В. Психологічні травми родин зниклих безвісти. *Психологічний журнал*. 2021. № 3. С. 12–20.
16. Девайн М. Це ОК, якщо ви не ОК. Як пережити горе і втрату. Київ: BookChef. 2023. 336 с.
17. Егер Е. Вибір. Прийняти можливе. Львів : Видавництво старого лева. 2020. 400 с.
18. Закон України «Про правовий статус осіб, зниклих безвісти». 2505-VIII, чинний, поточна редакція від 18.10.2024. URL: <http://www.rada.gov.ua>
19. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
20. Кейн С. Цінність смутку. Як втрати, любов і туга роблять нас сильнішими. Київ: Наш формат. 2023. 256 с.
21. Кльосова С. Соціальні гарантії: на які виплати мають право військовополонені, зниклі безвісти і їхні родини. URL: <https://suspilne.media/mykolaiv/565499-socialni-garantii-na-aki-viplati-maut-pravo-vijskovopoloneni-znikli-bezvisti-i-ihni-rodini/>

22. Коваленко Т. О. Психологічний стан родин полонених: результати дослідження . *Журнал практичної психології*. 2021. № 3. С. 45-60.
23. Коваленко Т. О. Психологічні аспекти підтримки родин зниклих безвісти. *Психологія і суспільство*. 2020. № 1. С. 45–52.
24. Конституція України. URL: <http://www.rada.gov.ua>
25. Лисенко Т. А. Модель психологічної допомоги родинам полонених: теорія і практика. *Науковий вісник*. 2019. № 4. С. 78-89.
26. Мельник О. А. Інформування родин полонених: важливість та ефективність. *Соціальна психологія*. 2022. № 1. С. 15-28.
27. Мельник О. А. Психологічна допомога родинам зниклих безвісти. *Практична психологія та соціальна робота*. 2023. № 1. С. 55–62.
28. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
29. Неймейєр Р. Терапія горя. Переклад та адаптація В. Зливков, С. Лукомська. Київ: Наш формат. 2021. 259 с.
30. Неймейєр Р. Психологія втрати та горя. Київ: Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 406 с.
31. Овсяннікова Я. О. Аспекти психологічної роботи з людьми, що переживають втрату близького. Харків: Національний університет цивільного захисту України, 2023. 76 с.
32. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с.
33. Основи психології: підручник / За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. Київ: Либідь, 2012. 630 с.
34. Остапчук Б. Невизначена втрата в контексті російсько-української війни
35. Павленко І. М. Емоційна підтримка родин полонених. *Науковий вісник*. 2022. № 4. С. 78–85.
36. Панок В., Титаренко Т. Основи практичної психології. Київ: Либідь, 2013. 536 с.

37. Петрова І. А. Психологічні ресурси особистості: структура та функції. *Психологічний вісник*, 2020. 15(1), С.23-34.
38. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку надання одноразової грошової допомоги». URL: <http://www.kmu.gov.ua>
39. Пророк Н. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
40. Рибик Л. А. Моделі адаптивного переживання втрати близької людини. *Сучасні проблеми правової системи та державотворення в Україні : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 22–23 лют. 2019 р.)*. Запоріжжя : Істина, 2019. С. 112–114.
41. Рибик Л. А. Психологічна допомога під час переживання втрати – чи можемо ми допомогти людям пережити горе? *Psychological Journal: Scientific Review*. 2018. С. 20. Р. 61–77.
42. Рибик Л.А. Ефективність психотерапевтичних втручань для постраждалих осіб: огляд досліджень. *Право як ефективний суспільний регулятор : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 15–16 лют. 2019 р.)*. Львів : Центр правн. ініціатив, 2019. С. 120–122.
43. Рибик Л.А. Теоретико-прикладні засади надання психологічної допомоги дружинам правоохоронців, загиблих при виконанні службових обов'язків: дис. на здобуття наук. ступеня к. психол. н.: спец 19.00.06 юридична психологія 053. *Психологія*, НАВС, 2019. С. 38-57.
44. Сантандер Х., Рьоккольт Е.Г., Селнес А. Групи психологічної підтримки дорослих, які втратили близьких людей внаслідок різних обставин: навч. посіб. Київ: Акерсгус: Центр психологічної підтримки людей, які втратили близьких, 2017. 151 с.
45. Серова Г., Лебедева С. Горювання і скорбота: психологічна допомога. URL: <https://r2p.org.ua/page/grief>
46. Сидоренко Л. А. Соціально-психологічні наслідки полону для родин. *Соціальна психологія*. 2019. № 2. С. 30–38.

47. Ткачишина О.Р. Особливості соціально-психологічної адаптації особистості в умовах кризових ситуацій. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Видавничий дім «Гельветика», 2021. Т. 32 (71). № 3. С. 93–98.
48. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: ДП Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
49. Цивільний кодекс України. URL: <http://www.rada.gov.ua>
50. Чиханцова О. Особистісні ресурси та їх вплив на життєстійкість особистості. *Збірник наукових праць Проблеми сучасної психології*, 2023. № 62. С. 88-97.
51. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів. Уроки життя крізь призму страждань. Київ: Наукова думка. 2021. 296 с.
52. Aguilera D., Messick J. Crisis Intervention: Theory and Methodology. Sarnt Zouis Mosby, 1982. 4th
53. Archer J. 2008. Theories of grief: past, present, and future perspectives. In *Handbook of bereavement research and practice: advances in theory and intervention* (eds Stroebe MS, Hansson RO, Schut H, Stroebe W), pp. 45–66. Washington, DC: American Psychological Association.
54. Australian Defence Force Families. (n.d.). Support for Families. Retrieved from URL: <https://www.defence.gov.au>
55. Bauer J., & Bonanno, G. A. Doing and being well: Adaptive patterns of narrative selfevaluation during bereavement. *Journal of Personality*, 2021. 69, P. 451–482
- a. Blandin K, Pepin R. Dementia grief: A theoretical model of a unique grief experience. *Dementia* (London). 2017. 16(1). P. 67-78. doi:10.1177/1471301215581081
56. Bowlby J. The Making and Breaking of Affectional Bonds: I. Aetiology and Psychopathology in the Light of Attachment Theory. *The British Journal of Psychiatry*, 2020. 130 (3), 201-210. doi:10.1192/bjp.130.3.201

57. Bristowe K, Marshall S, Harding R. The bereavement experiences of lesbian, gay, bisexual and/or trans people who have lost a partner: A systematic review, thematic synthesis and modelling of the literature. *Palliat Med.* 2016;30(8). P.730-744. doi:10.1177/0269216316634601
58. Destro, A. Grief, Bereavement, and Mourning in CrossCultural Perspective. 2009. URL: <https://www.encyclopedia.com/socialsciences/encyclopedias-almanactranscripts-and-maps/grief-andmourning-cross-cultural-perspective>
59. Doka K. Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow. New York, NY: Lexington. 2009. 188p.
60. European Union Agency for Fundamental Rights. (2020). Missing Persons Unit: Support for Families. Retrieved from URL: <https://fra.europa.eu/en>
61. Faber, A. J., Willerton, E., Clymer, S. R., MacDermid, S. M., & Weiss, H. M. Ambiguous absence, ambiguous presence: A qualitative study of military reserve families in wartime. *Journal of Family Psychology*, 2008. 22(2), P. 222–230. doi:10.1037/0893-3200.22.2.222
62. Government of Canada. (n.d.). Families of the Missing. Retrieved from URL: <https://www.canada.ca/en.html>
63. Kajtazi-Testa, L., & Hewer, C. J. Ambiguous loss and incomplete abduction narratives in Kosovo. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 2018. 23(2), P. 333– 345. doi:10.1177/1359104518755221.
64. Markin, R. D., & Kasten, J. Group Psychotherapy. *The Encyclopedia of Clinical Psychology*, 2014. 11(3) P.1-6.
65. Military Family Life Counseling (MFLC). (n.d.). Retrieved from URL: <https://www.militaryonesource.mil>
66. Shalev, R., & Ben-Asher, S. (2011). Ambiguous Loss: The Long-Term Effects on the Children of POWs. *Journal of Loss and Trauma*, 16(6), P. 511–528. doi:10.1080/15325024.2011.576983
67. Schmid P. F. Encounter-oriented learning programs for person-centered psychotherapists: Some learnings from decades of experience and their theoretical

background. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 2015. 14(1), P. 100-114.

68. Spence S., & Smale, U. Group work with bereaved people: developing personcentered practice. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 2015. 14(1), P. 3-17.

69. Testoni, I., Franco, C., Palazzo, L., Iacona, E., Zamperini, A., & Wieser, M. A. The Endless Grief in Waiting: A Qualitative Study of the Relationship between Ambiguous Loss and Anticipatory Mourning amongst the Relatives of Missing Persons in Italy. *Behavioral Sciences*, 2020. 10(7), 110. doi:10.3390/bs10070110.