

УДК 159.9

Пащенко Є.А.¹, Коваль В.О.²

¹ студ. гр. СН-110 НУ «Запорізька політехніка»

² канд. пед. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМ ОСОБАМ

У зв'язку з кризовими подіями, такими як війни, конфлікти, природні катастрофи та інші небезпечні ситуації, багато людей втрачають свої домівки і стабільність життя. Вони стикаються з психологічним стресом, можуть отримати травми та втратити соціальну підтримку, яку вони раніше мали. Це може вплинути на їх емоційний стан та загальний благополуччя. Тому дуже важливо мати ефективні моделі психологічної допомоги для внутрішньо переміщених осіб, які враховують їхні унікальні потреби та контекст кризових обставин. Ці моделі допомагають їм знайти способи впоратися зі стресом, працювати над своїм емоційним станом та відновити свою психологічну стійкість. У даній роботі ми розглянемо різні підходи та моделі психологічної допомоги для внутрішньо переміщених осіб. Ми проаналізуємо їх переваги та недоліки, а також ключові фактори, які

впливають на їх успішність. Враховуючи унікальні виклики, з якими стикаються внутрішньо переміщені особи через кризові ситуації, ми спробуємо знайти найкращі шляхи надання їм підтримки та допомоги.

Основні риси внутрішньо переміщених осіб (ВПО) включають такі характеристики:

1. Причина переміщення: ВПО змушені залишити свої домівки через конфлікти, насильство, природні катастрофи або інші небезпечні ситуації.

2. Внутрішнє переміщення: ВПО залишаються в межах власної країни, відокремлюючись від своїх звичних місць проживання.

3. Вразливість: ВПО знаходяться у вразливому стані, оскільки втратили свої домівки та потребують захисту та допомоги.

4. Правовий статус: ВПО мають право на захист та підтримку з боку держави, включаючи доступ до основних прав та послуг.

5. Потреби: ВПО мають особливі потреби в житлі, харчуванні, медичній допомозі, освіті та інших сферах життя.

6. Інтеграція: ВПО часто зіштовхуються з викликами інтеграції в новому місці проживання, включаючи доступ до роботи та освіти.

7. Довготривалість: ВПО можуть бути переміщеними на тривалий термін, залежно від природи конфлікту або катастрофи.

Враховуючи ці характеристики, необхідно забезпечити адекватну підтримку та захист ВПО, щоб вони могли відновити своє життя та інтегруватися в новому оточенні. Втрата житла та стабільності: ВПО втрачають свої житлові приміщення та звичну соціальну структуру, що може викликати стрес та почуття невизначеності. Психологічний стрес: Внутрішнє переміщення може викликати стрес, тривогу, депресію та посттравматичний стресовий розлад. Соціальна ізоляція: ВПО можуть втратити соціальну підтримку та мережі підтримки через переміщення, що може призвести до почуття самотності та відчуженості. Економічна незахищеність: Часто внутрішньо переміщені особи стикаються з втратою можливостей заробітку та доступу до засобів доходу через втрату роботи або рідних ресурсів. З психологічної точки зору, внутрішньо переміщені особи – це група людей, які переживають психологічний стрес та травму через втрату свого дому та стабільності, соціальну ізоляцію та економічну незахищеність внаслідок внутрішнього переміщення.

Результати аналізу наукової літератури щодо даної проблеми дозволяють констатувати певні переваги та недоліки різних моделей психологічної допомоги.

Психотренінг: Переваги: активна участь клієнта у власному процесі зміни. Зосередженість на практичних навичках і стратегіях, які можуть бути застосовані в повсякденному житті. Відносно короткий термін. Недоліки: може бути менш ефективним для клієнтів з серйозними психічними

розладами. Не завжди ефективний у вирішенні глибоких психологічних проблем.

Психоконсультація: Переваги: забезпечує можливість отримання швидкої та точної інформації. Може бути ефективною для клієнтів, які потребують конкретної допомоги або поради. Недоліки: обмежений простір для вираження та розуміння глибоких емоційних або психічних проблем. Може бути відчуття, що відносини консультації більш «поверхневі».

Модель кризового втручання: Переваги: швидка реакція на кризові ситуації, що допомагає зменшити негативні наслідки. Спрямована на вирішення конкретних проблем або надання підтримки в найбільш критичний момент. Недоліки: обмежений часовий рамок, що може викликати нестабільні результати у довгостроковій перспективі. Може пропустити глибокі психологічні проблеми, які не є безпосередньо кризовими.

Модель психореабілітації: Переваги: фокусується на відновленні функціональності та незалежності клієнта. Інтегрує психосоціальні підходи для забезпечення високого рівня підтримки. Недоліки: вимагає тривалого часу та ресурсів. Може бути менш ефективною для клієнтів із серйозними психічними обмеженнями.

Модель психотерапії: Переваги: глибокий аналіз психологічних проблем та можливість їхнього вирішення на емоційному та психологічному рівні. Допомога клієнту розвинути пізнавальні та емоційні ресурси для самостійного подолання проблем. Недоліки: може бути довгим та коштовним процесом. Вимагає високого рівня спеціалізованих навичок у психотерапевта.

Модель психокорекції: Переваги: фокусується на зміні негативних мислених схем і поведінкових відповідей. Може бути корисною для клієнтів, які мають швидкі та конкретні психологічні проблеми. Недоліки: може бути неефективною для глибоких психічних проблем, які вимагають більш глибокого підходу.