

ПАЩЕНКО Є.А.,

*студентка спеціальності «Психологія»
Національного університету «Запорізька політехніка»;*

КОВАЛЬ В.О.,

*в.о.завідувача кафедри психології, кандидат педагогічних наук,
доцент Національного університету «Запорізька політехніка»
м. Запоріжжя, Україна*

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 зіткнуваються 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.

Аналіз переваг та недоліків 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.

Підсумовуючи, слід сказати, що подолання складності травми серед переміщених осіб потребує тонкого підходу, який поєднує психологічну підготовку, реабілітацію, консультування, терапію, корекцію та кризове втручання. Розуміючи вплив травми та використовуючи ефективні моделі психологічної допомоги, ми можемо надати цим людям можливість розпочати шлях зцілення до стійкості та одужання. Ми усвідомлюємо важливість надання комплексної підтримки тим, хто постраждав від травми. Наше прагнення надавати рішення, засновані на фактичних даних, і милосердний догляд відрізняє нас у сфері психологічної допомоги. Зосереджуючись на індивідуальних втручаннях, адаптованих до індивідуальних потреб, ми прагнемо внести значущі зміни в життя переміщених осіб, які шукають зцілення та відновлення.

Список використаних джерел

1. Агресивність на телеекрані: оцінка фахівців. *Соціальна психологія* : матеріали круглого столу. № 4. 2004. С. 155–158.
2. Гурлева Т. Стрессова ситуація: допомогти самому собі. *Практичний психолог*. Школа, No 05/2014. С. 37–40.
3. Актуальні проблеми психології розвитку особистості : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (12-15 травня 2023 року). Київ : Український державний університет імені Михайла Драгоманова, 2023. С. 22–95.
4. Корнієнко І.О., Лісовецька І.М., Луценко Ю.А., Романовська Д.Д. Досвід надання допомоги дітям і сім'ям – жертвам військового конфлікту : практ. посіб. Київ, 2017. 152 с.
5. Кердивар В. В. Христенко В. Є Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту. Харків, 2021. 143 с.
6. Актуальні проблеми науки та освіти : збірник матеріалів XXI підсумкової науково-практичної конференції викладачів МДУ / за заг. ред. К.В. Балабанова. Маріуполь : МДУ, 2019. 262 с.
7. Соціально-гуманітарні студії: інновації, виклики та перспективи: матеріали І Міжнародної наукової конференції, м. Житомир, 2728 квітня 2023 р. / ред. кол. : О.А. Черниш, В.М. Слюсар, Л.М. Червона [та ін.]. Житомир : Житомирська політехніка, 2023. 347 с.
8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методич. посіб. / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко... Царенко Л.Г.; за ред. З.Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.
9. Бурлакова І.А. Кризова психологія. Навчально-методичний матеріал. Київ, Видавництво КРЦПК, 2022. 84 с.
10. Інформація для внутрішньо переміщених осіб. URL: <http://www.ombudsman.gov.ua/ua/page/sehl/info/>
11. Конвенція про статус біженців. URL: http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/995_011
12. Про забезпечення прав громадян, які переселилися з тимчасово окупованої території України та районів проведення АТО. *Офіційний лист No31410/1/1-14 від 05.09.2014 р. Волинської обласної державної адміністрації Державній службі України з надзвичайних ситуацій*.
13. Шелюк В. Соціальна міграція: етапи, функції, типи. *Соціально-політичний журнал «Перспективи»*. Одеса : 2001. № 3 (15). С. 45 – 50.
14. Global Protection Cluster Working Group. Handbook for the Protection of Internally Displaced Persons. Geneva: Inter-Agency Standing Committee, 2010, 545 p.

V ВСЕУКРАЇНСЬКА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
«Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі»

15. Humanitarian needs rise as internal displacement tops 117,000 people [Electronic resource]. URL: <http://unhcr.org.ua/en/2011-08-26-06-58-56/news-archive/1318-ukraine-humanitarian-needs-rise-as-internal-displacement-tops-117-000-people>