

Малиш Вікторія Євгенівна,
аспірант кафедри загальної та диференціальної психології
Південноукраїнського національного педагогічного
університету ім. К.Д. Ушинського,
м. Одеса

ДОСВІД ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЗІ СХОДУ УКРАЇНИ

При масовій міграції мирного населення із зони антитерористичної операції на Сході України у 2014 році з'явилася велика кількість вимушених переселенців. Наша країна вперше зіткнулася з такою проблемою. Результатом вирішення даної проблеми стало те, що державні служби виявили не готовність до надання повноцінної як соціальної так і психологічної допомоги громадянам-переселенцям.

Державні соціальні служби намагаються забезпечити переселенців житлом, харчуванням, за можливістю – працевлаштувати, крім цього державі активно допомагають різноманітні волонтерські організації. Однак, окрім матеріально-побутових проблем, переселенці зустрічаються з цілою низкою психологічних: 1) травматичні переживання, пов'язані з військовими діями, збройними конфліктами, смертельною небезпекою, загибеллю близьких; 2) стресові переживання, пов'язані з втратою "минулого" і необхідністю починати все заново; 3) зміна місця проживання веде до зміни мікрокультурного середовища, життєвого укладу, цінностей, в деяких випадках - мови; 4) тимчасова розлука з родиною та близькими; 5) втрата соціального статусу, роботи, професії тощо. Крім цього, психологічний стан переселенців визначається невпевненістю в майбутньому, розгубленістю перед безліччю реальних проблем, тривогою за своїх близьких, розчаруванням в суспільстві, коливаннями настрою - від збудження, агресивності до депресії, апатії. Складність реальної життєвої ситуації і перенесені стреси є причиною різних психологічних проблем, психічної

дезадаптації, психологічних криз. Ситуація вимушеної міграції - це складна кризова ситуація.

Все сказане, свідчить, що надання психологічної допомоги вимушеним переселенцям в країні організовано недостатньо: існує дефіцит фахівців - соціальних працівників та психологів; не організовані психологічні служби допомоги переселенцям; немає в наявності програм для профілактики дезадаптації самих переселенців і запобігання росту соціальної напруженості в зонах їх розселення. Ситуація ускладнюється тим, що самі переселенці не усвідомлюють, що їм необхідна психологічна допомога. І, навіть при наявності психологів у соціальних установах по прийому та розподіленню переселенців, по психологічну допомогу не звертаються. Однак, переселенці дуже охоче приймають будь-яку допомогу від психологів-волонтерів, які самі приходять до них у місця їх тимчасового розміщення.

В рамках пілотажного дослідження нами була проведена комплексна програма психологічної реабілітації вимушених переселенців. Програма включала три етапи (діагностичний, корекційний та контрольний). Проведений аналіз результатів пілотажного дослідження надає можливість зробити наступні висновки: 1) всі вимушені тимчасові переселенці мають високий та підвищений рівень психологічної кризи, що негативно позначається на успішність їх адаптації до нових умов життя; всі вони потребують обов'язкової психологічної допомоги; 2) психологічна допомога, що містить в собі як індивідуальну, так і групову форми роботи – найбільш ефективна форма корекції з вимушеними переселенцями, бо дозволяє їй достатньо глибоко відпрацювати психологічні травми кожного, так і сприяє налагодженню групових взаємозв'язків, відчуттю взаємопідтримки, що позитивно позначається на подальшій соціальній адаптації особистості; 3) опора на особистісні ресурси, зокрема такі як конструктивні коппінг-стратегії, життестійкість, адаптивність, самоактуалізація, адекватна самооцінка, активність, оптимізм тощо, дозволяє якомога швидше та ефективніше здолати психологічну кризу.

В подальшому нами планується вдосконалення програми реабілітації та, після більш ретельної перевірки її ефективності, впровадження її у роботу психологів державних та не державні соціальних організацій, які надають допомогу тимчасовим переселенцям.

Література:

- 1) Андрющенко А.В. Посттравматическое стрессовое расстройство при ситуациях утраты объекта экстраординарной значимости / А.В. Андрющенко // Психиатрия и психофармакотерапия — 2000. — № 4. — С. 104-109.
- 2) Брынза И.В. Особенности переживания профессионального кризиса у лиц с различным типом эмоциональности: дисс. канд. психол. наук: 19.00.01 / Ирина Вячеславовна Брынза - Одесса, 2000. - 281 с.
- 3) Казаков Ю.Н. Инструментарий социальных технологий (психологические аспекты): учебное пособие [Электронный ресурс] / Ю.Н. Казаков / за ред. А.А. Ильина - URL: <http://abc.vvsu.ru/Books/instrum/Default.asp>
- 4) Малыш В.Е. Ресурсный потенциал адаптивности личности в кризисе. / В.Е. Малыш // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України «Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості» - Вип.8 - Част.2. – Київ, 2013
- 5) Малыш В.Е. Ресурсный потенциал самоактуализации личности в кризисе./ В.Е. Малыш // Science and education anew dimension. Pedagogy and Psychology- I(7), Issue 14 – Budapest – 2013
- 6) Малыш В.Е. Актуализация компонентов жизнестойкости личности в кризисе / В.Е. Малыш // Проблеми сучасної психології особистості / Матеріали науково-практичної конференції молодих учених та студентів (23 травня 2013 року, Одесса) – с. 113-118
- 7) Малыш В.Е. Ресурсный потенциал личности в кризисе / В.Е. Малыш // «Современные тенденции в педагогическом образовании и науке Израиля: путь к интеграции» - Выпуск №4 научных трудов учёных Израиля и Украины – Ариэль, 2013 - 244 с.- с. 24