

## СПОСОБИ ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ, ЩО ПОСТРАЖДАЛА ВНАСЛІДОК ВОЄННОЇ АГРЕСІЇ

Титаренко Тетяна Михайлівна,

доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України,  
головний науковий співробітник лабораторії соціальної психології особистості  
*Інститут соціальної та політичної психології НАПН України*

[tetiana.tytarenko@ispp.org.ua](mailto:tetiana.tytarenko@ispp.org.ua)  
ORCID org/0000-0001-8522-0894

**Анотація.** Мета роботи – специфікація соціально-психологічного супроводу особистості через визначення способів його організації. В якості основного **методу** використано концептуалізацію досвіду розробки технологій відновлення психологічного здоров'я особистості. **Результати.** Особливості супроводу охарактеризовано у координатах тривалості, опосередкованості, систематичності підтримувальних впливів. Визначено ефективну стратегію травма-чутливого супроводу - переінтерпретації травматичного досвіду у діалогічній, літературній, образотворчій, театралізованій формах. З'ясовано етапи соціально-психологічного супроводу: діагностико-цільовий, що передбачає оперативне професійне дослідження характеру травми, стану психологічного здоров'я реципієнта, ресурсів відновлення; операційно-інструментальний, що передбачає підбір форм, методів, способів організації супроводу; мотиваційно-комунікативний, що передбачає залучення спільнот, віртуальних і реальних комунікативних мереж, груп самопомоги для здійснення тривалого опосередкованого впливу; оцінково-корекційний, що передбачає моніторинг ефективності супроводу та внесення необхідних змін до його організації. **Висновки.** Розроблено способи організації травма-чутливого соціально-психологічного супроводу, серед яких пряма, безпосередня підтримка, що забезпечує відновлення психологічного здоров'я особистості після травматизації; опосередкована підтримка через активізацію спільнот, державних і недержавних інституцій, що створює потенційне середовище конструктивних особистісних трансформацій; активізація залученості людини до різноманітних соціальних мереж, реальних і віртуальних, що підживлює її комунікативні ресурси; практики взаємо- та самопідтримки, що сприяє поступовому зростанню самостійності і відповідальності особистості за подальший плин власного життя, його перспективи.

**Ключові слова:** соціально-психологічний супровід, травматичний досвід, технології відновлення психологічного здоров'я, стратегія травма-чутливого супроводу, пряма і опосередкована підтримка, реальні і віртуальні спільноти.

## METHODS OF ORGANIZATION FOR SOCIO-PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PERSONALITY INJURED BY MILITARY AGGRESSION

Tytarenko Tetiana Mychaylivna

Doctor of Science in Psychology, Professor,  
Corresponding Member of National Academy of Educational Sciences of Ukraine,  
Institute of Social and Political Psychology of NAES of Ukraine

[tetiana.tytarenko@ispp.org.ua](mailto:tetiana.tytarenko@ispp.org.ua)  
ORCID org/0000-0001-8522-0894

**Resume.** The **purpose** of the work is the specification of the socio-psychological support of personality and definition of ways for its organization. The main **method** used is the conceptualization of experience in developing technologies for restoring psychological health. **Results.** The specifics of accompaniment are characterized in the coordinates of the duration, mediation, systematic supportive effects. An effective strategy for trauma-sensitive accompaniment — reinterpretation of the traumatic experience in dialogue, literary, graphic, and theatrical forms — is defined. The stages of socio-psychological support were clarified: diagnostic-targeted, which involves an operational professional study of the nature of the injury, the state of the recipient's psychological health, and recovery resources; operational-instrumental, which involves the selection of forms, methods, ways of organizing accompaniment; motivational-communicative, which involves the involvement of communities, virtual and real communication networks, self-help groups for a long-term indirect impact; assessment and correction, which involves monitoring the effectiveness of support and making the necessary changes to its organization. **Conclusions.** Methods have been developed for organizing trauma-sensitive socio-psychological support. Among them there are

the following ones: direct, immediate support, ensures the restoration of the psychological health of the individual after trauma; indirect support through the activation of communities, state and non-state institutions, which creates a potential environment for constructive personality transformations; activation of a person's involvement in various social networks, real and virtual, which feeds her communicative resources; the practice of interconnection and self-support, which contributes to the gradual growth of independence and responsibility of the individual for the further course of his own life, his prospects.

**Key words:** *socio-psychological support, traumatic experience, technologies of psychological health restoration, trauma-sensitive support strategy, direct and indirect support, real and virtual communities.*

**Вступ.** Питання пошуку психологічних засобів полегшення переходу різних категорій населення країни, що перебуває в умовах війни, до мирного життя стоїть на порядку денному багатьох країн. Так, більше двох мільйонів американських ветеранів, що повернулися з Іраку та Афганістану за останнє десятиріччя, мають цілий комплекс гострих психологічних і поведінкових проблем. Виходячи з даних, наведених у звіті Міністерства оборони США, лише за 2013 рік ветеранами було здійснено 1080 суїцидальних спроб та 245 суїцидів [14]. На жаль, в нашій країні за три останні роки кількість суїцидів суттєво зросла, адже у 2016 році Україна посідала 14-е місце у світі за цим параметром, а в 2019 році вже пересунулася на 8-е місце [[15]. Крім ветеранів та членів їх сімей психологічного супроводу потребують і вимушені переселенці, яких на сьогодні вже понад 1,5 мільйона. Ще майже 3,5 млн людей, що проживають у Донецькій та Луганській областях, потребують як гуманітарної, так і психологічної допомоги, потерпаючи через реальну небезпеку, відсутність адекватного доступу до соціальних послуг, втрату житла, стагнацію економічної діяльності в регіоні тощо. Наведені дані свідчать про гостру необхідність розвитку превентивної психології, однією із складових якої має стати травма-чутливий соціально-психологічний супровід.

**1. Теоретичне обґрунтування проблеми.** Внаслідок тривалої травматизації суттєво знижуються соціально-адаптивні можливості людей, втрачається колишній рівень особистісної цілісності, комунікативної компетентності, професійної самоефективності, психологічного благополуччя. Подолання всіх цих негативних наслідків для особистості тривалих воєнних дій передбачає дослідження способів організації соціально-психологічного супроводу, що забезпечує відновлення психологічного здоров'я та реадaptaцію до мирного життя.

Оптимальний супровід як процес організації різнобічної і тривалої психосоціальної підтримки людини підсилює її здатність справлятися з проблемами завдяки відновленню внутрішніх ресурсів та наданню ресурсів додаткових. Супровід зазвичай спрямований на полегшення реадaptaції до мирного життя через активізацію участі постраждалих у відновленні власного психологічного здоров'я та розвиток здатності запобігати патологічним наслідкам потенційно травматичних ситуацій.

Мета роботи - визначити особливості соціально-психологічного супроводу, способи та етапи його організації. Необхідно передусім з'ясувати, у чому полягає зміст соціально-психологічного супроводу, якою має бути його спрямованість та етапність. Специфікація ролі соціально-психологічного супроводу передбачає врахування діапазону психологічних наслідків впливу травми на особистість; способів розподілу ресурсів особистості у складних умовах; засобів та процедур визначення ефективності реабілітаційних впливів; перспектив забезпечення комплексної психосоціальної підтримки особистості.

**2. Методологія та методи.** Потреба пошуку ефективних та масштабних інтервенцій, спрямованих на подолання психологічних наслідків травмування особистості, визначила загальну методологію дослідження, побудовану на концептуалізації досвіду розробки колективом лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціального та політичної психології НАПН України технологій збереження і відновлення психологічного здоров'я. Тексти, отримані під час проведення індивідуальних консультацій, психотерапевтичних сесій, групової взаємодії, аналізувалися за допомогою методу індивідуального екзистенційного аналізу А.Ленгле [3] та методу інтерпретативного феноменологічного аналізу Дж.Смитса, М.Осборна [13]. Метод Ленгле, як вказує автор, має певні обмеження: його не рекомендується використовувати для людей у стані глибокої депресії та тих, хто переживає сильні страхи. Такі досить розповсюджені серед людей, що були травмовані війною, стани можуть суттєво викривлювати розуміння власних переживань та ставлень до світу, оточення, себе самого. Водночас британський феноменологічний аналіз подібних обмежень не має. Крім того, останній більше зосереджується на повсякденних подіях життя, способах отримання та інтерпретації нового досвіду, тоді як метод Ленгле насамперед націлений на ситуації гранічні, екзистенційні. Феноменологічний аналіз більш когнітивно та практично зорієнтований, тоді як екзистенційний аналіз заглиблюється передусім в емоційно-ціннісну сферу клієнта. Тому поєднання цих методів дає змогу побачити не лише конструктивну динаміку в особистісному пошуку нових сенсів, побудові життєвих перспектив, а й виникнення нових повсякденних практик життєтворення.

**3. Результати та дискусії.** У широкому контексті соціально-психологічний супровід має бути спрямованим на будь-яку людину, що потрапила у складну життєву ситуацію. На думку М.І.Мушкевіч, наприклад, супровід може бути досить ефективним при вирішенні сімейних конфліктів між партнерами, батьками, дітьми, в урегулюванні неприємностей на роботі, при переживанні стресу [5].

Закономірності розвитку особистості, що перебуває у складних життєвих обставинах, є предметом психології соціальної роботи. До цієї галузі психології інколи відносять психологічний супровід разом із психологічною допомогою та підтримкою [6]. Чимало дослідників вважають соціально-психологічний супровід ключовим аспектом соціальної підтримки. За ініціативою Червоного Хреста проведено багато досліджень організації супроводу родичів зниклих безвісті під час воєнних конфліктів у країнах колишньої Югославії, колишнього СРСР, у Непалі, Східному Тиморі тощо.

В результаті проведеного нещодавно американськими колегами дослідження серед вразливих верств населення, що передусім потребують підтримки, називають людей з низькими статками, іммігрантів та тих, кому відмовили у наданні дозволу на імміграцію. Автори вважають важливим також боротьбу із скороченням витрат на медичні послуги, підвищення обізнаності населення щодо соціальних детермінант здоров'я [12]. Внаслідок тривалих воєнних дій в нашій країні найвразливішими категоріями населення є ветерани та внутрішньо переміщені особи, отже саме їм має бути адресований соціально-психологічний супровід.

Ми визначили супровід як важливу складову мультифакторного, комплексного процесу відновлення і підтримання психологічного здоров'я особистості. Структура соціально-психологічного супроводу відповідно до його адресатів може складатися з таких основних компонентів: реципієнта, споживача, «юзера», якого супроводжують; агента, тобто спеціаліста або групи, що здійснює супровід; життєвої ситуації, яка сприяє чи заважає взаємодії реципієнта і агента; спільноти, в яку вже включений чи прагне бути включеним реципієнт. Спільнота забезпечує оптимальне співвідношення безпосередньої та опосередкованої підтримки з боку оточення людини, яка перебуває у стані переходу від війни до миру.

За нашими даними, негативні наслідки травмування проявляються для особистості, що потребує супроводу, як відчутне зниження рівня психологічного здоров'я. На соціально-психологічному рівні це проявляється як зменшення схильності до співробітництва, здатності співпереживати; на ціннісно-смисловому рівні як втрата здатності до пошуку нових життєвих перспектив, погіршення осмислення досвіду, зниження можливості отримувати задоволення від повсякдення; на індивідуально-психологічному рівні як переживання розщепленості, порушення цілісності, деструктивні зміни ідентичності, зменшення потреби у самореалізації, зниження збалансованості, адаптивності [9].

Починати соціально-психологічний супровід ефективніше, орієнтуючись на соціально-психологічний рівень психологічного здоров'я особистості. Йдеться про необхідність підвищення комунікативної компетентності людини, її здатності чути і бачити проблеми свого оточення, включатися у життя спільноти, приймати і надавати допомогу. Супровід має сприяти покращенню взаємодії, комунікації людини, що повертається до мирного життя, з близьким і більш віддаленим оточенням: родичами, сусідами, друзями, колегами, членами територіальних, політичних, екологічних та інших спільнот. Швидкість відновлення психологічного здоров'я і повернення до мирного життя після воєнних травм забезпечується тривалою дією широкої мережі сімейних, дружніх, професійних зв'язків на особистість постраждалого. За нашими даними, спосіб контактування з постражданим і контекст, в якому здійснюється вплив, мають вирішальне значення для полегшення реінтеграції у соціум.

Умовами ефективної організації взаємодії реципієнта і агентів впливу є їхня тісна взаємодія, цілеспрямованість, активність, зацікавленість, відповідальність обох учасників процесу, взаємна толерантність, готовність до компромісів. Продуктивний супровід передбачає пильність тих, хто супроводжує постраждалого, їхню глибоку включеність у проблеми іншої людини, емпатійність, терпіння, вміння толерувати агресивні вислови та дії.

Ефективний супровід має спиратися на ресурси спільноти, а ні лише на діалог агента і реципієнта. Йдеться про взаємодію побратимів, комбатантів, внутрішньо переміщених осіб, волонтерських організацій, певних державних та недержавних структур. Серед практик реінтеграції у соціум особливу увагу викликають інтенсивні комунікативні практики взаємодії та підтримки, а також фасилітація само- та взаємодопомоги [1,2,4,8,10]. Для успішності соціально-психологічного супроводу неабияке значення має наявність мережі спільнот, які готові його забезпечувати, у тому числі віртуальних. Отже, основні форми організації соціально-психологічного супроводу: безпосередня (якщо психологічну підтримку забезпечує психотерапевт, соціальний працівник, волонтер, член сім'ї) та опосередкована (якщо супровід обумовлений комунікативною взаємодією зі спільнотою. Соціально-психологічний супровід є процесом безпосередньої допомоги травмованій особі; стимуляції залучення особи до спільноти; підтримки спільноти у її прагненні допомагати особі та іншим спільнотам.

Показали свою ефективність медійні способи підтримання самоефективності учасників бойових дій, членів їхніх сімей, внутрішньо переміщених осіб. Завдяки перегляду і подальшому обговоренню рекомендованих спеціалістом фільмів, відеосюжетів, організованих методами плейбек-театру імпровізованих інсценізацій травматичного досвіду відбувається переосмислення травматичних подій, інтеграція пережитого, відновлення життєвої неперервності. Плейбек-театр стимулює глядачів створювати авторські наративи, короткі оповіді про певні події, які втілюються акторами у сценічному дійстві. Під час вистави автор наративу відсторонюється від болючих спогадів, бачить пережите у іншому ракурсі, знаходить нові зв'язки між причинами і наслідками. Комплексна дія перформансу, включаючи спільні переживання всіх учасників, сприяє відновленню особистісної цілісності та безперервності, посилює потребно-мотиваційні ресурси як джерело самозмін; підвищує здатність до реінтеграції [4,7,8]. Використання сучасних персональних мобільних пристроїв (телефонів, планшетів) для забезпечення соціально-психологічного супроводу через спеціально організований інформаційний вплив сприяє вчасній самодіагностиці та корекції негативних станів, зменшенню самодеструктивної поведінки, отриманню підтримки від спільноти [11].

Ефективною стратегією супроводу, за результатами тренінгів і консультативних індивідуальних сесій, є спільні переінтерпретації найтяжчих життєвих випробувань у розмовно-діалогічній, літературній, образотворчій, театралізованій формах (автонарратив, казки, оповідання, вірші, пости і коментарі у соціальних мережах, драматизації, малюнки, інсталяції тощо). Стратегія допомагає людині поступово змінити своє попереднє, нерідко трагічне ставлення до пережитого і побачити нові, оптимістичні аспекти набутого досвіду.

**Висновки.** Соціально-психологічний супровід як складова превентивної психології та медіатор конструктивних особистісних трансформацій є спеціально організованою діяльністю, спрямованою на полегшення реінтеграції вразливих категорій населення до умов мирного життя. Йдеться про відновлення та збереження психологічного здоров'я, професійну самореалізацію (працевлаштування, навчання, професійну переорієнтацію), збереження (або створення) сім'ї та поглиблення стосунків із значущим оточенням.

Специфіку супроводу можна охарактеризувати у координатах комплексності, тривалості, систематичності та опосередкованості взаємодії агента і реципієнта через організацію підтримки з боку оточення людини: сім'ї, професійної та інших спільнот, волонтерських організацій.

Етапами соціально-психологічного супроводу є: діагностико-цільовий, що передбачає оперативне професійне дослідження характеру травми, стану психологічного здоров'я реципієнта, ресурсів відновлення; операційно-інструментальний, що передбачає підбір форм, методів, способів організації супроводу; спільнотно-комунікативний, що передбачає залучення реальних і віртуальних мереж, груп самопомоги для здійснення тривалого опосередкованого впливу; та оцінково-корекційний, що передбачає моніторинг ефективності супроводу та внесення необхідних змін до його організації.

Способами організації травма-чутливого соціально-психологічного супроводу є

- пряма, безпосередня підтримка людини, що забезпечує відновлення після травматизації;
- опосередкована підтримка через активізацію роботи спільнот, державних і недержавних інституцій, що створює потенційне середовище конструктивних особистісних трансформацій;
- соціальні мережі, реальні і віртуальні, з подальшим впливом на їхню розгалуженість, глибину та інтенсивність контактів, що підживлює комунікативні ресурси особистості;
- практики взаємо- та самопідтримки і допомоги, що сприяє поступовому зростанню самостійності і відповідальності особистості за подальший плін власного життя, його перспективи.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у дослідженні ефективності інструментів соціально-психологічного супроводу: практик групової взаємодії, взаємодопомоги та підтримки реципієнтів і агентів супроводу; практик само- та взаємодопомоги, що передбачають дозовані супроводжувальні консультації спеціаліста.

#### Література:

1. Климчук В., Королець І., Горбунова В. "Громада – це Я". Програма психосоціального сприяння громадській активності ветеранів АТО. Львів: Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2017. 46 с.
2. Лазоренко Б. П. Експертна оцінка та технології реінтеграції внутрішньо особистісних конфліктів в умовах переживання учасниками АТО наслідків травматичних подій. Конфліктологічна експертиза: теорія і методика. К., 2018. С. 34–36.

3. Лэнгле А. Персональный экзистенциальный анализ. *Психология индивидуальности: Новые модели и концепции*. Под ред. Е.Б.Старовойтенко, В.Д.Шадрикова, М: НОУ ВПО МПСИ. 2012. С.356-382.
4. Мирончак К. В. Практики підтримання самоефективності військового, що переживає втрату. *Психологічна допомога особистості в складних обставинах життєдіяльності*. Чернівці : ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2018.– С. 132–135.
5. Мушкевич М. І. Поняття супроводу у сучасній психологічній науці. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2011. Т. XIII, ч. 1. С. 287–294.
6. Прикладна психологія. За ред. В. М. Павленко. Х.: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2015.
7. Савінов В. В. Використання плейбек-театру в роботі з внутрішньо переміщеними особами // *Простір арт-терапії* / 2018. – Вип. 1 (23). –С. 53–65.
8. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій (2019) – за наук. ред.. Т.М.Титаренко, Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. – 220 с.
9. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
10. Crone D.M., Sarkar M. (2019) Mental Health first aid for the UK Armed Forces // *Health Promotion International* / Oxford University Press // <https://academic.oup.com/heapro/advance-article-abstract/doi/10.1093/heapro/day112/5304750>
11. Dvornyk M. S. (2017) Using mobile apps as a socio-psychological strategy of rehabilitation // *Психологічні науки: проблеми і здобутки – Випуск 10*. – С. 53–67.
12. Matthews-Trigg N, Citrin D, Halliday S, et al. (2019) *Understanding perceptions of global healthcare experiences on provider values and practices in the USA: a qualitative study among global health physicians and program directors*. *BMJ Open* 2019;. doi:10.1136/bmjopen-2018-026020
13. Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British Journal of Pain*, 9(1), 41–42. <https://doi.org/10.1177/2049463714541642>
14. Studwell K. (2014). *The Mental Health Needs of Veterans, Service Members and Their Families* // *American psychological association* // <https://www.apa.org/advocacy/military-veterans/mental-health-needs.pdf>
15. World Health Organization (2019) // *Suicide Rate By Country* // *World Population Review* // <http://worldpopulationreview.com/countries/suicide-rate-by-country/>

#### References:

1. Klymchuk V., Korolets I., Horbunova V.(2017). *Hromada – tse Ya*. [Prohrama psykhosotsialnoho spriyannia hromadskii aktyvnosti veteraniv ATO]. Lviv : Instytut psykhičnoho zdorovia Ukrainskoho katolytskoho universytetu, 2017. 46 s. [in Ukrainian].
2. Lazorenko B. P.(2018). *Ekspertna otsinka ta tekhnologii reintehratsii vnutrishno osobystisnykh konfliktiv v umovakh perezhyvannia uchasnykamy ATO naslidkiv travmatychnykh podii*. [Konfliktolohichna ekspertyza: teoriia i metodyka]. K., S. 34–36. [in Ukrainian].
3. Lenhle A.(2012). *Personalnyi ekzystentsyalnyi analiz*. [Psykholohyia yndyvudualnosti: Novye modeli v kontseptsii]. Pod red. E.B.Starovoitenko, V.D.Shadyrkova, M: NOU VPO MPSTY. S.356-382. [in Russian].
4. Myronchak K. V. *Praktyky pidtrymannia samoefektyvnosti viiskovoho, shcho perezhivaie vtratu*. [Psykholohichna dopomoha osobystosti v skladnykh obstavynakh zhyttiediialnosti]. Chernivtsi : ChNU im. Yu. Fedkovycha, 2018.– S. 132–135. [in Ukrainian].
5. Mushkevych M. I. (2011). Poniattia suprovodu u suchasniy psykholohichniy nauki. [*Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii*]. 2011, XIII, 1., 287–294. [in Ukrainian].
6. *Prykladna psykholohiia* (2015). Za red. V. M. Pavlenko. Kh.: KhNU im. V. N. Karazin. [in Ukrainian].
7. Savinov V. V. (2018) Vykorystannia pleibek-teatru v roboti z vnutrishno peremishchenymy osobamy [*Prostir art-terapii*]. 1 (23). 53–65. [in Ukrainian].
8. *Sotsialno-psykholohichni tekhnologii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii* (2019) – za nauk. red.. Т.М.Титаренко, Кропивницький.: Імекс-ЛТД. 220 с. [in Ukrainian].
9. Титаренко Т.М. (2018) *Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloї travmatyzatsii*. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 160 с. [in Ukrainian].
10. Crone D.M., Sarkar M. (2019) Mental Health first aid for the UK Armed Forces [*Health Promotion International*] Oxford University Press // <https://academic.oup.com/heapro/advance-article-abstract/doi/10.1093/heapro/day112/5304750>
11. Dvornyk M. S. (2017) Using mobile apps as a socio-psychological strategy of rehabilitation [*Психологічні науки: проблеми і здобутки*]. 10. 53–67.

12. Matthews-Trigg N, Citrin D, Halliday S, et al. (2019) *Understanding perceptions of global healthcare experiences on provider values and practices in the USA: a qualitative study among global health physicians and program directors*. *BMJ Open* 2019;. doi:10.1136/ bmjopen-2018-026020
13. Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain [*British Journal of Pain*] 9(1), 41–42. <https://doi.org/10.1177/2049463714541642>
14. Studwell K. (2014). The Mental Health Needs of Veterans, Service Members and Their Families [*American psychological association*] <https://www.apa.org/advocacy/military-veterans/mental-health-needs.pdf>
15. World Health Organization (2019). Suicide Rate By Country. [*World Population Review*] <http://worldpopulationreview.com/countries/suicide-rate-by-country/>