

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЯК СПОСІБ ПОЛЕГШЕННЯ ПЕРЕХОДУ ВІД ВІЙНИ ДО МИРУ

Воєнна травматизація створює реальну загрозу накопичення і посилення стресових реакцій, посттравматичних розладів, зменшення індивідуальних ресурсів особистості, зниження загальної якості життя, уповільнення життєвої активності, різноманітних викривлень у формуванні життєвих планів і перспектив. Психологічної підтримки потребують і потребуватимуть у майбутньому колишні військові, члени їхніх сімей, внутрішньо переміщені особи, жителі так званої «сірої зони», звільнених після окупації територій, що живуть у стані хронічного стресу, постійної невизначеності.

Проблематика соціально-психологічних наслідків військових конфліктів концентрується навколо негативного впливу травматичного досвіду війни на ветеранів та членів їхніх родин (В.К. Jordan, А. Matsakis, D.A.Ryan, S.J.Verbosky, С. Williams, Y. Wosner); розвитку посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців та членів їхніх сімей (R. Dekel, T. Franciskovic, J.L. Price, Z. Solomon). Водночас серед психологічних проблем воєнного і майбутнього поствоєнного суспільства чи не найгострішою є пошук можливостей оптимізації переходу до умов мирного життя різних категорій населення країни.

Коли людина відчуває страждання, відчуження, ненависть, жагу помсти, коли її мучить самотність і відсутність розуміння, їй конче потрібна психологічна підтримка. Після повернення з фронту їй також нерідко бракує юридичної, медичної, фінансової допомоги. І вона звертається за різними видами соціальної підтримки перш за все до тих, кого добре знає, кому довіряє, до членів власної сім'ї, друзів, побратимів.

Недарма представники клінічної, медичної психології розглядають соціальну підтримку в якості основного ресурсу збереження здоров'я.

Підтримка сприяє подоланню депресії і тривоги, тоді як її дефіцит посилює почуття відторгнення, обурення, самотності.

Ключовим аспектом соціальної підтримки є соціально-психологічний супровід. За ініціативою Червоного Хреста проведені дослідження його ролі серед родичів осіб, що зникли безвісті під час воєнних конфліктів у Боснії, Герцеговині, Сербії, Косово, у Грузії, Вірменії, Азербайджані, Непалі, Східному Тиморі. Серед спільнот, які постраждали під час війни і протягом тривалого часу потребуватимуть соціально-психологічного супроводу, слід назвати і внутрішньо переміщених осіб.

Особлива підтримка має надаватися мешканцям сірої зони, жителям звільнених від ворога територій, населення окупованих Донбасу і Криму. Одне із завдань психологів у цьому контексті полягає у розробці специфічних стратегій психологічного супроводу, спрямованих на розбудову культури миру. Необхідність досягнення взаєморозуміння та взаємопримирення тих, хто опинився по різні боки фронту, диктуватиме необхідність пошуку нових можливостей переходу до умов мирного життя.

Серед тих, кому психологічна підтримка потрібна у першу чергу, слід назвати переживших втрати. За даними японських дослідників, які провели міждисциплінарне дослідження взаємозв'язку між різними видами підтримки та рівнем стресу у тих, що вижив після землетрусу на Сході Японії і стали вимушеними переселенцями, насамперед потребують уваги ті, хто втратив членів сім'ї і друзів під час катастрофи і переселення (Teramoto S., Matsunaga A., Nagata S.).

Брак соціальної підтримки, базовим елементом якої є психологічний супровід, може мати фатальні наслідки як для життя і здоров'я людини, так і для успішності реадаптації до умов мирного життя.

Соціально-психологічний супровід – це насамперед комплексна підтримка людини, що постраждала, з боку її оточення. Супровід передбачає наявність мережі сімейних, дружніх, професійних зв'язків, комунікацію людини, що

повертається до мирного життя, з сусідами, членами територіальних, політичних, екологічних та інших спільнот.

До соціально-психологічного супроводу входить система мультидисциплінарних заходів, що забезпечує взаємодію спільнот між собою, їхню готовність до надання підтримки своїм членам, активність у залученні особистості до спільнотного життя з метою покращення її психологічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя.

Предикторами цільового включення особистості до спільнотного життя з метою оптимізації переходу від війни до миру є психологічна готовність особистості до отримання підтримки з боку певних спільнот (професійних, територіальних, екологічних, політичних тощо); стимулювання мотивації особистості до індивідуального внеску у життя спільнот; підвищення відповідальності особистості за діяльність спільнот, їх колективне самовизначення.

Ефективність соціально-психологічного супроводу визначається його структурно-функціональними характеристиками. Від структури соціально-психологічного супроводу значною мірою залежить якість адаптації до умов мирного життя.

Компонентами структури супроводу є розмір мереж, в які включена людина, їхня кількість, розгалуженість, взаємозамінність, частота і інтенсивність контактів, форми соціальних взаємодій. Доведено, що багаті соціальні мережі відчутно зменшують прояви ризикованої поведінки (J.Blumenthal, J.Kaplan, A.Rozanski). Отже, є підстави вважати, що кількість мереж, в яких людина активно проявляє себе, впливатиме на її реадаптацію до умов мирного життя.

Функції соціально-психологічного супроводу, насамперед захисні, емоційно стабілізаційні та інструментальні, забезпечують якість контактів, задоволеність ними, внутрішній зміст взаємодії, її значущість для особистості. Продуктивний супровід передбачає пильність тих, хто супроводжує

постраждалого, їхню глибоку включеність у проблеми іншої людини, емпатійність, терпіння, вміння толерувати агресивні вислови та дії.

Ефективним шляхом опосередкування взаємодії постраждалих осіб з непередбачуваним соціумом є розробка стратегій соціально-психологічного супроводу, що передбачає більш ефективну підготовку та перекваліфікацію психологів-практиків, соціальних працівників та інших фахівців і волонтерів.

Системне застосування стратегій соціально-психологічного супроводу постраждалих дасть змогу забезпечити після завершення війни поступове розгортання у суспільстві культури миру та конструктивні особистісні трансформації постраждалих від воєнних дій. Дозована стимуляція ресурсів особистості під час соціально-психологічного супроводу сприятиме прискоренню і полегшенню переходу країни до умов мирного життя.

Можна виділити декілька векторів спрямування соціально-психологічного супроводу постраждалих. По-перше, це спрямованість на пряму, безпосередню допомогу людині, що забезпечує відновлення після травматизації. По-друге, це спрямованість на опосередковану допомогу через активізацію роботи спільнот, до яких людина включена, що створює потенційне середовище конструктивних трансформацій. По-третє, це спрямованість на соціальні мережі, їхню розгалуженість, глибину та інтенсивність контактів, що підживлює комунікативні ресурси особистості.

Анотація. Роботу присвячено соціально-психологічному супроводу як ресурсу оптимізації переходу населення країни до умов мирного життя. Соціально-психологічний супровід розглянуто як комплексну підтримку людини з боку її оточення, що включає мережі сімейних, дружніх, професійних та інших зв'язків. З'ясовано наступні предиктори цільового включення особистості до спільнотного життя: готовність особистості до отримання підтримки з боку спільнот; стимулювання мотивації особистості до індивідуального внеску у життя спільнот; підвищення відповідальності особистості за діяльність спільнот. Досліджено залежність адаптації до умов мирного життя від структури (розміру, кількості, розгалуженості соціальних мереж, інтенсивності контактів) та функцій (захисних, стабілізаційних, інструментальних) соціально-психологічного супроводу. Визначено вектори спрямування соціально-психологічного супроводу постраждалих: на безпосередню допомогу людині, що постраждала; на

опосередковану допомогу через активізацію роботи спільнот, до яких людина включена; на соціальні мережі, які підживлюють комунікативні ресурси особистості.

Ключові слова: соціально-психологічний супровід, перехід від війни до миру, особистісні трансформації, соціальні мережі, спільнота.

Аннотація. Работа посвящена социально-психологическому сопровождению как ресурсу оптимизации перехода населения страны к условиям мирной жизни. Социально-психологическое сопровождение рассмотрено как комплексную поддержку человека со стороны его окружения, что включает сети семейных, дружеских, профессиональных и других связей. Выявлено следующие предикторы целевого включения личности в жизнь сообществ: готовность личности к получению поддержки со стороны сообществ; стимулирование мотивации личности к индивидуальному вкладу в жизнь сообществ; повышение ответственности личности за деятельность сообществ. Исследована зависимость адаптации к условиям мирной жизни от структуры (размера, количества, разветвленности социальных сетей, интенсивности контактов) и функций (защитных, стабилизационных, инструментальных) социально-психологического сопровождения. Определены векторы социально-психологического сопровождения пострадавших: на непосредственную помощь пострадавшему человеку; на опосредованную поддержку через активизацию работы сообществ, в которые человек включен; на социальные сети, подпитывающие коммуникативные ресурсы личности.

Ключевые слова: социально-психологическое сопровождение, переход от войны к миру, личностные трансформации, социальные сети, сообщество.

Resume. The work is devoted to the socio-psychological support as a resource to optimize the country's population transition to the peaceful life conditions. Socio-psychological support is considered as comprehensive person support from the people around, which includes family, friendship, professional and other networks. It has been identified the following predictors of individual's inclusion in the communities' life: the individual willingness to receive support from the communities; stimulation of individual motivation for individual contribution to the communities' life; individual responsibility increasing for community activities. It has been studied the dependence of adaptation to the peaceful life conditions on the structure (size, quantity, branching of social networks, intensity of contacts) and functions (protective, stabilization, instrumental) of socio-psychological support. The vectors of socio-psychological support for the injured persons are determined: direct assistance to the injured person; indirect support through the revitalization of the communities in which the person is included; social networks that feed personal communication resources.

Keywords: socio-psychological support, the transition from war to peace, personal transformation, social networks, community.