

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ТА СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА МОЛОДІ: ЗНАЧЕННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ НОВОЇ ПОСЛУГИ

Анотація. В статті окреслені особливості впровадження нової психосоціальної послуги з формування життєстійкості. Розглянуто наукові погляди на поняття «життєстійкість» та «резильєнтність». Здійснено аналіз ресурсного підходу до копінг стратегій.

Ключові слова: життєстійкість, резильєнтність, молодь, соціальні послуги, копінг стратегії.

Сьогодні життя випробовує стійкість та витримку кожного українця. Зберегти сили до перемоги, врівноважити ментальне та фізичне здоров'я, не піддатися паніці в критичних ситуаціях, мріяти та діяти попри всі виклики – це, те до чого має прагнути кожен громадянин нашої держави. Наслідками ситуації кризи у соціально-економічній, соціально-політичній, соціально-правовій сферах життя суспільства стають загальносоціальні модифікації різного характеру: поряд з об'єктивно неминучими прогресивними змінами виявляються ще такі як зниження довіри до соціальних інститутів держави, деформація правової культури у суспільстві, знецінення актуальних правових норм, руйнація попередніх цінностей, згортання наявних орієнтирів. Значна частина населення опинилася у стані хронічної невизначеності, безпорадності, що викликає суб'єктивне відчуття соціальної незахищеності, безнадії та безвиході. Особливим чином це стосується зростаючого покоління України, яке зіштовхнулося з неминучим змінами, що формує необхідність дослідження феномену «життєстійкість» не тільки в рамках психологічної науки, а й у площині соціальної практики.

Поняття життєстійкості є широко дослідженим в зарубіжній практиці. Американський психолог С. Мадді визначає, що *життєстійкість* (hardiness) – є здатністю особистості витримувати стресові ситуації, зберігаючи внутрішній баланс та працездатність, що включає в себе з три ключові компоненти: залученість, контроль та прийняття ризику [5]. Життєстійкість є

психологічним фактором розвитку більш широкого поняття резильєнтності. *Резильєнтність* – це здатність людини або соціальної системи вибудовувати нормальне, повноцінне життя в складних умовах (наразі це постійних страх за власне життя, здоров'я та за безпеку рідних та близьких). [2, с. 26-64]. Загалом феномен резильєнтності розуміється у трьох площинах – як риса чи здатність особистості, як процес та як адаптаційно-захисний механізм особистості. Резильєнтність включає набір гнучких когнітивних, поведінкових та емоційних відповідей на гострі або хронічні неприємності, що можуть бути як незвичайними, так і звичними для індивіда [4, с. 5].

Також, слід додати, що механізмом побудови моделі продуктивного мислення та поведінки, яке спрямоване на подолання життєвих труднощів є використання копінг-стратегій, що є відносно новим поняттям в науково-дослідному вимірі. Розглядаючи копінг стратегію через ресурсний підхід можна визначити, що існує процес «розподілу ресурсів» (commerce of resources), який пояснює той факт, що деяким людям вдається зберігати здоров'я та адаптуватися незважаючи на різні життєві обставини, У рамках ресурсного підходу розглядають широкий спектр різних ресурсів, як середовищних (доступність інструментальної, моральної та емоційної допомоги з боку соціального середовища), так і особистісних (навички та здібності індивіда) [9]. Хобфолл пропонує теорію збереження ресурсів (Conservation of Resources, COR – теорія), в якій розглядає два класи ресурсів: матеріальні та соціальні, або пов'язані з цінностями (esteem) [8]. Інші дослідники як один з ресурсів, що впливають на використовувані копінг-стратегії, пропонують конструкт «життєстійкість» (hardiness) [5, с.173-185].

Соціальні умови та життєвий досвід молоді слід розглядати в нашій поточній політичній та економічній ситуації в контексті сім'ї, суспільства, культури в цілому та його/її стосунків з однолітками.

Актуальним новим завданням для **соціальної роботи** є формування життєстійкості, яке Кабінет Міністрів України ухвалив 3 жовтня 2023 року та затвердив Постанову про реалізацію пілотного проекту із запровадження

комплексної психосоціальної послуги з формування життєстійкості. Мета проекту – підтримка та зміцнення психічного здоров'я, навчання стресостійкості та попередження психологічної травматизації [10].

Надання послуг з формування життєстійкості – це системний підхід до надання психосоціальної підтримки індивіду або сім'ї, які потребують допомоги у зміцненні їх психологічного, емоційного та соціального стану, а також у розвитку навичок та ресурсів для впорядкування життя.

Цей процес включає в себе наступні етапи:

- *Фахова оцінка потреб.* Визначення конкретних потреб і проблем особи або сім'ї. Це може включати в себе оцінку психологічного, емоційного та соціального стану, а також ідентифікацію факторів, які викликають проблеми.

- *Розробка та впровадження індивідуального плану підтримки.* На підставі оцінки потреби формується індивідуальний план підтримки, в якому пропонуються мети та завдання для покращення життєстійкості особи або сім'ї.

- *Надання психосоціальної підтримки.* Психосоціальна підтримка включає в себе психотерапевтичні послуги, консультування, навчання навичкам копінгу (способам впорядкування зі стресом і проблемами), а також навчання соціальним навичкам.

- *Розвиток навичок.* Може включати в себе тренінги та групи, які допомагають клієнтам розвивати навички самопомічності, соціальної адаптації та згуртованості, комунікації та стресостійкості [1, с. 29].

- *Оцінка результатів і коригування плану.* Після виконання плану необхідно здійснити оцінку результатів. Якщо потрібно, план коригується або розширюється для досягнення найкращих можливих результатів.

Завдання з формування життєстійкості в молоді буде лягати зокрема на заклади освіти, як соціальні інститути, які мають бути спрямовані на досягнення спільної мети будь-якої системи освіти – навчання, виховання та розвиток особистості.

Важливо зазначити, що життєстійкість не є універсальною, безумовною чи постійною якістю життя молоді; вона змінюється залежно від типу стресу,

його контексту та інших факторів. Молоді люди можуть бути стійкими до певних стресових факторів, але не до інших. Крім того, стійкість може змінюватися з часом і зі зміною умов [6, с. 543-562]. Стійкість молоді пов'язана із «захисною тріадою» ресурсів і заходів, що зміцнюють здоров'я, залучаючи сильні сторони дитини, сім'ї та школи/спільноти [7, с. 740-795]. Очікування та орієнтація на майбутнє у молодих людей, відображає перспективні сфери, що забезпечують особистісне зростання. Саме тому, орієнтація на майбутнє учнівської та студентської молоді призводить до змін у ціннісних (освіта, робота, кар'єра, співпраця), соціальних (рівність, соціальна справедливість, національна ідентичність, патріотизм, допомога іншим), життєвих (життєстійкість, особистісне зростання) та сімейних (сім'я, шлюб) перспективах в умовах адаптації суспільства до воєнного стану [3, с. 68].

Література

1. Бибик, Д. Д. Лідерство та соціальна згуртованість молоді: перспективи забезпечення розвитку в умовах сучасних викликів: Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал: матеріали звітної науково-практичної конференції Інституту проблем виховання НАПН України за 2022 рік (11). НАІР, м. Івано-Франківськ, Україна, 2023. С.29.
2. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології: Консультативна психологія і психотерапія*, 14. 2018 р. с. 26-64.
3. Савельчук І. Б. Очікування та орієнтація на майбутнє: виклики під час війни для сучасної учнівської та студентської молоді. *Повоєнна Україна і Світ: філософський, правовий та гуманітарний дискурси*. м. Київ. 2022. С. 68
4. Neenan, M. *Developing Resilience: A Cognitive-Behavioural Approach* (2nd ed.). *Routledge*. 2017. pp. 5
5. Maddi, S. R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3). 2002. pp. 173-185.
6. Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71. 2000. pp. 543-562.
7. Luthar, S. S. Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D.Cicchetti & D. J.Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*. New York: Wiley. 2006. pp. 740-795.
8. Hobfoll S. E. *Stress, culture, and community: The psychology and philosophy of stress*. *Springer Science & Business Media*, 2004.
9. Frydenberg E. E. *Beyond coping: Meeting goals, visions, and challenges*. *Oxford University Press*, 2002.
10. <https://www.kmu.gov.ua/news/v-ukraini-zaprovadzheno-kompleksnu-sotsialnu-posluhu-z-formuvannia-zhyttiostiikosti>