

УДК 316.6

Титаренко Тетяна Михайлівна

доктор психологічних наук, професор,

дійсний член НАПН України,

головний науковий співробітник,

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,

Київ, Україна

ORCID ID 0000-0001-8522-0894

tytarenkotm@gmail.com

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПОСТТРАВДАЛИХ УНАСЛІДОК ТРАВМАТИЗАЦІЇ: ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНІ ПЕРСПЕКТИВИ

Актуальність. Проблема соціально-психологічної підтримки психологічного благополуччя громадян України, які опинилися у травматичній ситуації внаслідок загрози життю, загострюється у зв'язку з повномасштабною військовою агресією з боку Російської Федерації.

Метою статті є верифікація концептуальних основ соціально-психологічного супроводу постраждалих відповідно до євроінтеграційних перспектив України: способів супроводжувальної фасилітації життєконструювання, що сприяють реінтеграції в мирний соціум; оптимізаційних стратегій супроводу, що визначають ландшафт життєтворення та активізують посттравматичне зростання; чинників збереження і відновлення психологічного благополуччя завдяки отриманню електронної підтримки користувачів та використанню орієнтованих на велику кількість людей практик соціально-психологічної підтримки.

Методологія. У межах розробленої та емпірично верифікованої концепції соціально-психологічного супроводу визначено його функціональні характеристики, вектори спрямованості, способи організації. Запропоновано модель супроводжувальної медіації посттравматичних особистісних трансформацій, що охоплює чинники збереження психологічного благополуччя, таргетовані відповідно до посттравматичних ландшафтів життєтворення.

Результати. З'ясовано засади дискурсивної фасилітації посттравматичного зростання. Розроблено полімодульний підхід до електронної підтримки психологічного благополуччя в системі соціально-психологічного супроводу особистості, визначено предиктори його ефективності. Розроблено способи особистісної трансформації спрямованості ветеранів та волонтерів з військового на мирний спосіб життя з урахуванням ролі командотворення. З'ясовано завдання агентів соціально-психологічного супроводу особистості під час роботи з втратою відповідно до етапів супроводу, запитів реципієнтів, ресурсної бази, що визначає способи підтримки і допомоги. Виявлено форми соціально-психологічного супроводу великих груп людей як способу оптимізації ідентичності респондентів.

Висновки та перспективи подальших досліджень: мають бути розроблені стандарти і протоколи психологічних послуг різним категоріям населення, способи підвищення кваліфікації психологів-практиків, які входять до супроводжувальних команд.

Ключові слова: соціально-психологічний супровід; посттравматичне життєтворення; посттравматичне зростання; електронна психосоціальна підтримка; супровід ветеранів і волонтерів; переживання втрати; ідентичність внутрішньо переміщених осіб.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ACCOMPANYING OF TRAUMA VICTIMS: EUROPEAN INTEGRATION PERSPECTIVES

Tetiana M. Tytarenko

Doctor of Science in Psychology, Professor,

Full Member of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,

Chief researcher of Laboratory of Social Psychology of Personality,
Institute for Social and Political Psychology of NAES, Kyiv, Ukraine
ORCID ID 0000-0001-8522-0894
tytarenkotm@gmail.com

Urgency. The problem of socio-psychological accompanying the psychological well-being of Ukrainian citizens who find themselves in a traumatic situation due to a threat to their lives is becoming more acute in connection with full-scale military aggression by the Russian Federation.

The article **aims** to verify the conceptual foundations of the socio-psychological accompanying of victims in accordance with the European integration prospects of Ukraine.

These are the **methods** of accompanying facilitation of life construction, which contribute to reintegration into a peaceful society; optimized accompanying strategies that determine the landscape of life construction and activate the post-traumatic growth; factors of preservation and restoration of psychological well-being due to the electronic support of users, and applying socio-psychological support practices oriented to a large number of people. Within the framework of the developed and empirically verified conception of socio-psychological accompanying, its functional characteristics, direction vectors, and organization methods are defined.

Results. It is proposed a model of accompanying mediation of personal post-traumatic transformations, which includes factors of maintaining psychological well-being, targeted according to post-traumatic landscapes of life construction. The principles of discursive facilitation of post-traumatic growth are clarified. It is developed a poly modular approach to electronic support of psychological well-being in the system of socio-psychological accompanying of the individual, and the predictors of its effectiveness are determined. There are developed methods of personal transformation of veterans' and volunteers' orientation from a military to a peaceful way of life, taking into account the role of team building. It is clarified the task of the socio-psychological accompanying agents during the individual work with the loss, per the accompanying stages, the requests of recipients, and the resource base, which determines the methods of support and assistance. There are identified forms of socio-psychological accompanying for large groups of people as a way to optimize the identity of respondents.

Conclusions and prospects for further research: there should be developed standards and protocols of psychological services for different categories of the population and ways of improving the qualifications of practicing psychologists included in accompanying teams.

Keywords: socio-psychological accompanying; post-traumatic life-construction; post-traumatic growth; electronic psychosocial support; accompanying of veterans and volunteers; experiencing loss; identity of internally displaced persons.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Проблема соціально-психологічної підтримки психологічного благополуччя громадян України, які опинилися в травматичній ситуації внаслідок загрози життю, загострюється у зв'язку з повномасштабною військовою агресією Росії. Соціально-психологічний супровід в умовах війни стає джерелом додаткових ресурсів, медіатором конструктивних трансформацій та передбачає оптимізацію євроінтеграційних процесів, до яких долучилася Україна. У фокусі уваги опиняються способи надання комплексної, ефективної соціально-психологічної підтримки і допомоги, забезпечення максимального відновлення психологічного благополуччя людини, що проживає посттравматичний період життєконструювання, переживає втрати, страждає від невизначеності. Способи організації соціально-психологічного супроводу в масштабах країни можуть бути суттєво полегшені завдяки синхронізації дій вітчизняних психологів з діями європейських наукових інституцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, виокремлення нерозв'язаних частин загальної проблеми. Травмочутливий соціально-психологічний супровід особистості є вагомим складником превентивної психології, психології соціальної роботи, консультативної психології, психотерапії, які набули нині значного поширення в країнах Євросоюзу. Спрямованість супроводу на подолання наслідків воєнних конфліктів концентрується навколо негативного впливу травматичного досвіду війни на особистість; профілактики посттравматичних розладів у військовослужбовців та членів їхніх сімей (Як допомогти..., 2022; Мозговий, 2018; Титаренко, 2020; Belrose, 2019; Crone et al., 2020; Kranke, Floersch, & Dobalian, 2019); способів використання реабілітаційного потенціалу сім'ї та гармонізації проблемної поведінки дітей, зумовленої воєнними травмами (El-Khani, et al., 2020); психологічної підтримки біженців у країнах Європи, що передбачає

співчуття і разом із тим культурну компетентність спеціалістів (Papadopoulos, & Shea, 2018); тематики майнових втрат, суттєвих обмежень свободи і безпеки (Мирончак, 2020). Водночас серед психологічних проблем воєнного і майбутнього поствоєнного суспільства чи не найгострішою є пошук можливостей оптимізації соціально-психологічного супроводу різних категорій населення. Це передбачає взаємодію постраждалого як із спеціалістами (Rice, et al., 2019), так і із сім'єю, родичами, колегами, друзями, що пом'якшує дію воєнної травматизації та забезпечує реадaptaцію людини в мирних умовах (Титаренко, 2020; Young, & Phillips, 2019).

Організація комплексного супроводу людини, що брала участь у військових конфліктах, перебуває в центрі уваги психологічних служб країн НАТО, досвід яких є для нас дуже цінним. Країни альянсу на різних етапах реадaptaції комбатантів надають різнобічну психологічну підтримку, сприяючи якомога більш повноцінному поверненню до мирного життя. Серед аспектів такої роботи згадаймо цілеспрямовану підготовку військових, які перебувають на лінії зіткнення, до майбутнього повернення в мирне життя. Психологічна декомпресія передбачає створення груп спеціалістів різного профілю, включаючи психологів, соціальних і медичних працівників, капеланів тощо, робота яких спрямовується на посилення життєстійкості, розвиток саморегулятивних навичок, активізацію самостійності, ініціативи військових. Відновленню психологічного здоров'я сприяє стимулювання лідерських якостей комбатантів (Vermetten, et al., 2014). Своєчасним є вивчення можливостей організації такої роботи в Україні з урахуванням складностей, які виникають у разі перенесення досвіду натівських психологічних служб у сучасні українські умови.

Поки що невивченими залишаються питання супроводжувальної медіації посттравматичних особистісних трансформацій; практик фасилітації посттравматичного зростання; способів електронної підтримки психологічного благополуччя; специфіки соціально-психологічного супроводу ветеранів, волонтерів, внутрішньо переміщених осіб, людей, що переживають втрату.

Мета статті полягає у верифікації концептуальних основ соціально-психологічного супроводу постраждалих відповідно до євроінтеграційних перспектив: способів супроводжувальної фасилітації життєконструювання, що сприяють реінтеграції в мирний соціум; оптимізаційних стратегій супроводу, що визначають ландшафт життєтворення та активізують посттравматичне зростання; чинників збереження і відновлення психологічного благополуччя завдяки отриманню електронної підтримки користувачів та використанню орієнтованих на велику кількість людей практик соціально-психологічної підтримки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Концепт соціально-психологічного супроводу є базовим у контексті воєнного і поствоєнного часу, оскільки органічно поєднує два основні аспекти підтримки людини – соціальний і психологічний. Супровід можна розглядати як основну умову збільшення внутрішніх ресурсів особистості завдяки залученню ресурсів зовнішніх, що полегшує інтеграцію військових, мешканців тимчасово окупованих територій, вимушених мігрантів у відновлюваний мирний соціум, сприяючи вторинній професійній переорієнтації, підвищенню добробуту і суб'єктивного благополуччя.

У воєнних умовах більш запитаним є психологічний супровід, який стосується оперативної підтримки окремих людей. Крім таких мікропрактик, які вже реалізують психологи, соціальні працівники, лікарі тощо, важливими є мезопрактики, що охоплюють сім'ї, певні професійні групи, і макропрактики, які поширюються на мережі віртуальних і реальних спільнот, організації, соціальну політику держави загалом.

В умовах гострої фази війни, яку переживає Україна, функції супроводу модифікуються. Для людей, які опинилися на прифронтових територіях, найважливішою функцією соціально-психологічного супроводу стає функція безпеки в тих межах, які наразі можливі. У центрі уваги супроводжувальної команди опиняються найбільш

вразливі верстви населення (діти, люди літнього віку, люди з обмеженими можливостями), що потребують найбільше уваги і підтримки. Для переселенців, які опинилися в країнах Європи, на перший план виходить така функція супроводу, як стабілізація. Мається на увазі досягнення якомога більш повного емоційного, комунікативного, особистісного балансу. Певна кількість людей, передусім волонтерів і активних учасників бойових дій, потребує супроводу, спрямованого не тільки на стабілізацію, а й на відновлення, інтеграцію набутого травматичного досвіду. Що ж до учасників супроводжувальних команд, то для них основною функцією супроводу стає інструментальна, спрямована на вчасне отримання зворотного зв'язку від реципієнтів, підвищення якості і значущості супроводжувальної взаємодії.

З метою таргетування супроводжувальних впливів до тезауруса психологічних понять введено поняття ландшафту життєтворення, що дає змогу не лише аналізувати рух особистості життєвим шляхом, а й акцентувати увагу на різних, якісно несхожих його періодах. Ландшафт є тимчасовою територією особистісних трансформацій з власною ціннісно-сисловою конфігурацією та векторною спрямованістю, яку вибудовує особистість відповідно до значущих життєвих контекстів. Ландшафти змінюються відповідно до виникнення складних, екстремальних ситуацій, до переживання травматичних подій, коли старі цінності вже не спрацьовують і значущі смисли себе вичерпують. Відносна усталеність, тимчасова структурна і векторна стабільність ландшафту забезпечуються рівнем осмислення набутого за певний період життя досвіду, актуальними ціннісними пріоритетами особистості, способами подолання кризових ситуацій, стратегічними життєвими виборами, горизонтом перспектив.

Травматичний життєвий досвід, який людина отримує під час війни, є абсолютно екстраординарним і водночас таким, що супроводжується почуттям спорідненості, спільності з тими людьми, що опинилися в схожих загрозливих обставинах. Породжені війною переживання, враження, життєві рішення, вчинки змінюють характер особистісного життєконструювання. Новий чи суттєво оновлений ландшафт життєтворення синтезує минуле з раніше осмисленим досвідом, теперішнє, що розгортається під час війни, і майбутнє, на яке людина сподівається після перемоги. Індивідуальні, вікові, гендерні особливості вибору ландшафту життєтворення аналізуються завдяки таким індикаторам: емоційна валентність пережитого, ступінь унікальності досвіду; можливість супроводжувального впливу.

Вплив життєвих обставин на посттравматичне життєтворення відбувається опосередковано – через ціннісно-сислові фільтри та способи взаємодії часів життя (минулого, теперішнього, майбутнього). Відповідно, критеріями конструювання певних ландшафтів життєтворення є 1) ціннісна домінанта, яка стає вектором подальшого життєтворення; 2) рівень осмислення та прийняття, асиміляції набутого під час випробувань досвіду; 3) оцінка теперішнього, рівень задоволеності сьогоденням; 4) конструювання майбутнього, бачення реальних життєвих перспектив, виникнення цілей і планів їх реалізації. Відповідно до цих критеріїв складається інтегральний показник ландшафту – ціннісно-сислова конфігурація життя особистості на новій території, тригерами зміни якої можуть стати екстремальні ситуації, травматичні події, життєві кризи.

У вибірці учасників бойових дій визначено п'ять типів ландшафтів життєтворення зі своїми функціонально-динамічними характеристиками і сисловою конфігурацією. Половина учасників дослідження опинилася на території екзистенційного і комунікативного ландшафтів. Друга половина обрала ландшафти служіння, самореалізації та прагматичний. Оскільки кожний четвертий автор нарративу перебуває в гострій стадії проживання травми і не готовий зануритися в актуальне повсякдення (екзистенційний ландшафт), саме вони найбільше потребують соціально-психологічного супроводу.

Модель супроводжувальної медіації посттравматичних особистісних трансформацій охоплює типи життєвих ландшафтів, показники психологічного

благополуччя, стратегії соціально-психологічного супроводу постраждалих, що використовуються відповідно до поширених типів життєвих ландшафтів, зміст і етапи постсупроводу відповідно до характеру пережитої травми. Як показали наші дослідження, життєві ландшафти комбатантів (екзистенційний, комунікативний, служіння, самореалізації, прагматичний) і ландшафти мешканців України, що переживали пандемію Covid 19 (прагматичний, екзистенційний, саморозвитку, соціетальний, волонтерський), мають певні відмінності щодо поширеності.

Компоненти супроводу є етапами його розгортання (діагностико-цільовий, операційно-інструментальний, спільотно-комунікативний, оцінково-корекційний). Показниками ефективності супроводу, за нашими даними, є зростання рівня психологічного благополуччя супроводжуваного, активізація спільності, діалогічності, толерантності реципієнта та агента; координація роботи міждисциплінарних супроводжувальних команд.

Чинники збереження психологічного благополуччя в умовах травматизації такі: здатність адекватно оцінювати ситуацію невизначеності і небезпеку; здатність встановлювати каузальні зв'язки між минулим, теперішнім і майбутнім; здатність орієнтуватися на ціннісно-сміслові характеристики ландшафтно-життєпобудови; здатність обирати практики подолання негативних станів відповідно до попереднього досвіду поведінки в складних життєвих ситуаціях.

Завданням соціально-психологічного супроводу в часи війни є повернення/збереження/покращення психологічного благополуччя людини. У межах концепції соціально-психологічного супроводу благополуччя розглядається як здатність особистості зберігати себе і своїх близьких, набуваючи досвід у сфері непередбачуваного, неочікуваного, непрогнозованого. Коли життєва ситуація набуває екстраординарної складності, психологічне благополуччя передбачає насамперед готовність швидко і відповідально змінювати характер життєтворення відповідно до провідних цінностей. Критерієм благополуччя стає здатність особистості конструктивно імпровізувати зі змінами в житті з урахуванням травматичних впливів.

Постраждалі внаслідок травматизації потребують різних способів організації соціально-психологічного супроводу. У гострому стані необхідною є пряма, безпосередня підтримка людини. Надалі набуває значення опосередкована підтримка через активізацію роботи спільнот, що створює потенційне середовище конструктивних особистісних трансформацій. І пізніше ефективними стають практики взаємо- та самопідтримки і допомоги, що сприяють зростанню самостійності і відповідальності особистості за подальший плин власного життя, його перспективи.

Підтвердили свою ефективність такі стратегії травмоутливого соціально-психологічного супроводу:

- комунікативна (спрямована на відновлення довіри, взаєморозуміння, подолання відчуження, формування почуття єдності з групою),
- стратегія зміни ставлення до травматизації (спрямована на формування ставлення до пережитої травми як до ресурсу, що передбачає спільні переінтерпретації життєвих випробувань та пошук нових ціннісно-сміслових орієнтирів),
- стратегія фасилітації само- і взаємодопомоги (спрямована на підвищення самостійності й відповідальності постраждалої людини, вірність власним життєвим орієнтирам, організацію ресурсної взаємодії з оточенням),
- стратегія сприяння самореалізації (спрямована на підвищення уваги до саморозвитку людини, до більш глибокого пізнання власних схильностей, здібностей, на розвиток творчого ставлення до життя, на реалістичне проектування майбутнього) (Титаренко, 2020).

Вектори ефективної супроводжувальної взаємодії чи то вимушених мігрантів, чи комбатантів або волонтерів передбачають спрямованість на опосередковану допомогу людині через активізацію кількох спільнот, до яких вона належить. Спільноти мають

сприйматися реципієнтом як важливі, ресурсні для себе, а члени спільноти – бути готовими до зустрічної активності, співпраці.

У результаті переживання травм на індивідуальному, груповому, суспільному рівнях, як відомо, можливим є досвід позитивних змін, і тому набуває особливої ваги соціально-психологічний супровід посттравматичного зростання, який дає змогу підсилити особистість, громаду, інші суспільні інституції в напрямку поглиблення взаєморозуміння, взаємоповаги, зниження конфліктогенності, збагачення життєвої філософії. Головними аспектами концептуальної моделі посттравматичного зростання у фреймі психологічних наслідків травматизації для психічного здоров'я є фокусування уваги на ресурсах; на здатності людини та суспільства адаптуватися, справлятися з наслідками травм і перетворювати їх на потенціал для змін у сприйнятті світу, себе та інших.

Можна виділити такі принципи соціально-психологічного супроводу постраждалих: базові (повага до цінностей людини, її життєвої історії, індивідуальної своєрідності, підтримка її прав та незавдання їй шкоди) й операційні (послідовності, системності, наступності). Супровід посттравматичного зростання оптимізується шляхом упровадження таких принципів: принципу врахування характеристик травми, особи та середовища, у якому особа перебуває; наративно-ментативного принципу, який передбачає як наративізацію травматичного досвіду, редагування травматичних спогадів, так і опрацювання загалом усіх життєвих наративів; принципу розбудови мережі соціальних ресурсів, який полягає в особливій увазі до розвитку мережі стосунків особи.

Соціально-психологічний супровід посттравматичного зростання є підтримкою дискурсивними засобами досвіду позитивних змін, які виникають у результаті переживання травм особистістю, громадою, суспільством. Серед практик такої фасилітації найефективнішими виявилися: дискурсивне дистанціювання, збагачення словника, рольова реконструкція дискурсу, ментативні провокації, тематичне збагачення, трансдискурсивне позиціонування. Як свідчить досвід країн Євросоюзу, перспективною є фасилітація посттравматичного зростання на робочому місці, оскільки професійна активність – це зручна платформа для впровадження практик повсякденної турботи про благополуччя людини після травматичних подій (Климчук, 2020).

Усе більш важливим вектором супроводу як у нас, так і в Європі стає спрямованість на віртуальні мережі, їхню розгалуженість, глибину та інтенсивність онлайн-контактів, рівень ідентифікації з онлайн-спільнотами. Емпіричну перевірку особливостей супроводу електронними засобами проведено на вибірці із 216 респондентів (116 військовослужбовців, курсантів; 100 мешканців України, що переживають пандемічні та інші травматичні події). Як показало дослідження, електронний супровід забезпечує інформаційну, емоційну, оцінкову та інші форми соціальної підтримки та відрізняється домінуванням луркінг-поведінки (специфічного для онлайн-простору феномену присутності без видимих проявів – поведінки постингу, коментування, уподобання). Визначено такі умови віртуального підтримання психологічного благополуччя особистості в складні часи: використання переваг логістики дистанційного формату, дотримання психологічної безпеки та етики віртуальної взаємодії. Щоправда, соціодемографічним предиктором успішності електронного супроводу є таргетованість на аудиторію жінок 19–24 років із середньою / середньою спеціальною освітою, що задоволені своїм фінансовим забезпеченням та проживають самотньо. Загалом модель підтримки психологічного благополуччя особистості електронними засобами складається з 1) модуля пошуку оперативних рішень для підтримки позитивної комунікації особистості з оточенням; 2) модуля психоедукації для підтримання почуття компетентності, належного рівня пошукової активності; 3) модуля моніторингу змін для підтримання персональних цілей особистості; 4) модуля стабілізації самоповаги та оптимізму.

Поліпшення організації електронного соціально-психологічного супроводу передбачає надання реципієнтам супроводу чітких, однозначних психоедукаційних алгоритмів для самопомоги; забезпечення групової онлайн-активності, гейміфікованість інтервенцій, використання підтримувальних платформ із зрозумілим для інтуїтивного користування інтерфейсом (Дворник, 2020а; 2020b).

Серед умов, які поглиблюють травматизацію ветеранів і волонтерів та ускладнюють процес супроводу, учасники дослідження називають неналежну увагу влади до соціального захисту членів родин загиблих, поранених, військовополонених і тих, хто зник без вісти, несвоєчасні дії влади у сфері вирішення проблем ветеранів, що не сприяє їхній реадaptaції та ресоціалізації; нерозробленість єдиної платформи розвитку ветеранського бізнесу та брак проєктів щодо працевлаштування ветеранів. Чинниками успішності супроводу цієї категорії реципієнтів є допомога побратимів, командна згуртованість, сімейна підтримка, участь громадських і державних організацій, відповідних соціальних служб. Неабияку роль у взаємопідтримці відіграє стійка групова ідентичність ветеранів і волонтерів; їхня здатність до опанування негативних станів; відповідальність перед загиблими за їхніх рідних; відповідальність перед своїми рідними за власне та їхнє благополуччя (Лазоренко, 2021).

Апробація копінгів негативних емоційних станів учасників бойових дій дала змогу виділити серед них базові (копінги пошуку опори в сім'ї, серед друзів, у професійній діяльності, у самому собі) і додаткові (активний і пасивний відпочинок, спорт). Найефективнішими способами збереження психологічного благополуччя виявилися такі: підтримка з боку сім'ї, товаришів, підлеглих; підвищення професійної кваліфікації, пошук опори в самому собі, усвідомлення власних можливостей подолання наслідків травматизації (Титаренко, 2020).

Особливості супроводу особистості, що переживає втрату, пов'язані з трансформативним ефектом впливу втрати на життя людини, частковим руйнуванням цілісності життєвого світу особистості і потребують спільнотної, сімейної, професійної та спеціалізованої підтримки. Основним завданням соціально-психологічного супроводу під час переживання втрати є заповнення новим психологічним змістом дефіцитарних порожнеч та запобігання психологічній інвалідації через застрягання на об'єкті втрати. Діагностичний комплекс роботи з втратами передбачає визначення модальності втрати, зони ураження життєвого світу, емоційного контексту та ресурсів особистості. Програма соціально-психологічного супроводу передбачає осягання людиною реальності втрати, примирення з нею, визначення її смислів, інтеграцію внутрішніх змін у реальне життя.

Способами соціально-психологічного супроводу під час переживання втрати є самопомога, взаємодія з іншими і зовнішня стимуляція. Ресурсами під час переживання втрати стають зазвичай емоційно насичені комунікації (сім'я, друзі, значущі інші, колеги, спеціалісти, домашні улюбленці); власні надії, мрії, плани. Важливими є зосередженість на нових завданнях, спільні з однодумцями активності, можливість відкрито горювати і побути на самоті. Своєчасна діагностика втрат та визначення способів соціально-психологічного супроводу особистості, спрямованого на відновлення її соціально-адаптивних можливостей у період переживання втрати, дають змогу інтегрувати біль від втрати в найбільш глибокий екзистенційний досвід особистості, сприяють зціленню і посттравматичному зростанню (Мирончак, 2020).

Порівняння різних форм супроводу показало такі *технологічні переваги плейбек-театру*: оперативність, можливість перенесення роботи в онлайн-формат, одночасної взаємодії з великою кількістю реципієнтів, що мають невисоку мотивацію для роботи із спеціалістами. Плейбек-театральні інтервенції, апробовані під час закритих перформансів для родин загиблих, сприяють первинному відновленню емоційної стабільності учасників, асиміляції травматичного досвіду, пошуку нових життєвих рішень завдяки можливості відреагування почуттів та пошуку спільного ресурсу. Оповідачам вдається знаходити нові зв'язки між складовими травматичної історії та приймати підтримку з боку інших людей.

Водночас виникнення мережі схожих за тональністю і змістом наративів оптимізує спільнотне взаєморозуміння. З'ясовано, що найвідчутніші трансформації відбуваються в ціннісно-смысловій сфері, тоді як травмоchутлива сфера значущих взаємин значно менше осмислюється і змінюється (Савінов, 2021).

Усе більш запитаним стає соціально-психологічний супровід зовнішніх і внутрішніх мігрантів. У цій сфері євроінтеграційні перспективи вітчизняних психологічних служб чи не найяскравіші. Адже заходи психологічної підтримки та соціального сприяння, спрямовані на створення умов для інтеграції вимушених мігрантів у місцеві спільноти і самореалізацію в нових умовах проживання, стають спільною справою українських психологів, які опинилися серед біженців, і їхніх колег у європейських країнах. Мета супроводу не лише відновлення особистісної автономності, соціально-економічної самостійності, відповідальності за власну життєдіяльність, а й створення умов для майбутнього повернення внутрішньо переміщених осіб та переселенців, що опинилися за кордоном, до власних домівок.

Порівняння сьогоднішнього стану переселенців з внутрішньо переміщеними особами, які вимушено поміняли місце проживання у 2014–2015 рр., свідчить, що завдяки участі ВПО покращується стан справ міських громад, збільшується кількість кваліфікованих спеціалістів, відкриваються нові освітні заклади, організуються робочі місця. Важко переоцінити значення співпраці міждисциплінарних команд, місцевих громад у соціально-психологічному супроводі мігрантів. Демонструють свою ефективність арт-терапевтичні форми супроводу: збільшується кількість успішних життєвих історій у публічному дискурсі, з'являються нові науково-методичні розробки, комплекси найкращих практик. Особливу роль в організації супроводжувального простору для ВПО у територіальних громадах відіграють культурно-мистецькі та рекреаційні заходи, зокрема і місцеві музеї, які активізують формування нової місцевої ідентичності (Гундертайло, 2021).

Отже, порівняння досвіду роботи психологічних служб у країнах Євросоюзу та проведених колективом лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології досліджень дає змогу виділити атрибутивні характеристики соціально-психологічного супроводу постраждалих унаслідок воєнної травматизації. По-перше, супровід не обмежується певним періодом часу чи окремими інтервенціями, а є пролонгованим процесом діалогічної комунікації агента і реципієнта; по-друге, супровід не передбачає авторитарну опіку, а зорієнтований на довірчі, недирективні впливи; по-третє, супровід зорієнтований не на одну окрему, а на більшість сфер життя реципієнта і має комплексний характер; по-четверте, супровід зазвичай непрямий, опосередкований взаємодією територіальної чи професійної спільноти, сім'ї, інших значущих для особистості груп.

Обмеження дослідження. Характеристики дизайну на цьому етапі дослідження передбачали насамперед узагальнення та інтерпретацію раніше отриманих колективом авторів результатів. Подальших наукових розвідок потребує визначення способів організації комплексного соціально-психологічного супроводу різних категорій населення після завершення бойових дій та з'ясування специфіки супроводжувальної взаємодії вітчизняних спеціалістів з різноманітними європейськими інституціями в період відновлення.

Практична/соціальна значущість дослідження. Упровадження результатів комплексного дослідження соціально-психологічного супроводу сприятиме швидшому відновленню постраждалих унаслідок воєнної травматизації, їх залученню до повноцінного життя, використанню продуктивних стратегій подолання наслідків комплексної травми війни, зростанню готовності населення використовувати фахову психологічну допомогу.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Посттравматичний період особистісного життєтворення навіть у воєнні часи може і має бути періодом особистісного

зростання, підвищення психологічного благополуччя, особливо в контексті перспектив і завдань євроінтеграції України. Соціально-психологічний супровід, побудований відповідно до європейських стандартів, сприятиме психологічній декомпресії, забезпечуючи умови для реадптації людини, стаючи путівником у пошуку способів самовідновлення.

Спираючись на соціально-психологічний супровід, що забезпечує ресурсну комунікацію та прийняття життєствердних аспектів пережитого, людина відчуває все більш стійке бажання змінювати себе і покращувати своє повсякденне життя. Це насамперед стратегія зміни ставлення до травматизації, комунікативна стратегія, стратегія фасилітації само- і взаємодопомоги та стратегія сприяння самореалізації. Стратегії супроводу підштовхують до осмислення і прийняття минулого з подальшим включенням набутого під час випробувань досвіду в загальну історію власного життя. Надалі забезпечується все більш адекватна оцінка теперішнього життя та бачення нових можливостей підвищення рівня психологічного благополуччя.

Ефективні стратегії соціально-психологічного супроводу є водночас стратегіями підвищення психологічного благополуччя. Кожний з апробованих способів супроводу, зокрема і віртуальні, у власний спосіб допомагає людині переосмислити й асимілювати травматичний досвід, поліпшити взаємодію з оточенням, апробувати нові практики самодопомоги, більш реалістично усвідомити власну роль у побудові життєвих перспектив.

Тривалі гуманітарної та психологічної підтримки потребують і потребуватимуть люди, які проживають на тимчасово окупованих територіях, перебувають в евакуації, переживають втрати. Тому є нагальна потреба в налагодженні більш широкого і масового співробітництва з відомими міжнародними організаціями, які спеціалізуються на наданні такої підтримки. Щоправда, деякі з таких організацій не пройшли перевірки в умовах повномасштабної російської агресії і мають бути суттєво реконструйовані, як, наприклад, Міжнародний гуманітарний рух Червоного Хреста та Червоного Півмісяця чи неурядова організація Amnesty International.

Усе більш серйозним має ставати масштаб соціально-психологічного супроводу ветеранів, поранених, членів сімей загиблих, пропалих безвісти, і в цій сфері досвід західних колег може бути безцінним. У перспективі мають бути розроблені стандарти і протоколи психологічних послуг для різних категорій населення, способи підвищення кваліфікації психологів-практиків, які входять до супроводжувальних команд.

Список використаних джерел

Гундєртайло, Ю. (2021). Особливості застосування арттерапії в соціально-психологічному супроводі ВПО. *Проблеми політичної психології*, 24(1), 200–211. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-74>

Дворник, М. (2020а). Електронна підтримка психологічного благополуччя військовослужбовців: первинний аналіз даних. *Проблеми політичної психології*, 23(1), 54-71. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol23-Year2020-46>

Дворник, М. С. (2020b). Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 45(48), 79–87.

Климчук, В. О. (2020). *Психологія посттравматичного зростання*. Кропивницький: Імекс-ЛТД.

Лазоренко, Б. (2021). Само- і взаємодопомога в опануванні ветеранами та волонтерами посттравматичних стресових станів при поверненні до мирного життя. *Проблеми політичної психології*, 24(1), 134–146. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-69>

Мирончак, К. В. (2020). *Зустріч зі смертю: способи організації життєвого досвіду*. Кропивницький: Імекс-ЛТД.

Мозговий, В. І. (2018). Дослідження поняття психологічного супроводу військовослужбовців на різних етапах службової діяльності. *Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія»*, 63, 58–63.

Савінов, В. (2021). Плейбек-театр як фасилітатор психологічних ресурсів травмованої спільноти. У Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, & М. С. Дворник (Ред.), *Породжені війною спільноти як соціальні донори і реципієнти*, Матеріали міждисциплінарного наукового семінару, м. Київ, 25 березня 2021 р. (с. 44–51). Київ: ІС НАН України; ІСПП НАПН України. Взято з <https://www.facebook.com/ispp.org.ua>

Титаренко, Т. М. (2020). *Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя*. Кропивницький: Імекс-ЛТД.

Титаренко, Т. М., & Дворник, М. С. (Ред.). (2022). *Як допомогти особистості у період переходу від війни до миру: соціально-психологічний супровід*. Київ.

Belrose, C. (2019). Challenges Associated with the Civilian Reintegration of Soldiers with Chronic PTSD: A New Approach Integrating Psychological Resources and Values in Action Reappropriation. *Frontiers in psychiatry*, 9, 737. Retrieved from <https://bit.ly/3DhpWOr>.

Crone, D. M., Sarkar, M., Curran, T., Baker, C. M., Hill, D., Loughren, E. A., ... & Parker, A. (2020). Mental health first aid for the UK Armed Forces. *Health promotion international*, 35(1), 132–139.

El-Khani, A., Maalouf, W., Baker, D.A., Zahra, N., Noubani, A. and Cartwright, K. (2020). Caregiving for children through conflict and displacement: a pilot study testing the feasibility of delivering and evaluating a light touch parenting intervention for caregivers in the West Bank. *The International Journal of Psychology*, 55, 26–39. <https://doi.org/10.1002/ijop.12591>

Kolawole, O. (2019). *Psychological impact of online support communities: can human participation in an online health community improve psychological well-being*. Retrieved from <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/65018>.

Kranke, D., Floersch, J., & Dobalian, A. (2019). Identifying aspects of sameness to promote veteran reintegration with civilians: evidence and implications for military social work. *Health & social work*, 44(1), 61–64.

Papadopoulou, I., & Shea, S. (2018). European refugee crisis: psychological trauma of refugees and care givers. *International Journal of Migration, Health and Social Care*, 14(1), 106–116. <https://doi:10.1108/ijmhsc-08-2016-0032>

Rice, V. J., Liu, B., Allison, S. C. et al. (2019). Mindfulness Training Offered In-person and in a Virtual World—Weekly Self-reports of Stress, Energy, Pain, and Sleepiness among US Military Active Duty and Veteran Personnel. *Mindfulness*, p.1–13. Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01129-3>

Vermetten, E., Greenberg, N., Boeschoten, M. A., Delahaije, R., Jetly, R., Castro, C. A., & McFarlane, A. C. (2014, August). Deployment-related mental health support: comparative analysis of NATO and allied ISAF partners. *European Journal of Psychotraumatology*, 5. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v5.23732>

Young, S. L. & Phillips, G. A. (2019). Veterans' Adjustment to College: A Qualitative Analysis of Large-Scale Survey Data. *College Student Affairs Journal*, 37(1), 39–53.

References

Belrose, C. (2019). Challenges Associated with the Civilian Reintegration of Soldiers with Chronic PTSD: A New Approach Integrating Psychological Resources and Values in Action Reappropriation. *Frontiers in psychiatry*, 9, 737. Retrieved from <https://bit.ly/3DhpWOr>. (in English)

Crone, D. M., Sarkar, M., Curran, T., Baker, C. M., Hill, D., Loughren, E. A., ... & Parker, A. (2020). Mental health first aid for the UK Armed Forces. *Health promotion international*, 35(1), 132–139. (in English)

Dvornyk, M. S. (2020a). Elektronna pidtrymka psykholohichnoho blahopoluchchia viiskovosluzhbovtziv: pervynnyi analiz danykh [Electronic support for the psychological well-being of military personnel: a primary data analysis]. *Problems of Political Psychology*, 9 (23), 54–71. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol23-Year2020-46> (in Ukrainian)

Dvornyk, M. S. (2020b). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti pid chas perekhodu vid viiny do myru [Psychological well-being of the individual during the transition from war to peace]. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 45(48), 79–87. (in Ukrainian)

El-Khani, A., Maalouf, W., Baker, D.A., Zahra, N., Noubani, A. and Cartwright, K. (2020). Caregiving for children through conflict and displacement: a pilot study testing the feasibility of delivering and evaluating a light touch parenting intervention for caregivers in the West Bank. *The International Journal of Psychology*, 55, 26–39. <https://doi.org/10.1002/ijop.12591> (in English)

Hundertailo, Y. (2021). Osoblyvosti zastosuvannya arterapii v sotsialno-psykholohichnomu suprovodi VPO [Peculiarities of the use of art therapy in social and psychological support of IDPs]. *Problems of Political Psychology*, 10 (24), 200–211. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-74> (in Ukrainian)

Klymchuk, V. O. (2020). *Psykhohohiia posttravmatychnoho zrostannia* [Psychology of post-traumatic growth]. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. (in Ukrainian)

Kolawole, O. (2019). *Psychological impact of online support communities: can human participation in an online health community improve psychological well-being*. Retrieved from <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/65018>. (in English)

Kranke, D., Floersch, J., & Dobalian, A. (2019). Identifying aspects of sameness to promote veteran reintegration with civilians: evidence and implications for military social work. *Health & social work*, 44(1), 61–64. (in English)

Lazorenko, B. P. (2021). Samo- i vzaiemodopomoha v opanuvanni veteranamy ta volonteramy posttravmatychnykh stresovykh staniv pry povernenni do myrnoho zhyttia [Self- and mutual help in mastering post-traumatic stress states by veterans and volunteers when returning to a peaceful life]. *Problems of Political Psychology*, 10 (24), 134–146. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-69> (in Ukrainian)

Mozhovi, V. I. (2018). Doslidzhennia poniattia psykholohichnoho suprovodu viiskovosluzhbovtziv na riznykh etapakh sluzhbovoi diialnosti [Study of the concept of psychological support of military personnel at various stages of official activity]. *Bulletin of the Kharkiv National University. Series "Psychology"*, 63, 58–63. (in Ukrainian)

Myronchak, K. V. (2020). *Zustrich zi smertiu: sposoby orhanizatsii zhyttievoho dosvidu* [Meeting with death: ways of organizing life experience]. Kropyvnytskyi: Imex-LTD. (in Ukrainian)

Papadopoulos, I., & Shea, S. (2018). European refugee crisis: psychological trauma of refugees and care givers. *International Journal of Migration, Health and Social Care*, 14(1), 106–116. <https://doi:10.1108/ijmhsc-08-2016-0032> (in English)

Rice, V. J., Liu, B., Allison, S. C. et al. (2019). Mindfulness Training Offered In-person and in a Virtual World—Weekly Self-reports of Stress, Energy, Pain, and Sleepiness among US Military Active Duty and Veteran Personnel. *Mindfulness*, pp. 1–13. Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01129-3> (in English)

Savinov, V. (2021). Pleibek-teatr yak fasyliator psykholohichnykh resursiv travmovanoi spilnoty [Playback theater as a facilitator of psychological resources of the traumatized community]. In T. M. Tytarenko, O. H. Zlobina, & M. S. Dvornyk (Eds.), *War-born communities as social donors and recipients*, Materials of the interdisciplinary scientific seminar, Kyiv, March 25, 2021 (pp. 44–51). Kyiv. Retrieved from <https://www.facebook.com/ispp.org.ua> (in Ukrainian)

Tytarenko, T. M. (2020). *Posttravmatychni zhyttivorennia: sposoby dosiahnennia psykholohichnoho blahopoluchchia* [Post-traumatic life creation: ways to achieve psychological well-being]. Kropyvnytskyi: Imex-LTD. (in Ukrainian)

Tytarenko, T. M., & Dvornyk, M. S. (Eds.) (2022). *Yak dopomohty osobystosti u period perekhodu vid viiny do myru: sotsialno-psykholohichni suprovid* [How to help an individual during the transition from war to peace: socio-psychological support]. Kyiv. (in Ukrainian)

Vermetten, E., Greenberg, N., Boeschoten, M. A., Delahaije, R., Jetly, R., Castro, C. A., & McFarlane, A. C. (2014, August). Deployment-related mental health support: comparative analysis of NATO and allied ISAF partners. *European Journal of Psychotraumatology*, 5. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v5.23732> (in English)

Young, S. L. & Phillips, G. A. (2019). Veterans' Adjustment to College: A Qualitative Analysis of Large-Scale Survey Data. *College Student Affairs Journal*, 37(1), 39–53. (in English)