

РЕСУРСНІ ТА СТРЕСОГЕННІ ЧИННИКИ АДАПТАЦІЇ ВПО У ПРИЙМАЮЧИХ ГРОМАДАХ

Дериведмідь Михайло

Адаптація внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у приймаючих громадах – це завжди складний, багатогранний етап життя, що вимагає від людей глибоких внутрішніх змін. На мій погляд, успішність цього процесу, включаючи здатність внутрішньо переміщених осіб боротися зі стресом, значною мірою залежить від того, наскільки сильною була травма, що торкнулася власної ідентичності людини. Для родин, які виховують дітей з інвалідністю, ці виклики відчуються значно гостріше. Їхня адаптація ускладнюється не лише додатковими потребами дитини, а й постійним стресом, що лягає на плечі батьків, та відчутними труднощами у пошуку спеціалізованих послуг і комфортного, інклюзивного, безбар'єрного середовища [1 – 8].

Метою тези є виявлення та аналіз ресурсних й стресогенних чинників, що впливають на процес соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб у приймаючих громадах, з урахуванням їхнього впливу на психоемоційний стан, інтеграцію в нове середовище та доступ до підтримувальних ресурсів. Більшість дослідників виокремлюють два взаємодоповнюючі підходи до адаптації ВПО:

Соціокультурний (психологічний) підхід акцентує на пристосуванні до нових культурних норм, стилю спілкування та соціального оточення, що змінює ідентичність і спосіб життя. Для родин з дітьми з інвалідністю особливо важливо налагодити нові соціальні зв'язки та отримати підтримку, адже це сприяє психологічному благополуччю та розвитку дитини [2, 6].

Ресурсний (економічний) підхід зосереджується на доступі до життєво необхідних ресурсів: роботи, освіти, медицини, соціальних послуг. Для сімей з дітьми з інвалідністю це питання не лише комфорту, а й базової життєздатності. Спеціалізоване обладнання, реабілітація та адаптоване житло є критично важливими для функціонування родини [6, 8].

О. Зінченко виокремлює три ключові аспекти соціально-психологічної адаптації ВПО, які можна розглядати як послідовні виклики для родини [1, 6].

1. *Зміна поведінкових стратегій* пов'язана з руйнуванням звичного способу життя та необхідністю пристосування до нових умов. Для батьків дітей з інвалідністю це означає пошук нових спеціалізованих послуг і підтримки.

2. *Культурна адаптація* стосується інтеграції в нове середовище, що навіть у межах однієї країни може мати мовні, релігійні та поведінкові відмінності. Вона полегшує доступ до мереж підтримки.

3. *Соціально-психологічна адаптація* охоплює емоційне реагування на стрес і втрати. Батьки дітей з інвалідністю часто переживають подвійне навантаження: постійний догляд і травму переміщення, що ускладнює стабілізацію психоемоційного стану та пошук допомоги.

Адаптація внутрішньо переміщених родин з дітьми з інвалідністю потребує комплексної підтримки з боку місцевої влади, громадських організацій та мешканців приймаючих громад. Доступ до спеціалізованої допомоги, інклюзивної освіти та реабілітації залежить від ефективної координації між установами. З позиції ресурсного підходу, переселення часто супроводжується втратою роботи, доходу та стабільності. Для родин з дітьми з інвалідністю витрати на житло, лікування, адаптацію та реабілітацію є критичними. Тому адаптація має включати пріоритетний доступ до працевлаштування, соціальних пільг і спеціалізованих послуг [1, 3].

Особисті ресурси (відчуття стабільності та контролю) є ключовими для батьків, які пережили травму переміщення. Відновлення психоемоційного стану потребує професійної допомоги, зокрема у випадках ПТСР, тривожних розладів чи емоційного вигорання. Матеріальні втрати також впливають на психологічний стан, особливо через відсутність власності та залежність від соціальної допомоги, що посилює відчуття безпорадності та ізоляції.

Психоемоційні труднощі характерні для всіх ВПО, але для батьків дітей з

інвалідністю вони значно глибші. Постійний догляд, пошук допомоги та обмежені можливості розвитку дитини в новому середовищі можуть призвести до виснаження та депресії. Адаптація самих дітей з інвалідністю ускладнюється порушенням реабілітаційних програм, втратою звичних соціальних зв'язків і обмеженим доступом до інклюзивної освіти [5, 7]. Рівень інклюзивності середовища (наявність пандусів, спеціального транспорту, доступу до освітніх і медичних закладів) визначає успішність інтеграції дитини та всієї родини.

Для аналізу динаміки соціально–психологічної адаптації ВПО доцільно звернутися до класичних моделей, зокрема до концепції U–подібної кривої, запропонованої Дж. Гуллагорном. Ця модель є фундаментальною для опису процесу акомодатії індивіда до нового соціокультурного середовища і демонструє циклічність психоемоційних станів, які переживає людина під час адаптації [1, 5].

Гіпотеза Гуллагорна описує адаптацію як процес, що проходить через етапи з U-подібною динамікою психоемоційного стану: від ейфорії та оптимізму (через кризу чи дезадаптацію) до поступового відновлення і завершення адаптації. У контексті вимушеного переселення ця модель трансформується у W-подібну, оскільки після стабілізації частина ВПО повертається додому, переживаючи повторний цикл адаптації. Повернення супроводжується новою ейфорією, а згодом – шоком від змін, труднощами реадаптації та відновленням соціальних зв'язків. Отже, W-модель точніше відображає подвійний адаптаційний процес переселенців [2, 8].

Ставлення приймаючої громади, включаючи рівень толерантності, відсутність стигматизації та готовність до допомоги, є також значущим соціальним фактором. Негативне ставлення, упередження або ігнорування специфічних потреб ВПО загалом та осіб з інвалідністю зокрема можуть стати значними бар'єрами на шляху інтеграції. Наявність дієвих державних та недержавних програм підтримки, орієнтованих саме на потреби ВПО – родин з дітьми з інвалідністю (наприклад, пріоритетний доступ до медичних послуг, безперервної реабілітації, спеціальних

освітніх програм, індивідуального соціального супроводу), є ключовою для їхньої успішної та повноцінної інтеграції [4, 7].

На основі всіх вищезгаданих чинників, стає зрозуміло, що для успішної інтеграції внутрішньо переміщених осіб у нові громади необхідний комплексний, міждисциплінарний підхід. Я особисто переконаний, що особливу, пріоритетну увагу слід приділяти саме родинам, які виховують дітей з інвалідністю. Їхні потреби є дуже багатогранними і вимагають не просто допомоги, а цілеспрямованих та інтегрованих заходів, що охоплюють як медичні, так і соціально–психологічні аспекти [6, 8].

Під час планування соціально-психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам, особливо сім'ям з дітьми з інвалідністю, важливо враховувати весь спектр чинників, що вплинули на їхнє життя – від довоєнних потреб до викликів війни, переміщення та адаптації в нових громадах. У світовій практиці адаптація ВПО часто асоціюється з відновленням довоєнних умов, однак не менш важливою є стабілізація психоемоційного стану родини та її функціонування як цілісної системи. За умов неможливості повернення, пріоритетом стає довгострокова інтеграція в приймаюче середовище, що особливо критично для дітей з інвалідністю, яким необхідна безперервна реабілітація, доступ до інклюзивної освіти та підтримка у новій громаді.

Список використаних джерел

1. Андросович К. А. Феномен соціальної адаптації як предмет наукового аналізу. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2016. № 3. С. 20–24.
2. Безрук О. О. Адаптація у контексті соціальної мобільності в сучасному суспільстві: теоретичний аспект. *Вісник Міжнародного слов'янського університету*. 2012. Т. 15, № 1–2. С. 47–53.
3. Бочаріна Н. О., Мазур О. О. Особливості психологічної адаптації дітей раннього віку. *Молодий вчений*. 2017. № 4 (44). С. 228–232.
4. Ващенко І. В., Іваненко Б. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 40. С. 33–49.
5. Емішянц О. Б. Особливості соціально-психологічної адаптації особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. Т. 4, № 1. С. 47–52.
6. Корнієнко І. О., Скопа С. І. Особливості прояву рівня стресу в матерів дітей із затримкою психічного розвитку. *Український психологічний журнал*. 2020. Т. 2, № 14. С. 151–170.
7. Кошонько Г. А. Профілактика сімейної дезадаптації як аспект соціально-педагогічної діяльності. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. 2011. № 16. С. 262–271.
8. Чухрій І. В. Чинники соціально-психологічної адаптації матерів, які виховують дитину-інваліда. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2012. № 9. С. 171–181.