

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

Кваліфікаційна робота магістра

на тему: **ВИМУШЕНИЙ ПЕРЕЇЗД ПІД ЧАС ВІЙНИ ЯК ЧИННИК
ПСИХОТРАВМУЮЧОГО ДОСВІДУ ОСОБИСТОСТІ**

Виконав: студентка 2 курсу, групи 8.0531
спеціальності 053– Психологія
Сиваш Єлизавета Андріївна
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри психології
Гредінарова О.М.
Рецензент: к.психол.н., доц. Железнякова Ю.В.

Запоріжжя – 2022

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2022 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Сиваш Єлизавета Андріївна

Тема роботи Вимушений переїзд під час війни як чинник психотравмуючого досвіду особистості

керівник роботи Гредінарова О.М. Т.Є. к.психол.н., доцент кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «20» 07 2022 року № 884-с

2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз основних соціально-психологічних підходів у дослідженні впливу вимушеного переїзду на особистість; провести теоретичний аналіз впливу вимушеного переїзду як чинника психотравматичного досвіду; емпірично дослідити рівень впливу вимушеного переїзду, в часовому просторі ,на жінок та чоловіків віком 18-91 років; виявити особливості взаємозв'язку вимушеного переїзду під час війни та психотравматичного досвіду .
5. Перелік графічного матеріалу: 19 таблиць, 4 рисунка
6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Гредінарова О.М., доцент		
Розділ 1	Гредінарова О.М., доцент		
Розділ 2	Гредінарова О.М., доцент		
Висновки	Гредінарова О.М., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2022 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2022 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-червень 2022 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень-серпень 2022 р.	Виконано
5	Написання висновків	вересень 2022 р.	Виконано
6	Передзахист	листопад 2022 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	листопад 2022 р.	Виконано

Студент _____ Є.А.Сиваш

Керівник роботи _____ О.М.Гредінарова

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О. М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 32 сторінок, 4 таблиці, 19 рисунків, 15 джерел, 3 додатка.

Об'єкт дослідження – вимушений переїзд.

Предмет дослідження- вимушений переїзд як чинник психотравмуючий досвід.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати ,експериментально дослідити та підтвердити гіпотезу ,щодо впливу ,його інтенсивності та травматичності для особистості.

Гіпотеза дослідження : підтвердження того, що вимушений переїзд є чинником психотравматичного досвіду особистості .

Методи дослідження: теоретичні (самостійний пошук інформації за даною темою) , теоретико-методологічний аналіз (пошукових джерел), класифікація та систематизація наукових джерел , порівняння й узагальнення даних досліджень ; емпіричні : діагностика ,тестування та спостереження.

Наукова новизна полягає у розробці та впровадження добутих додаткових діагностичних даних та впровадження результатів дослідження з актуальним питанням сьогодення.

Галузь використання : психологічно-реабілітаційні центри , благодійні організації в роботі з ВПО та навчальні заклади.

ВИМУШЕНИЙ ПЕРЕЇЗД, ПСИХОТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД , ВТРАТА, ВИМУШЕНО ПЕРЕСЕЛЕНА ОСОБА.

SUMMARY

Syvash Yelyzaveta. Forced Resettlement during the War as a Factor in the Traumatic Experience of the Individual.

Master's thesis: 32 pages, 3 tables, 19 figures, 15 sources, 3 appendices.

The object of the study is forced relocation.

The subject of the study is forced relocation as a factor of psycho-traumatic experience.

The purpose of the work is to theoretically substantiate, experimentally investigate and confirm the hypothesis regarding the impact, its intensity and trauma for the individual.

Research hypothesis: confirmation that forced relocation is a factor in a person's psychotraumatic experience.

Research methods: theoretical (independent search for information on a given topic), theoretical and methodological analysis (of search sources), classification and systematization of scientific sources, comparison and generalization of research data; empirical: diagnostics, testing and observation.

The scientific novelty consists in the development and implementation of obtained additional diagnostic data and the implementation of research results with a current issue.

Field of use: psychological rehabilitation centers, charitable organizations working with FDP and educational institutions;

Key words: forced relocation, psychotraumatic experience, loss, forcibly relocated person.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕЇЗДУ ОСОБОСТИСОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	8
1.1 Вимушений переїзд під час війни як актуальна проблема сьогодення.....	8
1.2 Особливості травматичного впливу в розрізі часової перспективи.....	10
1.3 Адаптована теорія задоволення потреб П. Гудман.....	11
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТРАВМАТИЧНОСТІ ВПЛИВУ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕЇЗДУ В РОЗРІЗІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ.....	15
2.1 Мета проведення та особливості застосування методів дослідження.....	15
2.2 Аналіз отриманих результатів.....	18
ВИСНОВОК.....	29
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	31
ДОДАТКИ.....	33

ВСТУП

Починаючи з 2014 р., в Україні, в зв'язку зі збройним конфліктом на сході країни, розпочалась масова евакуація людей з таких областей, як: Луганська, Донецька та Харківська [1]. За вісім років війни було проведено багато досліджень на об'ємну кількість тем за даною проблемою, опубліковано різноманітність рекомендацій, про внутрішній світ вимушено переселеної особи та психо-соціальна допомог їм.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Завдяки попереднім дослідженням даної проблеми, є можливість дослідити тему даної кваліфікаційної роботи, максимально якісно. Наступний перелік тем має свій певний зв'язок, а саме: передумови, процес та наслідки вимушеного переїзду. Значний внесок в дослідження проблеми внутрішньої міграції внесли такі дослідники, як О.А. Попова «Класифікаційний аналіз вимушеної внутрішньої міграції в Україні»[2]; Юрків Я.І та Луканов Д.В. «Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя»[3]; Кердивар В.В. «Поглиблений психологічний аналіз вразливих категорій внутрішньо переміщених осіб» [4]; Діброва В.А. «Особливості часової перспективи та мотивації щодо майбутнього внутрішньо переміщених осіб» [5]; Балабанова Л.М. «Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців» [6].

Актуальність дослідження пояснюється тим, що сам процес вимушеного переїзду, умовно кажучи, обширний та великий процес, який має свої часові простори та саме це, ділить життя людини на «до» та «після». Тому так важливо дослідити, який саме час вплинув на людину максимально сильніше.

Об'єкт дослідження: Вимушений переїзд під час війни.

Предмет дослідження: Вплив вимушеного переїзду на особистість.

Мета дослідження: Теоретично дослідити та практично довести ,що вимушений переїзд є для особистості психотравмуючим досвідом та визначити ,який саме часовий простір має більшої травматичної впливу на особистість.

Гіпотезою дослідження є невід’ємний вплив вимушеного переїзду на людину.

Завдання дослідження:

- 1.Проаналізувати теоретичні дослідження даної теми.
- 2.Розробити методіку для поглибленого дослідження вимушеного переїзду.
- 3.Провести опитування.
- 4.Проаналізувати результати опитування.
- 5.Запропонувати рекомендації щодо результатів дослідження.

Методи дослідження: теоретичні та емпіричні (тестування) .

Наукова новизна полягає в кращому розумінні актуальних процесів внутрішньо вимушеної міграції, з метою розвитку: прийняття та адаптації мігрантів до нових умов життя.

Практична значущість полягає в глибинному дослідженні прогресів міграції та кращої адаптації мігрантів до нових умов життя з пропрацювання травматичного досвіду. Внутрішньої переміщенні особистості ,це та категорія людей ,яка має фізичні зміни ,щодо умов життя але не психологічні, тобто дослідження показую ,що людина може застригати або на минулому досвіді ,а бо в майбутньому .Тому так важливо розуміти розвиток процес адаптація ВПО та їх повернення у стан «тут та зараз».

Змістовність дипломної роботи складається з: вступу, двох розділів, 6 підрозділів, висновків до розділів, загального висновка, списку використаних інформаційних джерел та додатків на сторінках. Загальний обсяг тексту 50 сторінок. Робота містить 4 таблиці та 19 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕЇЗДУ ОСОБОСТИСОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

1.1 Вимушений переїзд під час війни як актуальна проблема сьогодення

В ході даною роботи ,головне завдання довести, що вимушений переїзд є психотравмуючою подією. При цьому ,треба знати ,що саме мається під терміном психотравматичною подією та що саме є чинниками цієї події.

Психотравма [7]- незвичайна подія, яка здатна спричинити важкий психологічний стрес, що супроводжується почуттям жаху, страху та безпорадності.

Травмівна подія характеризується: раптовістю, руйнівною силою, інтенсивністю; часто пов'язано с фактом або загрозою смерті, серйозного тілесного ушкодження чи сексуального насильства; несе людині абсолютно нову інформацію ,яку необхідно інтегрувати в попередній життєвий досвід [8].

Тобто травмівна подія - це короткочасна або довготривале перебування людини під впливом травматичних подій, при цьому перебуваючи в небезпечній ситуації для життя людини або її родичів .

Класифікаційний аналіз вимушеної міграції в Україні

Вимушений переїзд(вимушене переселення) –це політравмівні явища ,що складається з багатьох травмівних подій. Таких ,як :

- Війна як вимушене переселення та і її наслідки , терористичні акти ,
- Смерть близької людини
- Сексуальне та фізичне насильство
- Розлучення батьків , батьків та дітей

- Важна хвороба
- Перебування без батьків, без дітей

Додатково

- Втрата контролю над власним життям
- Усвідомлення тимчасової неможливості повернутися додому ,побачити рідних [9]

В момент вимушеного переїзду люди зіштовхується з кризами життєвих втрат:

1. Втрата рідних чи близьких людей є найсильнішим чинником життєвої кризи та травматичного впливу особистості . Результат Опитувальника 2. (87,8%) .
2. Соціальні втрати (Втрата професійної діяльності , навчання ; Втрата набутого роками певного соціального статусу; контактів)
3. Психічні чи фізичні (Психоемоційне виснаження; Емоційне перенавантаження; Труднощі в засинанні; Фізичні пошкодження)
4. Духовні (Віра в справедливість; Віра щодо повернення додому; Щодо наявності власних сил)
5. Матеріальні (Втрата житла , майна та господарства)
6. Психологічні втрати (Контроль за власне життя; втрата відчуття безпеки; змушенні зміни власного життя)

Під час війни людина може переживати декілька втрат одночасно –цей процес має назву політравмівна подія.

В момент проживання втрати , це може бути будь-що з перерахованих вище подій , людина зіштовхується з такими етапами проживання цієї події, як :

1. Первина взаємодія з тратою (немає віри ,що це є реальністю; розуміння, що треба щось робити ,але сумніви ,що та як. Вимушений переїзд, план евакуації;
2. Усвідомлення і прийняття події (прийняття рішення евакуюватися, факт переїзду в інше місто);

3. Горювання (Бажання повернути час назад, поїхати додому, зустрітися з родиною);

4. Одужання (прощання-відпускання і виокремлення –реконструкція буде проходити природньо в екологічному середовищі психологічної допомоги та підтримки).

1.2 Особливості травматичного впливу в розрізі часової перспективи

Головна мета даного дослідження довести ,що вимушений переїзд є саме психотравмуючим досвідом .Окрім того , ефективніше було деталізувати розуміння даного процесу переселення на прикладі -часового простору, та поділити процес міграції на «до» й «після». (Рис.1.1)



Рис. 1.1.Вплив часового простора на особистість

Дане питання було якісно досліджено Дібровою В.А. Головна мета її дослідження: визначити особливості часової перспективи ВПО та сфери життя ,у яких відображаються мотивація щодо конструювання власного життя.[5] Поінформованість про те, як успішно адаптуватися та подолати травматичний вплив на особистість , завдяки підняттю історії самого цього процесу.

Тобто обговорення двох чинників :

1.Мотив переїзду(добровільна міграція ,вимушена)

2.Вплив травмівної події (причини переселення, глобальні втрати ,те що виника в наслідок події) [5]

Останні дослідження із психології мігрантів і біженців підтверджують негативний вплив переважання минулого у структурі психологічного часу , пов'язуючи з ним виникнення ПТСР (Papastamatelou, 2020) і погіршення психологічної адаптації до нових умов (Marczak, 2020) . Під час аналізу результатів Опитувальник 2, в практичній частині даної кваліфікаційної роботи , вплив минулого часового простору вплинув на особистість більше, ніж теперішній час адаптації.

Даний розділ направлений на вивчення та конкретизацію видів труднощів з якими зіштовхується ВПО. З дослідження Риндзак О.Т. «Соціально –економічна адаптацій внутрішньо переміщених громадян у приймаючому соціумі (на прикладі м. Харкова) . Результати опитування вимушено переміщених осіб м. Харкові показали ,що найбільш гострою для них є проблема відсутності власного житла. [1]

Проте розробка ефективної системи соціального захисту вимушених переселенців , а також програм щодо їх адаптації , інтеграції і реінтеграції вимагає постійного вивчення найгостріших проблем внутрішніх мігрантів ,їх потреб та намірів [5].

1.3 Адаптована теорія задоволення потреб Пола Гудмана

За допомогою теорії задоволення потреб (теорія self) П.Гудман)[10]. Дослідимо , як проходить прийняття людини ,щодо необхідності виїхати з міста, де проходить збройний конфлікт ,при повному небажанні евакуації.(Таблиця 1.1.)

Структура циклів контакта [10]

1 фаза (преконтакт)- усвідомлення потреби;

2 фаза (контактинг)- вибір стратегій реалізації потреби;

3 фаза (контакт)- задоволення потреби;

4 фаза (постконтакт)- асиміляція отриманого досвіду.

Якщо адаптувати до теми дослідження ,то система буди виглядати так:

Таблиця.1.1.

Адаптована теорія задоволення потреби вимушеного переїзду(ідеальне)

1 фаза	2 фаза	3 фаза	4 фаза
Усвідомлення потреби переїзду;	Пошук засобів евакуацій;	Приїзд в нове місто ,пошук :житла ,роботи;	Усвідомлення ,прийняття та асиміляція нового досвіду;

При цьому , описаний вище сценарій, це ідеальний розвиток події ,з якою могла би зіштовхнутися внутрішньо переміщена особа. Про те, може бути велика вірогідність , що зіштовхнуться вона з іншими , такими реаліями ,як :

Таблиця 1.2.

Адаптована теорія задоволення потреби вимушеного переїзду(реальне)

1 фаза	2 фаза	3 фаза	4 фаза
Усвідомлення ,що необхідно виїжджати через високий рівень небезпеки для власного життя; Але є заперечення: <i>«Тут є родичі, власна оселя ,майно, господарство, робота. А там - нічого»</i> Рівень мотивації низький.	Складнощі з розумінням ,як саме закривавати пріоритетні нагальні потреби : пошук евакуаційного автобусу; складання евакуаційного маршруту, як саме доїхати до безпечного місця; нерозуміння ,щодо пошуку житла та роботи в новому місці.	Безрезультатність пошуку житла ,перебування в тимчасовому прихистку (тривалий час). Немає відчуття контролю за власне життя ,відсутність трудової діяльності, бажання поїхати додому.	Фрустрація ,апатія , депресивні стани, від неможливості якісно адаптуватися до нових умов життя та жити «тут» та «зараз».
Минуле «до» вимушеного переїзду		Теперішнє (після) вимушеного переїзду	

Для написання *таблиці 1.2*, була застосована інформацію з результатів Опитувальник 2.

Балабанова Л.М. в своєму дослідженні: «Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців», підіймає тему важливості рефлексії, усвідомлення, вимушеними переселенцями всього періодів перебування в екстрених ситуаціях, переїзду та адаптації в новому місці.

Тобто, розуміючи з чим самим зіштовхується особистість ,приймаючи рішення вимушено переїхати , є можливість зробити якісний внесок в розробку психологічно соціальних програм .Які будуть направленні саме на адаптацію та реабілітацію вимушено переселених осіб.

За аналізом дослідження Балабанової Л.М., маємо таке твердження : «Наслідком психотравмуючої ситуації переселення стало те ,що більшість з вимушених переселенців втратили переконання в тому, що людина може контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати її у життя» [11].

РОЗДІЛ 2

ПРАКТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТРАВМАТИЧНОСТІ ВПЛИВУ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕЇЗДУ В РОЗРІЗІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ

2.1 Мета проведення та особливості застосування методів дослідження

Гіпотезу було підтверджено завдяки психоемоційному обстеженню внутрішньо переміщених осіб, за певними категоріями вразливості, які зверталися по допомогу до благодійної організації у місті Черкаси.

Коротка інформація про практичне дослідження теми вимушеного переїзду.

В дослідженні брали участь: 41 особа з них: 56,1 жінок та 43,9% чоловіків (Рис.2.2.), віком від 18 до 91 років (Рис.2.3.)

Стать:
41 ответ

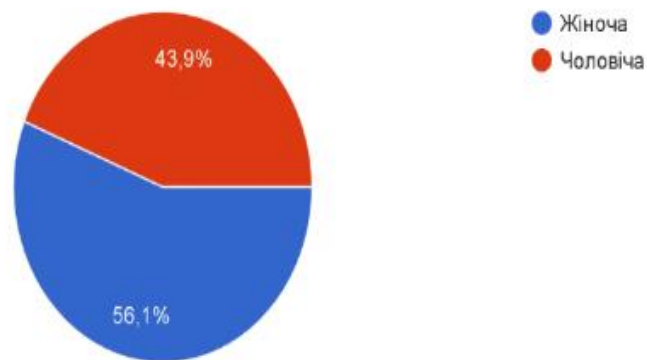


Рис.2.2. Стать учасників дослідження

Ваш вік :

41 ответ

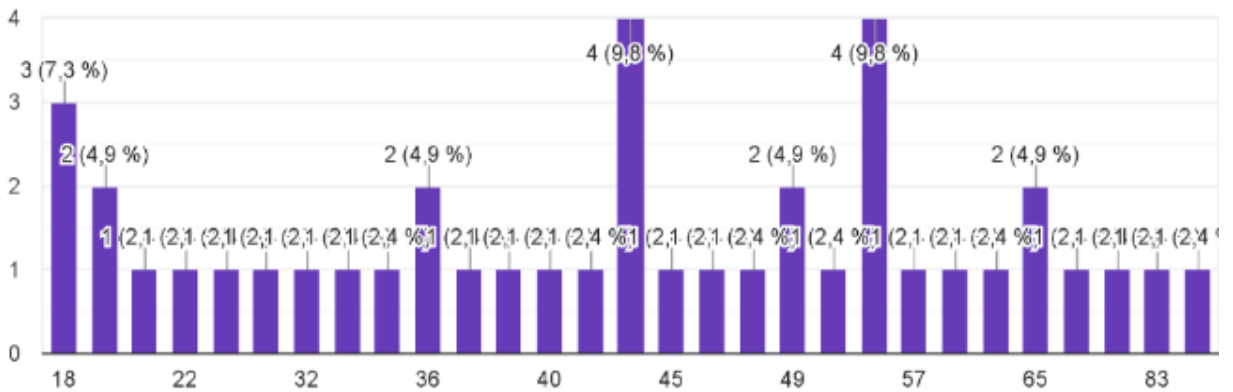


Рис.2.3. Вік учасників дослідження

Найчастіші області: Луганська, Донецька, Харківська та Херсонська.

(Рис.2.4) Опитування було проведено в м. Черкаси, України. (Рис.2.5)

Місто звідки ви евакуювалися

41 ответ

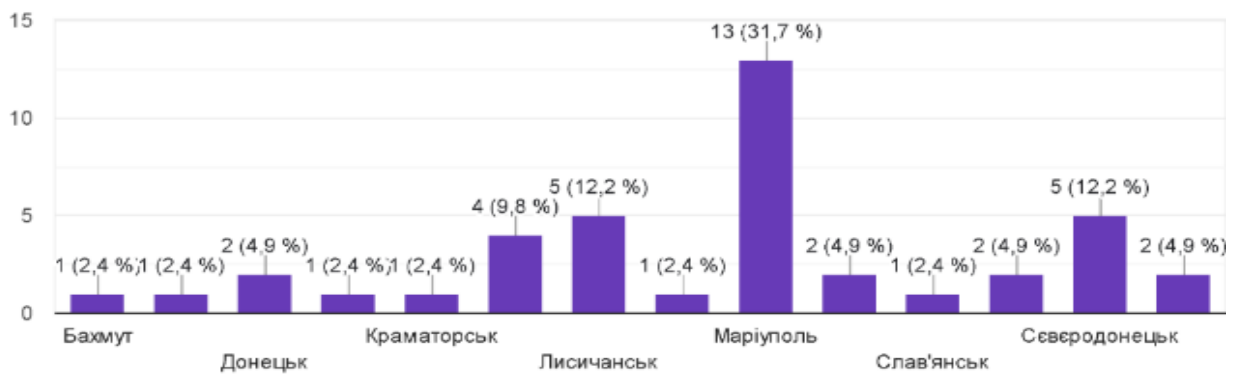


Рис.2.4. Міста звідки евакуювалися

Місто де Ви наразі перебуваєте

41 ответ



Рис.2.5. Місто де перебувають

В опитуванні брали участь особи ,поділені на шість груп :

Жінки (Таблиця 2.2.):

- 1.1. Трудова діяльність +оренда житла
- 1.2. Трудова діяльність +шелтер*
- 1.3. Відсутність трудової лояльності +шелтер

Чоловіки (Таблиця 2.3.):

- 2.1.Трудова діяльність+ оренда житла
- 2.2.Трудова діяльність+ шелтер
- 2.3. Відсутність трудової діяльності +шелтер

* тимчасовий прихисток на базах шкіл та гуртожитків)

Опитувальник 1. Спрямований на вивчення рівня симптомів посттравматичних стресових розладів . Перший варіант цієї шкали (Impact of Event Scale- IES)був представленим : В.Алварес , Н.Вілнер та М.Горовіц) у 1979 р. В першому варіанті опитувальник складався з 15 тверджень і виявляло тільки реакції : вторгнення та уникнення. У 1995 р. Д.С. Вейс та його колеги зробили

доповнення до шкали, що додало можливості виявити симптоми гіперзбудження. [9]

Тобто даний опитувальник був застосований, в момент написання даної кваліфікаційної роботи, задля підтвердження впливу на особистість стресової події (небажаний переїзд). Бланк(повний варіант) ,інструкцію та ключ -можна знайти в Додаток 1.

Опитувальник 2. Особисто зроблений для даної кваліфікаційної роботи, за допомогою результатів дослідження Дібрової В.А. та Риндзак О.Т. Були виокремлені та проаналізовані фактори :гострого впливу на особистість , структуруванні , виділені за часовим періодом та внесенні в Опитувальник 2 . Бланк(повний варіант) ,інструкцію , ключ -можна знайти в Додаток 2.

2.2 Аналіз отриманих результатів

Таблиця 2.3.

Результати опитування (жінки)

	1.1	1.2	1.3.
Вимушений переїзд	46(середня)	50(виражена)	59 (виражена)
Минулий час	17(середня)	12(низька)	12(низька)
Теперішній час	19(середня)	16(середня)	17(середня)

Таблиця 2.4.

Результати опитування (жінки)

	2.1	2.2	2.3.
Вимушений переїзд	23(середня)	44(середня)	55 (виражена)
Минулий час	21(середня)	14(низька)	13(низька)
Теперішній час	22(середня)	18(середня)	16(середня)

Опитування 1

Більш травматичним впливом, щодо вимушеного переїзду, стався для таких груп, як: 1.2 (50% виражений вплив); 1.3(59% виражений вплив) та 2.3(55% виражений вплив) (Табл.2; Табл.3). Тобто, у яких наразі є трудова діяльність ,а також тимчасово відсутні: трудова діяльність та оренди житла , тільки прихисток без особистого простору.

Середній вплив стався на 1.1(46%); 2.2(44 %)(Табл.2; Табл.3). Та група людей ,котрі мають трудову діяльність ,але перебувають в тимчасовому прихистку. Найнижче травматичного впливу сталося на групу 2.1(23%)(Табл.3).Група, яка складається, з чоловік, які мають трудову діяльність та житло з окремим простором. Дані результати першого опитувальники допомагають зрозуміти, що кожна група має різний травматичний досвід та вплив травмуючої ситуації. Це допомагає усвідомити важливість диференційного підходу у терапії з кожною групою опитування.

Опитування 2

Гостріше виявився період «до» вимушеного переїзду для таких груп : 1.2(12% низька); 1.3(12% низька); 2.2(14 % низька); 2.3(13 % низька) (Табл.2; Табл.3). Помірно вплинув на 1.1(17% середня); 2.1(21% середня) (Табл.2; Табл.3).Часовий проміжок теперішнього часу (після вимушеного переїзду) виявився помірним для всіх груп: 1.1(19%); 1.2(16%); 1.3(17%); 2.1(22%); 2.2(18%); 2.3(16%)(Табл.2; Табл.3).

Для більш детального розуміння, які чинники та вплив відбулися за часовим проміжком на особистість гостріше ,виявим завдяки результатам Опитування 2.

1. Мені було (___) усвідомити необхідність евакуюватися з міста

41 ответ

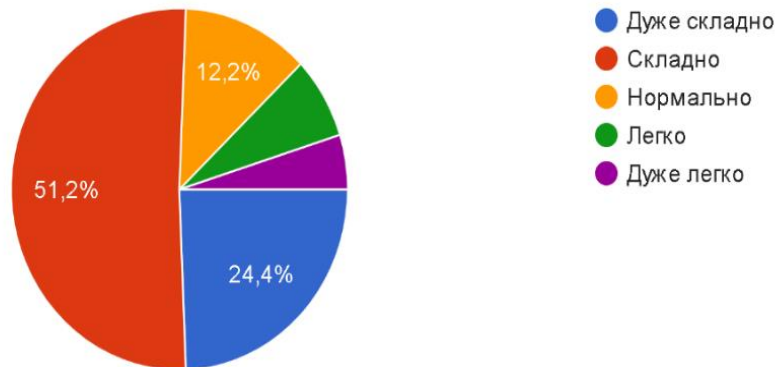


Рис.2.6. Відповідь на питання 1

1. Для 76,4 % (з них 24,4% дуже складно та 52% складно) було складно усвідомити необхідність евакуюватися з окупованих міст. (Рис.2.6.)

2. Мені було (___) прийняти той факт, що під час переїзду є вірогідність втратити роботу

41 ответ

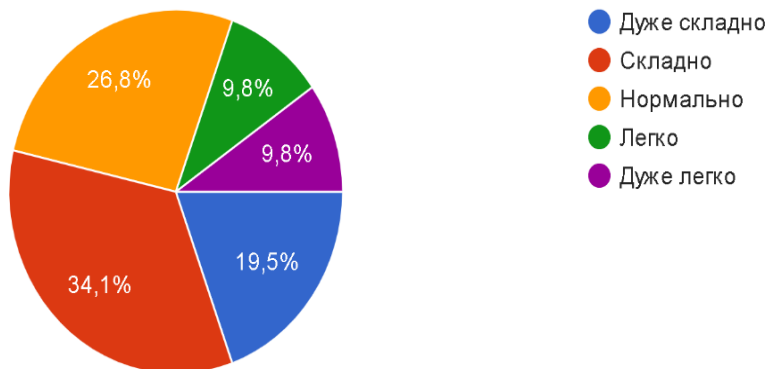


Рис.2.7. Відповідь на питання 2

2. Для 53,6 % (з них 19,5% та 34,1%) було складно прийняти той факт, що під час переїзду є вірогідність втратити роботу. (Рис.2.7.)

3. Мені було (___) погоджуватися з тим ,що необхідно тимчасово розлучитися з рідними
41 ответ

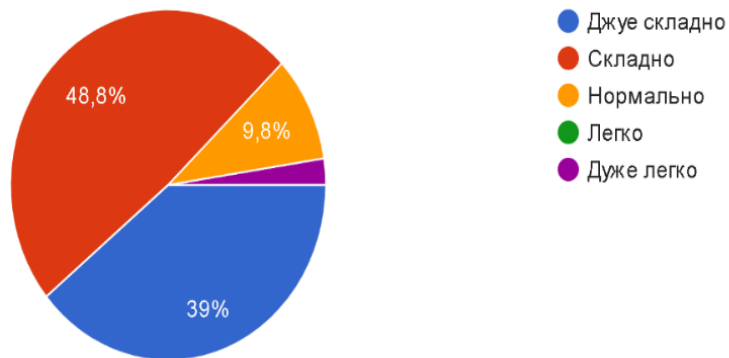


Рис .2.8. Відповідь на питання 3

3.Для 87,8(з них 39% та 48,8%) було складно погоджуватися з тим ,що необхідно тимчасово розлучитися з рідними.(Рис. 2.8.)

4.Мені було (___)від думок ,щодо пошуку роботи в місті, куди евакуююьсь
41 ответ

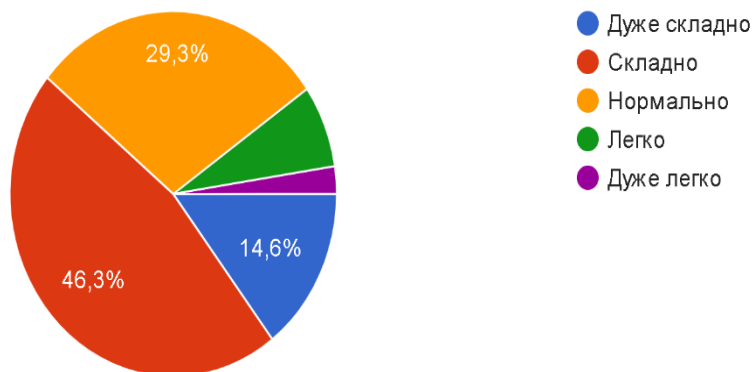


Рис.2.9. Відповідь на питання 4

4. Для 60,9% (з них 14,6 % та 46,3%) було складно від думок щодо пошуку роботи в місті ,куди евакуюються.(Рис.2.9.)

5. Мені було (___) прийняти, що в моєму звичному житті відбуваються вимушені зміни
41 ответ

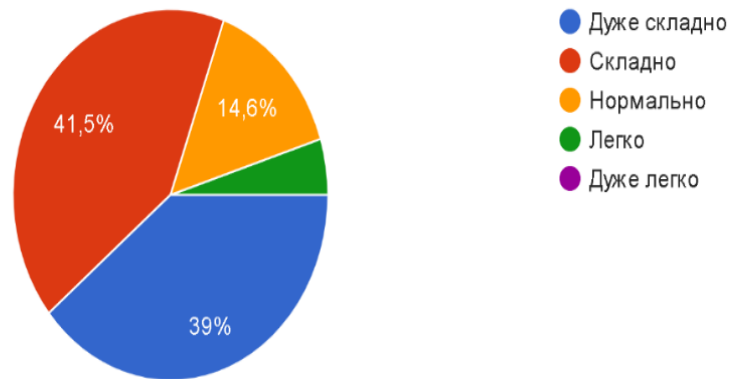


Рис. 2.10. Відповідь на питання 5

5. Для 80,5% (з них 39% та 41,5%) було складно прийняти той факт, що в їх звичному житті відбуваються вимушені зміни. (Рис. 2.10.)

6. Мені було (___) зібратися з силами, щоб справитися з вимушеним переїздом (процесом евакуації)

41 ответ

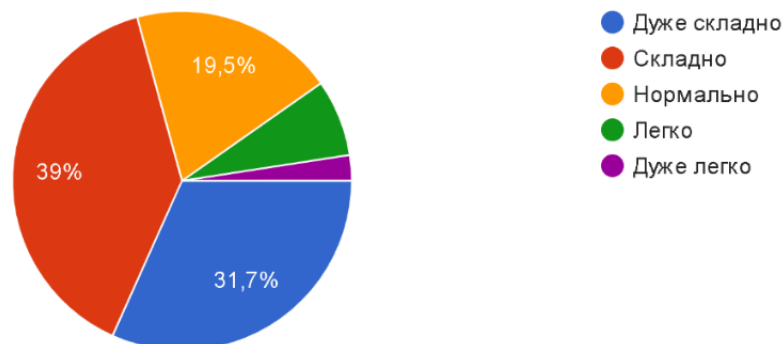


Рис. 2.11. Відповідь на питання 6

6. Для 70,7% (з них 31,7% та 39%) було складно зібратися з силами, щоб справитися з вимушеним переїздом (процесом евакуації). (Рис. 2.11.)

7. Мені було (___) прийняти, що я втрачаю певне відчуття безпеки під час евакуації
41 ответ

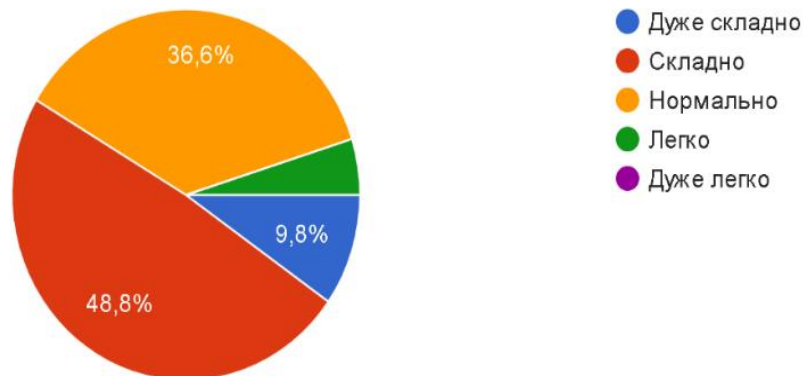


Рис.2.12. Відповідь на питання 7

7. Для 58,6% (з них 9,8% та 48,8%) було складно погодитися з тим, що втрачають відчуття безпеки під час евакуації. (Рис.2.12.)

Середній відсоток складнощів та травматичного впливу по кожній події складає - 61 % опитувальних.

За даними показниками, можна зробити висновок, що «до» переїзду, в часовому просторі минулого часу, найтравматичніше вплинули такі труднощі, як:

1. Розлука з родиною (87,8%)
2. Змушенні зміни (80,5%)
3. Необхідність евакуюватися з міста (76,4%)
4. Відсутності сил щодо евакуації (70,7%)
5. Пошук нової роботи (60,9 %)
6. Втрата відчуття контролю (58,6%)
7. Втрата роботи з міста евакуації (53,6 %)

Другий блок.

Теперішній часовий простір відповіді опитувальних ,які знаходяться в місті ,куди вони евакуювалися.

8.Мені (___)в пошуку житла в місті, куди я вимушено переїхав(ла)

41 ответ

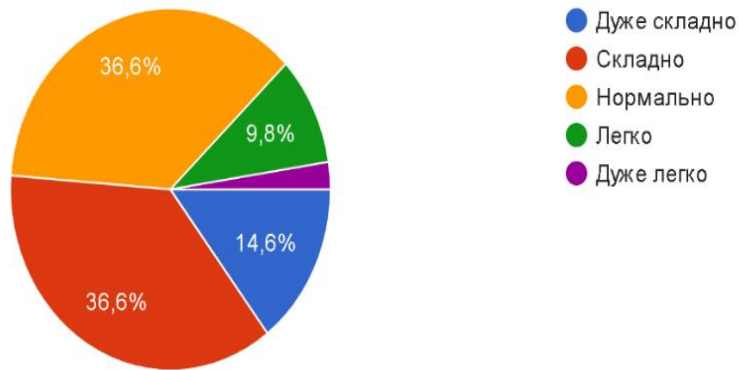


Рис.2.13. Відповідь на питання 8

8.Для 51,2% (з них 14,6% та 36,6%) складно щодо пошуку житла в місті ,куди були евакуювані.(Рис.2.13.)

9.Знайти нове місце роботи для мене наразі максимально (___)

41 ответ

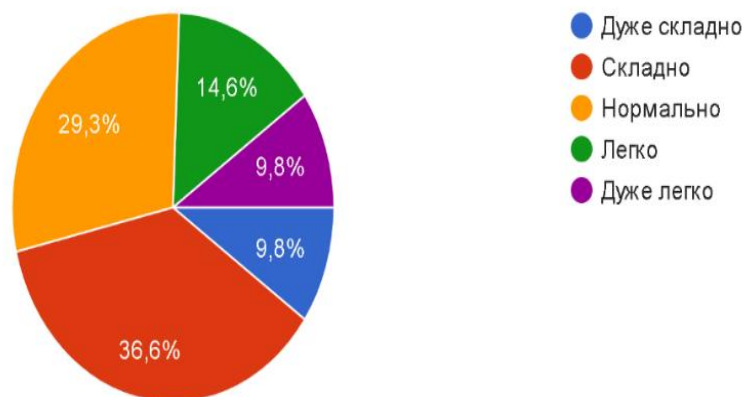


Рис.2.14. Відповідь на питання 9

9. Для 46,4% (з них 9,8% та 36,6%) складно знайти нове місце роботи
(Рис.2.14.)

10. Мені (___) знаходитися серед людей

41 ответ

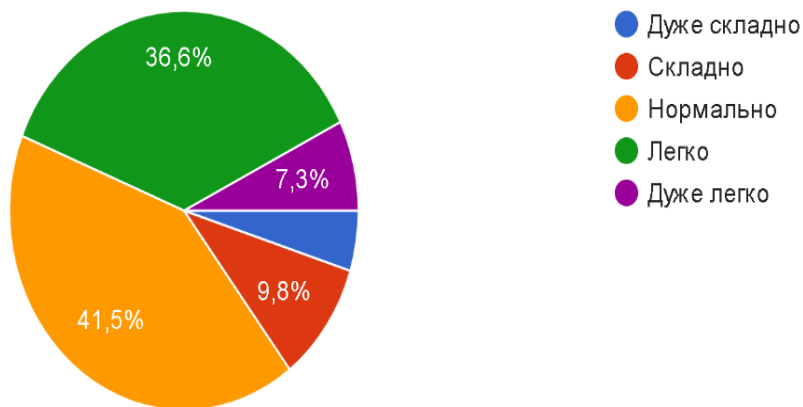


Рис.2.15. Відповідь на питання 10

10. Для 14,7% (з них 4,9% та 9,8%) складно знаходитися серед людей. (Рис.2.15.)

11. Мені (___) від того факту, що я не можу поїхати додому

41 ответ

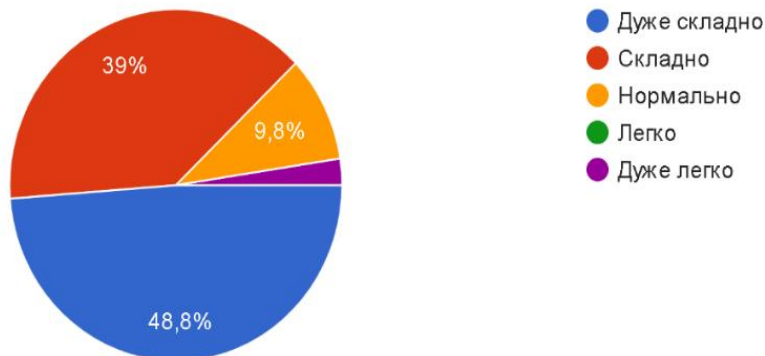


Рис. 2.16. Відповідь на питання 11

11. Для 87,8% (з них 48,8% та 39%) складно від того, що вони не можуть поїхати додому. (Рис. 2.16.)

12. Наразі мені (___) займатися діяльністю, яка раніше мене надихала
41 ответ

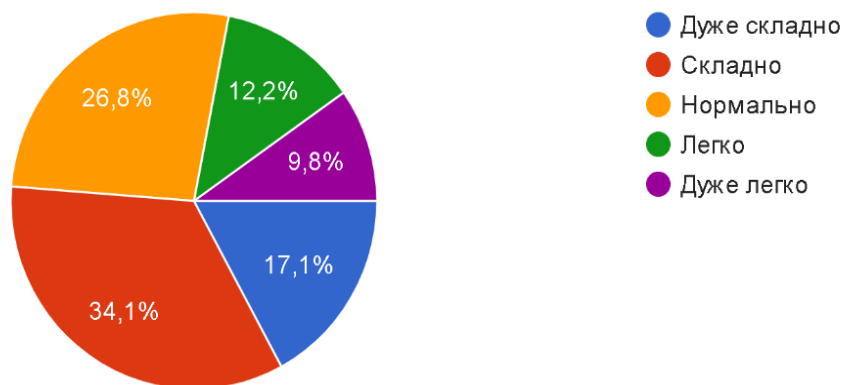


Рис. 2.17. Відповідь на питання 12

12. Для 51,2% (з них 17,1% та 34,1%) складно займатися діяльністю, яка раніше надихала. (Рис. 2.17.)

13. Частіше за все останнім часом мені (___) засинати
41 ответ

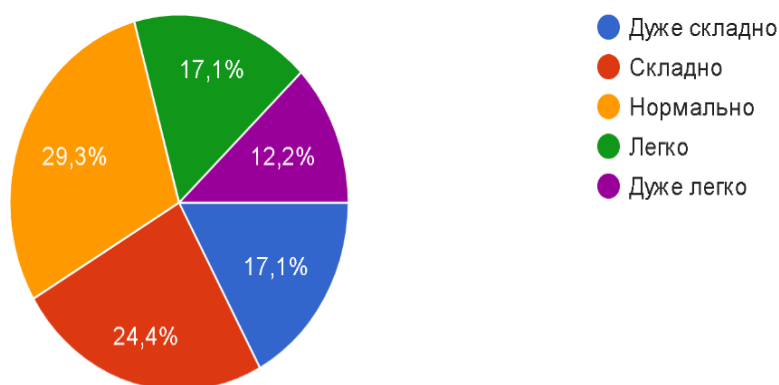


Рис. 2.18. Відповідь на питання 13

13.Для 41,5 % (3 них 17,1% та 24,4%) складно засинати останнім часом.(Рис.2.18.)

14.Для мене (___) усвідомлювати ,що місто ,куди я евакуювався(лася) є для мене безпечним

41 ответ

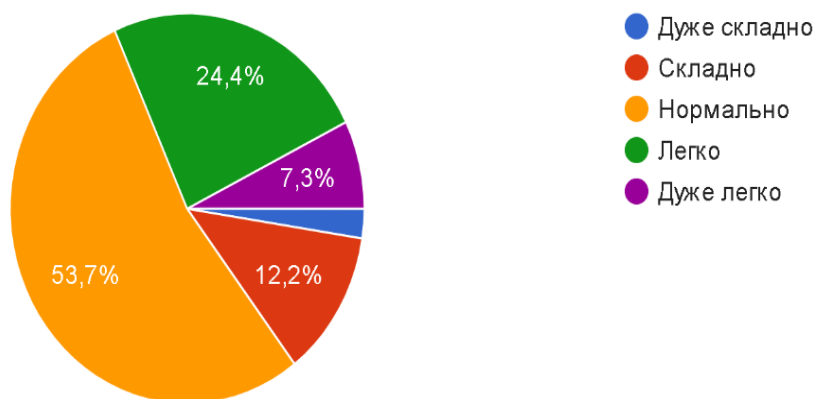


Рис. 2.19. Відповідь на питання 14

14.Для 14,6 % (3 них 2,4 та 12,2) складно усвідомлювати ,що місто ,де вони зараз перебувають, є для них безпечним місцем.(Рис.2.19.)

З усього вище сказано можемо зробити такі висновки. Середній відсоток складнощів по другому блоці,(якщо в урахування не не брати саме неможливість поїхати додому ,а тільки підняти тему адаптації та інтеграцію в суспільстві ,то) показних – 36,4 % осіб, яким складно в часовому просторі теперішнього часу .

Якщо з урахуванням результатів одинадцятого питання ,тоді -48,9% що є високим показником людей ,котрі мають травматичний вплив теперішнього часу.

Це свідчить про необхідність мінімізувати гострий вплив неможливості поїдати додому ,завдяки впровадженням групи підтримки ,терапії та різноманітних психосоціальних заходів іншим методам психологічної допомоги ВПО.

За показниками можна зробити висновок ,що «після» переїзду ,в часовому просторі теперішнього часу , найтравматичного вплинули певні ситуації на таку кількість опитувальних:

- 1.Неможливість поїхати додому. (87,8%)
- 2.Складнощі перебування серед людей .(52,2%)
- 3.Складнощі в момент пошуку дома.(51,2%)
- 4.Відсутності бажання займатися тією діяльністю, яка раніше надихала .(51,2%)
- 5.Складнощі щодо пошуку роботи. (46,4 %)
- 6.Складнощі з засинанням. (41,5%)
- 7.Складнощі з усвідомлення ,що місто ,я якими знаходяться є безпечним. (14,6%)

ВИСНОВОК

За результатами двох опитувань висновок є таким. Вимушений переїзд є психотравматичним досвідом для: 51% опитувальних (середні та виражені показники) , більший вплив стався на групи 1.3 та 2.3. (чоловіки й жінки ,які непрацевлаштовані та тимчасово перебувають у шелтері). 59% осіб мали складнощі в часовому просторі під час та після переїзду (з них 69,5% « до» переїзду та 48,9% «після» переїзду), де минулий часовий проміжок має більш травматичний вплив ,аніж теперішній.

З них найгостріше в минулому стало - розлука з родиною (87,8%) та в теперішньому неможливість поїхати додому (87,8%). Дані результати є вагомими для роботи психологів та соціальних працівників, з метою розробки корекційно-реабілітаційних програм , рекомендацій та плану работ для фахівців в співпраці з ВПО.

Результати людей, які мають трудову діяльність та орендоване житло ,каже про необхідність додатково ,окрім соціальної допомоги в вигляді гуманітарної допомоги, запроваджувати проекти ,щодо допомоги вимушеним переселенцям в пошуку роботи та житла. Показники краще у даної групи, як мінімум від цих взаємопов'язаних компонентів, так як завдяки трудовій діяльності ,вони мають можливість закривати власні базові потреби ,що мінімізують ретровматизацію вимушеного переїзду та сприяє кращої адаптації в новому місті тимчасового перебування. Окремо житло допомагає психоемоційно відновлюватися, за допомогою особистого простору , та краще адаптуватися до нових умов життя.

Значимість роботи психолога та розуміння впливу травматичних подій, в часових просторах, дуже важливе в будь-який час, а зараз –тим паче. Наявність знань, інструментів та методів, які можна застосувати (терапія +кризова інтервенція з темою минулого), (терапія ,копінг-стратегії з теперішнім та майбутнім), це саме те ,що з великою вірогідністю посприяє мінімізації

травматичного впливу на особистість, під час вимушеного переїзду та профілактику можливих наслідки в вигляді ПТСР.

Гіпотеза того, що вимушений переїзд є психотравматичним досвідом особистості- підтверджена.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Риндзак, О.Т. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених громадян у приймаючому соціумі (на прикладі м. Харкова). Проблеми економіки, 3, 2015. С. 275-280.
2. Попова, О.А. Класифікаційний аналіз вимушеної внутрішньої міграції в Україні. 2017.
3. Юрків, Я. І., & Луканов, Д. В. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. 2021.
4. Кердивар, В.В. Поглиблений психологічний аналіз вразливих категорій внутрішньо переміщених осіб. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки» 1, 2019. С. 217-222.
5. Діброва, В. А. ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА МОТИВАЦІЇ ЩОДО МАЙБУТНЬОГО ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки», 3, 2021. С. 5-12.
6. Балабанова, Л.М. Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців, 2017.
7. Семенова, Ю. Сущность и содержание понятия психологического феномена психотравма. Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах СНД, 151.
8. Горбунова, В., Климчук, В., Нетлюх, Г., Романчук, О., & Карачевський, А. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО. 2016.
9. Наталія Пророк, Ольга Запорожець, Джошуа Креймеєр, Людмила Гридковець, Людмила Царенко, Олександр Ковальчук, Володимир Невмержицький, Лариса Кондратенко, Лідія Манилова, Оксана Чекстере, Тетяна Палієнко. Основи реабілітаційної психології : подолання наслідків кризи). 2019

10. Пол Гудман. Теорія Self , цикли контактів задоволення потреб.
11. Балабанова, Л. М. Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців, 2017.
12. Опитувальник 1 та Опитувальник 2 в google формі
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScW6WSh0UfyjlLFZsXObCDdh1LaiVf9zPm2gHq4bwYjE1HNow/viewform?usp=sharing>
13. Опитувальник 1.
<file:///C:/Users/maver/Downloads/%D0%9E%D0%BF%D0%B8%D1%82%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%201.pdf>
14. Опитувальник 2
<file:///C:/Users/maver/Downloads/%D0%9E%D0%BF%D0%B8%D1%82%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%202.pdf>
15. Г. О. Горбань, Н. О. Губа, Н. О. Мосол, А. О. Неманежина
 КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА З ПСИХОЛОГІЇ, Запоріжжя, 2020 р.

ДОДАТКИ

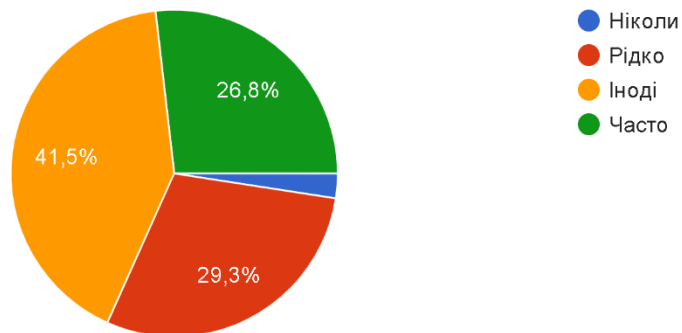
Додаток А

Додатковий аналіз результатів

Опитувальник 1.

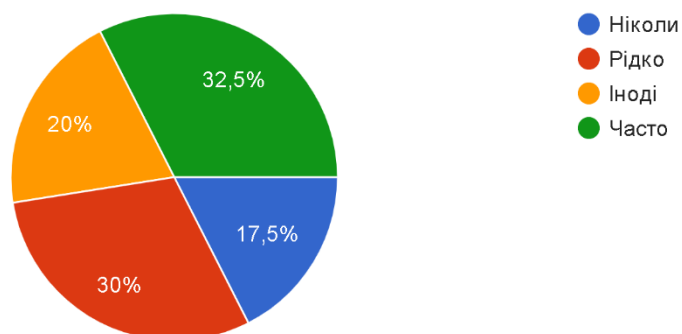
1. Будь-яке нагадування про цю подію (ситуацію) змушує мене знову пережити все, що трапилося

41 ответ



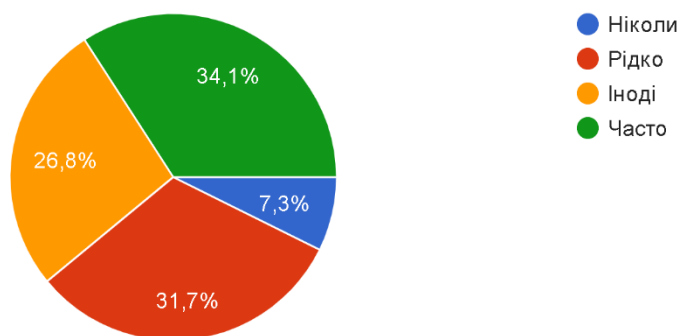
2. Я не міг (могла) спокійно спати ночами

40 ответов



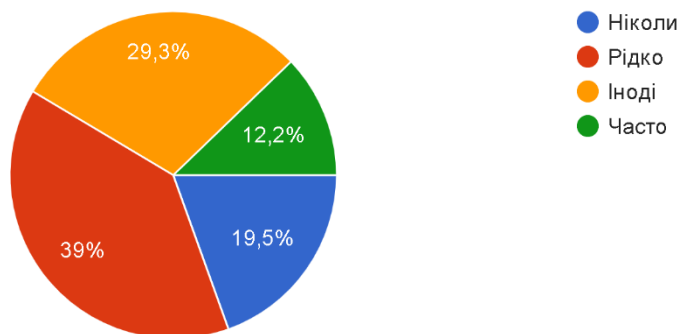
3. Деякі речі змушували мене весь час думати про те, що зі мною сталося

41 ответ



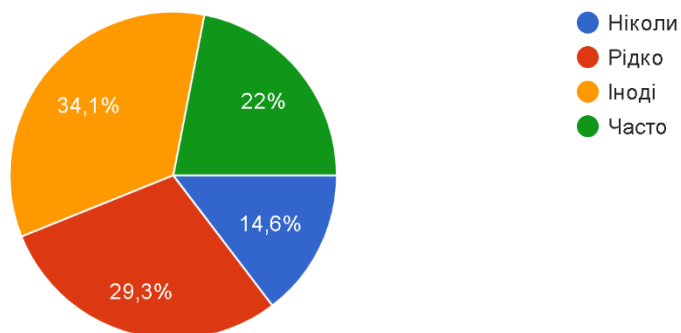
4. Я відчував(ла) постійне роздратування і гнів

41 ответ



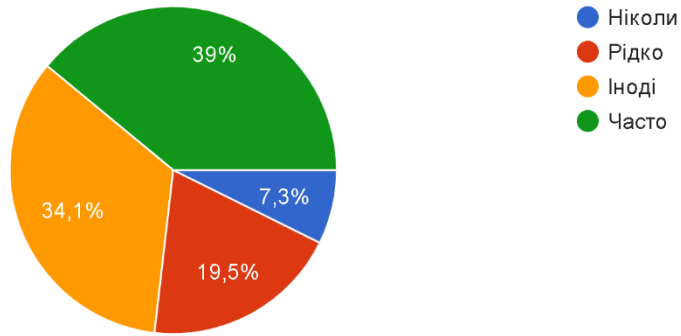
5. Я не дозволяв(ла) собі засмучуватися, коли думав(ла) про цю подію або щось нагадувало мені про неї

41 ответ



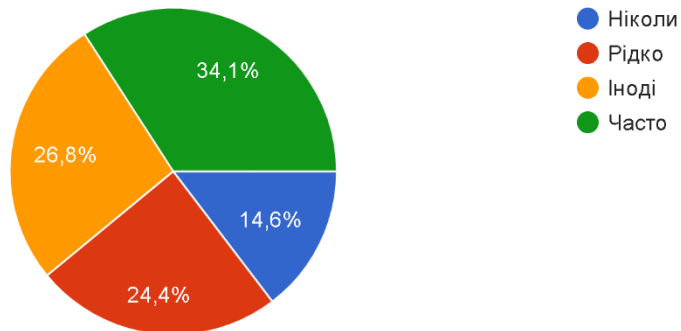
6. Я думав(ла) про те, що трапилося проти своєї волі

41 ответ



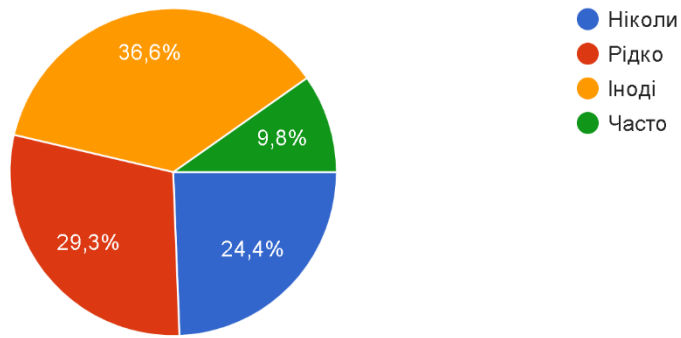
7. Мені здавалося, що всього того, що сталося зі мною, ніби й не було насправді, або все, що тоді відбувалося, було нереальним

41 ответ



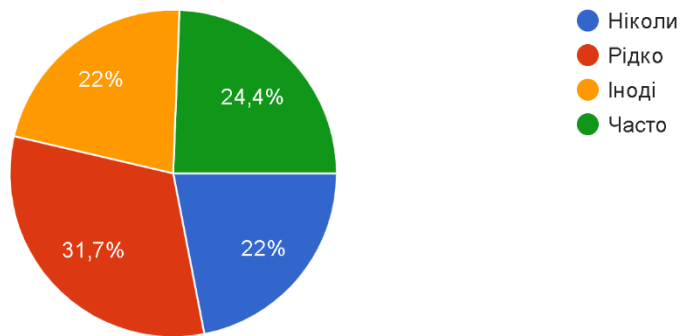
8. Я намагався(лася) уникати всього, що б мені нагадати про те, що трапилося

41 ответ



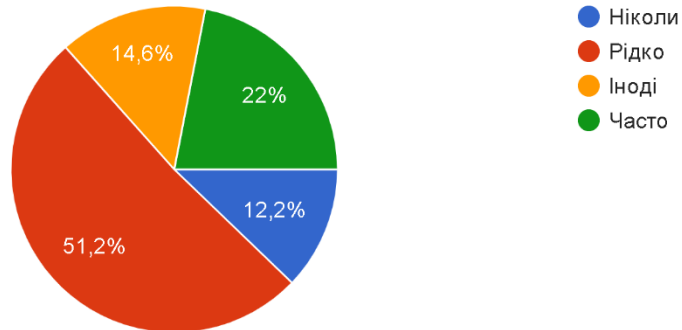
10. Я був(ла) весь час напруженим(ною) і сильно здригався(лась), якщо щось раптово лякало мене

41 ответ



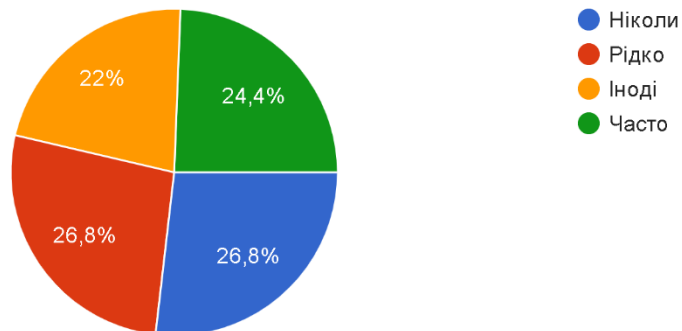
12. Я розумів(ла), що мене і досі буквально переповнюють важкі переживання з приводу того, що трапилося, але нічого не робив(ла), щоб їх уникнути

41 ответ



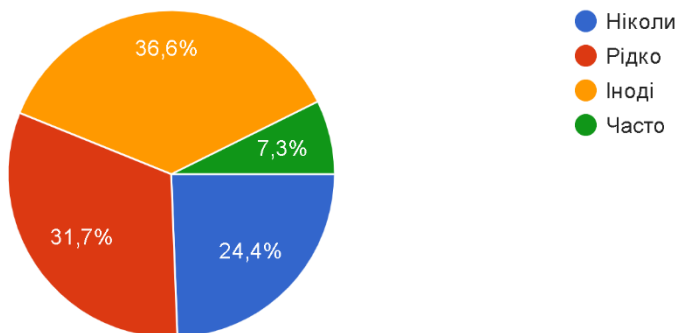
13. Я відчував(ла) щось на зразок заціпеніння і всі мої переживання з приводу того, що сталося були наче «паралізовані»

41 ответ



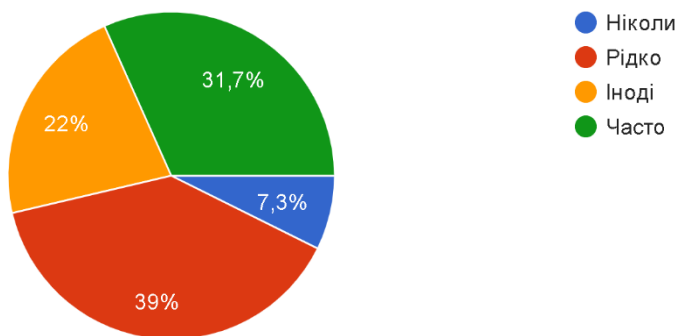
14. Я раптом помітив(ла), що дію або відчуваюся так, ніби все ще перебуваю в тій ситуації

41 ответ



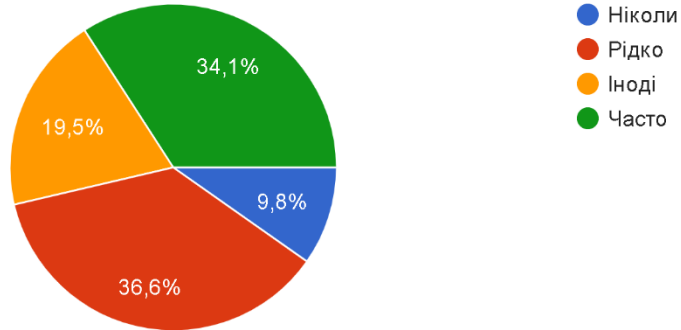
15. Мені було важко заснути

41 ответ



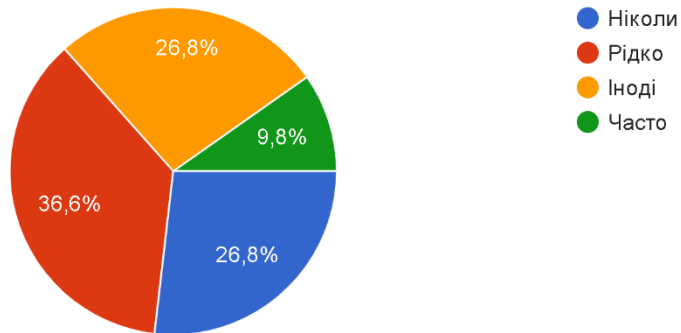
16. Мене буквально переповнювали нестерпно важкі переживання , пов'язані з тією ситуацією

41 ответ



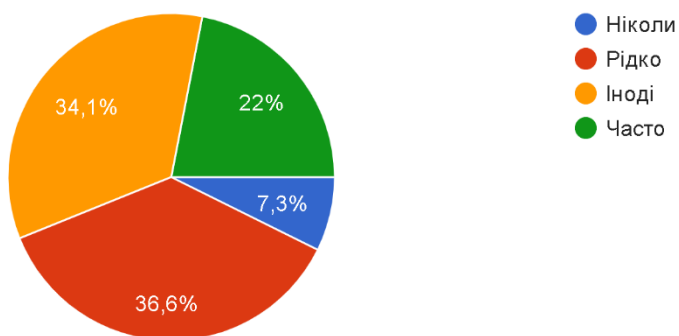
17. Я намагався(лася) витіснити з пам'яті те, що трапилося

41 ответ



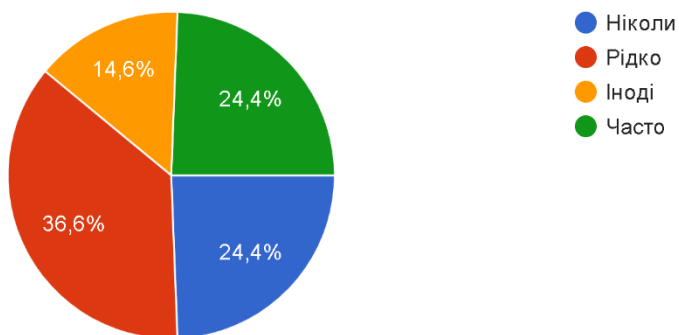
18. Мені було важко зосередити увагу на чому-небудь

41 ответ



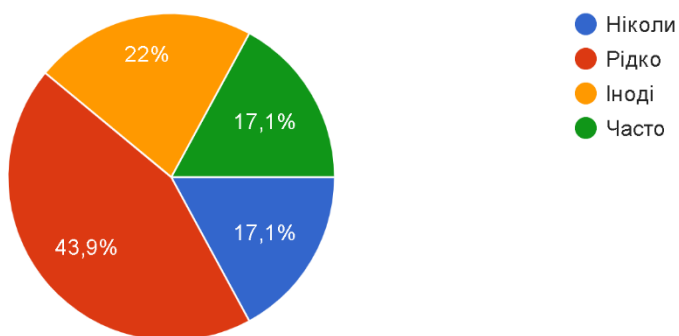
19. Коли щось нагадувало мені про те, що трапилося, я відчував(ла) неприємні фізичні ознаки: пітнів(ла), дихання збивалося, починало нудити, частішав пульс тощо

41 ответ



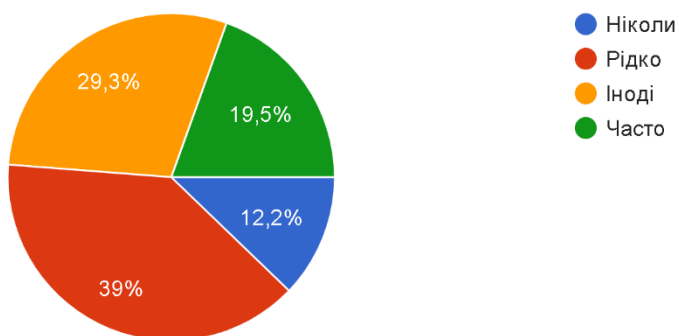
20. Мені снилися важкі сни про те, що зі мною сталося

41 ответ



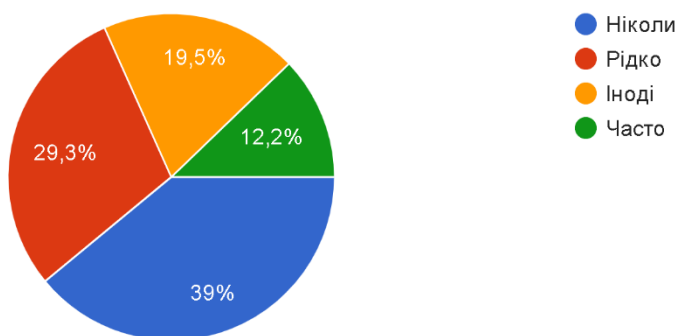
21. Я постійно остерігався(лась) і весь час чекав(ла), що трапиться щось погане

41 ответ



22. Я намагався(лася) ні з ким не говорити про те, що трапилося

41 ответ



Додаток Б

Опитувальник 1.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ВПЛИВУ ТРАВМІВНОЇ ПОДІЇ (IES – R) Інструкція :
Нижче описано переживання людей, які мали важкі стресові ситуації. Оцініть, наскільки ви відчували такі почуття з приводу подібної ситуації. Що трапилось з вами. Для цього виберіть і обведіть кружечком цифру, що відповідає тому, як часто ви переживали подібне протягом останніх семи днів, сьогодні також.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ВПЛИВУ ТРАВМІВНОЇ ПОДІЇ (IES-R)

№	Питання	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто
1	Будь-яке нагадування про цю подію (ситуацію) змушує мене знову пережити все, що трапилось	0	1	2	5
2	Я не міг (могла) спокійно спати ночами	0	1	2	5
3	Деякі речі змушували мене весь час думати про те, що зі мною сталося	0	1	2	5
4	Я відчував(ла) постійне роздратування і гнів	0	1	2	5
5	Я не дозволяв(ла) собі засмучуватися ,коли думав(ла) про цю подію або щось нагадувало мені про неї	0	1	2	5
6	Я думав(ла) про те, що трапилось проти своєї волі	0	1	2	5
7	Мені здавалося ,що всього того, що сталося зі мною , ніби й не було насправді ,або все ,що тоді відбувалося ,було нереальним	0	1	2	5
8	Я намагався(лася) уникати всього ,що б мені нагадати про те ,що трапилось	0	1	2	5
9	Окремі картини того, сталося раптово виникали в свідомості	0	1	2	5
10	Я був(ла) весь час напруженим(ною) і сильно здригався(лась), якщо щось раптово лякало мене	0	1	2	5

11	Я намагався(лася) не думати про те, що трапилося	0	1	2	5
12	Я розумів(ла), що мене і досі буквально переповнюють важкі переживання з приводу того, що трапилося ,але нічого не робив(ла), щоб їх уникнути	0	1	2	5
13	Я відчував(ла) щось на зразок заціпеніння і всі мої переживання з приводу того, що сталося були наче «паралізовані»	0	1	2	5
14	Я раптом помітив(ла), що дію або почуваюся так, ніби все ще перебуваю в тій ситуації	0	1	2	5
15	Мені було важко заснути	0	1	2	5
16	Мене буквально переповнювали нестерпно важкі переживання , пов'язані з тією ситуацією	0	1	2	5
17	Я намагався(лася) витіснити з пам'яті те, що трапилося	0	1	2	5
18	Мені було важко зосередити увагу на чому-небудь	0	1	2	5
19	Коли щось нагадувало мені про те, що трапилося , я відчував(ла)неприємні фізичні ознаки: пітнів(ла),дихання збивалося ,починало нудити ,частішав пульс тощо	0	1	2	5
20	Мені снилися важкі сни про те, що зі мною сталося	0	1	2	5
21	Я постійно остерігався(лась) і весь час чекав(ла) ,що трапиться щось погане	0	1	2	5
22	Я намагався(лася) ні з ким не говорити про те, що трапилося	0	1	2	5

Опрацювання результатів(заповнювати не треба):

Субшкала «вторгнення» : сума балів за пунктами

Субшкала «уникнення» : сума балів за пунктами

Субшкала «фізіологічна збудливість» сума балів за пунктами

<30-низька реакція на стресову подію

30-50-помірна реакція на стресову подію

>50- виражена реакція на стресову подію

Додаток В

(Розроблений для написання даної кваліфікаційної роботи.)

Мета: дослідити рівень травматичного впливу на особистості. Шляхом аналізу двох часових періодів вимушеного переїзду.

Інструкція : з наведених двох блоків опитувальника , перший блок- до вимушеного переїзду , другий блок – після вимушеного переїзду, обведіть кількість балів від складності до легкості ситуації, які описані в анкеті.

Опитувальник 2.

№	Питання	Дуже складно	Складно	Нормально	Легко	Дуже легко
До переїзду(минуле)						
1	Мені було () усвідомити необхідність евакуюватися з міста	1	2	3	4	5
2	Мені було () прийняти той факт, що під час переїзду є вірогідність втратити роботу	1	2	3	4	5
3	Мені було () погоджуватися з тим ,що необхідно тимчасово розлучитися з рідними	1	2	3	4	5
4	Мені було () від думок ,щодо пошуку роботи в місті, куди евакуююсь	1	2	3	4	5
5	Мені було () прийняти, що в моєму звичному житті відбуваються вимушені зміни	1	2	3	4	5
6	Мені було () зібратися з силами, щоб справитися з вимушеним	1	2	3	4	5

	переїздом(процесом евакуації)					
7	Мені було (___) прийняти ,що я втрачаю певне відчуття безпеки під час евакуації	1	2	3	4	5
Після переїзду (теперішнє)						
8	Мені (___) в пошуку житла в місті, куди я вимушено переїхав(ла)	1	2	3	4	5
9	Знайти нове місце роботи для мене наразі максимально (___)	1	2	3	4	5
10	Мені (___) знаходитися серед людей	1	2	3	4	5
11	Мені (___) від того факту, що я не можу поїхати додому	1	2	3	4	5
12	Наразі мені (___) займатися діяльністю, яка раніше мене надихала	1	2	3	4	5
13	Частіше за все останнім часом мені (___) засинати	1	2	3	4	5
14	Для мене (___) усвідомлювати ,що місто, куди я евакуювався(лася) є для мене безпечним	1	2	3	4	5

Опрацювання результатів(заповнювати не треба) :

До переїзду (минуле)			Після переїзду (теперішнє)		
1	4	7	8	11	14
2	5		9	12	
3	6	Всього	10	13	Всього

Результати

До 11 –низький

12-23 – середній

Від 24- високий