

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет психології та соціальної роботи

(повне найменування факультету)

Кафедра соціальної роботи

(повна назва кафедри)

Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

**«Формування життєстійкості у внутрішньо переміщених осіб:
соціальні стратегії адаптації»**

(тема кваліфікаційної роботи українською мовою)

**«Building resilience in internally displaced persons: social strategies for
adaptation»**

(тема кваліфікаційної роботи англійською мовою)

Виконала: здобувачка денної форми навчання
спеціальності 231 Соціальна робота
(код, назва спеціальності)

Освітня програма Соціальна робота
(назва)

Дмитренко Валерія Віталіївна
(прізвище, ім'я, по-батькові здобувача)

Керівник к. політ. н., доц. Хлівнюк Т.П.
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали) (підпис)

Рецензент К. психол. н., доц. кафедри практичної та
клінічної психології Кологривова Н.М
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Рекомендовано до захисту: Протокол засідання кафедри № ____ від ____ . ____ . 2025 р. Завідувач(ка) кафедри _____ (підпис) <u>Хлівнюк Т.П.</u> (прізвище, ім'я)	Захищено на засіданні ЕК № ____ протокол № __ від ____ . ____ . 2025 р. Оцінка _____ / _____ / _____ (за національною шкалою/шкалою ECTS/ бали) Голова ЕК _____ (підпис) _____ (прізвище, ім'я)
---	--

Одеса 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	7
1.1. Поняття та сутність життєстійкості: психологічний та соціальний аспекти	7
1.2. Фактори, що впливають на життєстійкість внутрішньо переміщених осіб	9
1.3. Соціальні стратегії адаптації	13
Висновки до першого розділу	18
РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНИХ СТРАТЕГІЙ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	20
2.1. Сучасний стан проблем сімей ВПО, які постраждали внаслідок військових дій	20
2.2. Досвід соціальної роботи та формування життєстійкості сімей в умовах кризи (світовий та український) з ВПО	25
2.3. Огляд програм та ініціатив, спрямованих на підтримку життєстійкості ВПО	31
Висновки до другого розділу	37
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	39
3.1. Методологія та організація дослідження (опис бази та вибірки дослідження, опис методів та процедур)	39
3.2. Аналіз результатів дослідження рівня життєстійкості та адаптаційних стратегій ВПО	51
3.3. Результати та формулювання рекомендацій щодо підвищення життєстійкості ВПО	54
Висновки до третього розділу	58
ВИСНОВКИ	59

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	3
ДОДАТКИ	61

	3
	61
	67

ВСТУП

Актуальність дослідження. Збройний конфлікт та військові дії мають руйнівний вплив на суспільство, зокрема на сім'ї, які безпосередньо постраждали від бойових дій. Втрата житла, вимушене переселення, загибель чи поранення членів сім'ї, фінансові труднощі, психологічні травми — усе це створює значні виклики для їхньої життєстійкості. В таких умовах соціальна робота відіграє ключову роль у підтримці сімей, допомагаючи їм адаптуватися до нових обставин, подолати кризові ситуації та відновити повноцінне функціонування. Актуальність подібних підходів підкреслюється у працях як українських, так і зарубіжних дослідників. Зокрема, українські науковці Т. Титаренко, О. Чуйко, Н. Побірченко звертають увагу на феномен життєстійкості в умовах соціальних криз, акцентуючи на ролі соціального середовища та внутрішніх ресурсів особистості. Серед іноземних авторів важливими є дослідження М. Унгара, А. Ройстера, Е. Вертмана, які розглядають резилієнтність як динамічний процес адаптації за умов складних життєвих обставин.

Життєстійкість сім'ї — це її здатність протистояти труднощам, адаптуватися до змін та відновлюватися після кризових ситуацій. Вона базується на психологічній, економічній та соціальній стабільності, а також на підтримці з боку держави, громадських організацій та суспільства загалом. У сучасних умовах соціальна робота з постраждалими сім'ями спрямована на надання комплексної допомоги, яка включає психологічну підтримку, соціальні послуги, правовий захист, фінансову допомогу та сприяння у працевлаштуванні.

Науковці та практики соціальної роботи наголошують на необхідності розробки ефективних стратегій підтримки таких сімей, що враховують їхні індивідуальні потреби та соціальні ресурси. Дослідження у цій сфері є надзвичайно важливими, оскільки вони дозволяють розробити програми, які

сприятимуть покращенню якості життя постраждалих сімей, їх соціальної інтеграції та зміцненню життєстійкості. У цьому контексті заслуговують на увагу праці Л. Лазебної, Л. Сидельнікової, які аналізують особливості надання соціальних послуг в умовах надзвичайних ситуацій.

Мета дослідження — визначити ефективні методи соціальної роботи, спрямовані на формування та зміцнення життєстійкості сімей, які постраждали від військових дій, а також розробити рекомендації щодо покращення соціальної підтримки таких сімей.

Завдання дослідження:

- Розглянути поняття та сутність життєстійкості: психологічний та соціальний аспекти
- Вивчити основні фактори, що впливають на життєстійкість внутрішньо переміщених осіб
- Охарактеризувати соціальні стратегії адаптації
- Проаналізувати сучасний стан проблем сімей ВПО, які постраждали внаслідок військових дій
- Дослідити досвід соціальної роботи та формування життєстійкості сімей в умовах кризи (світової та української) з ВПО
- Здійснити огляд програм та ініціатив, спрямованих на підтримку життєстійкості ВПО
- Описати методологію та організацію дослідження (опис бази та вибірки дослідження, опис методів та процедур)
- Проаналізувати результати дослідження рівня життєстійкості та адаптаційних стратегій ВПО
- Сформулювати результати та рекомендації щодо підвищення життєстійкості ВПО

Об'єкт дослідження – система соціальної роботи з сім'ями, які постраждали від військових дій.

Предмет дослідження – методи та форми соціальної роботи, спрямовані на формування життєстійкості постраждалих від військових дій сімей.

Методи дослідження. У роботі використано комплекс загальнонаукових та спеціальних методів дослідження: аналіз та узагальнення наукових джерел, соціологічне опитування, методи якісного аналізу (інтерв'ю, анкетування, спостереження, статистичний аналіз отриманих даних), а також методи практичної соціальної роботи (консультування, кейс-менеджмент, кризове втручання).

Практичне значення дослідження полягає у можливості застосування його результатів у діяльності соціальних служб, органів державної влади, громадських організацій та міжнародних гуманітарних місій, що працюють з сім'ями, які постраждали від війни. Розроблені рекомендації можуть бути використані для розширення програм соціальної підтримки та впровадження нових методів роботи з постраждалими родинами.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були оприлюднені у вигляді тез і доповіді під час засідання підсекції «Соціальна робота» в рамках 81-ї звітної студентської наукової конференції Одеського національного університету імені І.І.Мечникова, яка відбулася 24 квітня 2025 р. Тема доповіді - «Роль соціального працівника у зміцненні психологічної та соціальної стійкості сімей внутрішньо переміщених осіб» []. Участь у конференції сприяла обміну професійним досвідом, отриманню цінних зауважень і рекомендацій, що дозволило покращити якість дослідження.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох основних розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

1.1. Поняття та сутність життєстійкості: психологічний та соціальний аспекти

Життєстійкість є важливою характеристикою особистості та соціальних груп, яка визначає здатність долати труднощі, адаптуватися до змін і підтримувати психоемоційну рівновагу в умовах стресу чи кризових ситуацій. Це поняття широко досліджується як у психологічному, так і в соціальному аспектах, оскільки воно відіграє ключову роль у формуванні стійкості особистості, сім'ї, громад та суспільства загалом [2].

З психологічної точки зору, життєстійкість – це внутрішня здатність людини зберігати емоційну стабільність, підтримувати мотивацію до подолання труднощів і використовувати власні ресурси для виходу з кризових ситуацій. Вона включає такі компоненти, як емоційна регуляція, когнітивна гнучкість, оптимізм, самооцінка та навички вирішення проблем. Люди з високим рівнем життєстійкості краще справляються з втратами, швидше відновлюються після криз і рідше страждають на депресивні стани [3].

Соціальний аспект життєстійкості розглядає її як здатність груп людей або суспільства загалом підтримувати стабільність у кризових умовах та ефективно реагувати на виклики. Важливу роль у цьому процесі відіграють соціальні інститути, економічна стабільність, рівень довіри в суспільстві, доступ до якісної освіти, медицини, соціальних послуг та підтримка з боку держави. Громади з високим рівнем соціальної згуртованості та взаємодопомоги демонструють більшу життєстійкість у кризові періоди, оскільки їхні члени мають змогу отримати підтримку від інших та спільно долати труднощі.

Життестійкість є багатовимірним феноменом, що інтегрує психологічні характеристики особистості та соціальні умови, які впливають на здатність людини ефективно адаптуватися до життєвих викликів і кризових ситуацій. Важливим фактором у цьому процесі виступає підтримуюче соціальне середовище, яке включає сім'ю, друзів, колег та громадські організації. Воно сприяє зміцненню впевненості в собі, формуванню позитивного ставлення до подолання труднощів і активному залученню до соціальної взаємодії [4].

Життестійкість не є статичною якістю, а розвивається динамічно протягом життя під впливом особистісного досвіду, виховання, цінностей, а також зовнішніх соціальних факторів. Для розвитку життестійкості важливими є такі методи, як формування позитивного мислення, розвиток навичок саморегуляції, підвищення стресостійкості, а також створення міцних соціальних мереж та активна участь у громадському житті [43].

Життестійкість є важливим фактором, що визначає здатність як окремої людини, так і суспільства загалом адаптуватися до змін і долати труднощі. Вона поєднує в собі психологічні та соціальні аспекти, які взаємодіють між собою, формуючи основу для ефективного подолання кризових ситуацій. З психологічної точки зору життестійкість проявляється у здатності людини зберігати внутрішню рівновагу у стресових ситуаціях, контролювати емоції, приймати адекватні рішення та швидко відновлюватися після криз. Рівень емоційного інтелекту значною мірою визначає ефективність цих процесів. Дослідження свідчать, що особи з високим рівнем життестійкості менш схильні до тривалих депресивних станів та мають кращі адаптаційні ресурси [8].

Соціальний аспект життестійкості полягає в наявності підтримки з боку соціального оточення, що забезпечує відчуття безпеки, довіри і взаємодопомоги. Соціальна згуртованість, розвинуті волонтерські мережі, державні та міжнародні програми підтримки відіграють ключову роль у забезпеченні стійкості населення у періоди кризових змін [11].

Державна політика також має вагоме значення в формуванні

життєстійкості громадян через забезпечення доступу до якісної освіти, охорони здоров'я та соціального захисту. Особливо важливими є цільові програми психологічної підтримки для вразливих категорій населення — внутрішньо переміщених осіб, ветеранів, жертв насильства або постраждалих від військових конфліктів [22].

Формування життєстійкості — це безперервний процес, що потребує розвитку особистісних ресурсів, підтримки з боку соціального середовища та реалізації ефективних державних ініціатив. Основними методами підвищення життєстійкості є розвиток стресостійкості, самосвідомості, позитивного мислення, навичок управління емоціями і адаптації до нових умов [12].

Таким чином, життєстійкість виступає фундаментальною основою, що визначає здатність як окремої особистості, так і суспільства загалом успішно протистояти викликам сучасності, забезпечуючи стабільність та розвиток у складних умовах.

1.2. Фактори, що впливають на життєстійкість внутрішньо переміщених осіб

Життєстійкість внутрішньо переміщених осіб (ВПО) є ключовим фактором їхньої адаптації, психологічного благополуччя та соціальної інтеграції у нових умовах. ВПО стикаються з численними викликами, серед яких втрата житла, роботи, соціальних зв'язків, а також психологічні наслідки пережитого стресу, зокрема посттравматичний синдром. У таких умовах їхня здатність до відновлення та адаптації залежить від низки факторів, які можна поділити на особистісні, соціальні, економічні та інституційні [5].

Із ключових особистісних факторів життєстійкості є рівень стресостійкості та психологічні ресурси людини. Люди, які мають високий рівень саморегуляції, оптимізму, внутрішнього контролю та адаптивних навичок, легше переносять кризові ситуації та швидше відновлюються після втрат. Важливу роль відіграє також досвід подолання складних життєвих

ситуацій у минулому, який формує механізми психологічного захисту та виробляє ефективні стратегії поведінки [14].

Соціальні фактори також значно впливають на рівень життєстійкості ВПО. Наявність підтримки з боку сім'ї, друзів, громади сприяє зниженню рівня стресу та полегшує процес адаптації. Соціальні мережі допомагають знайти нові можливості для працевлаштування, отримати інформацію про державну допомогу та інтегруватися у нове середовище. Особливо важливу роль відіграють громадські організації та волонтерські ініціативи, які забезпечують ВПО не лише матеріальну допомогу, а й психологічну підтримку, навчання та сприяння соціалізації [16].

Економічні фактори, такі як рівень доходу, можливості працевлаштування та доступ до житла, є визначальними для соціальної адаптації ВПО. Люди, які мають стабільну роботу та фінансову незалежність, значно легше адаптуються до нових умов і відчують більшу впевненість у майбутньому. Водночас нестача фінансових ресурсів, труднощі з пошуком житла та працевлаштуванням можуть спричинити додатковий стрес і погіршити психологічний стан переселенців [17].

Інституційні фактори включають державну політику щодо підтримки ВПО, наявність соціальних програм, доступ до якісних медичних послуг, освіти та психологічної допомоги. Ефективність роботи державних інституцій у цьому напрямку визначає рівень довіри ВПО до влади та впливає на їхню інтеграцію в нові громади. Особливо важливими є державні програми з працевлаштування, забезпечення доступного житла, соціальна допомога та заходи з психологічної реабілітації [18].

Серед інших факторів, що впливають на життєстійкість ВПО, можна виділити культурні та регіональні особливості. Досвід приймаючої громади, рівень толерантності та готовність місцевого населення до інтеграції переселенців також відіграють важливу роль. У регіонах, де ВПО стикаються з дискримінацією або байдужістю, рівень їхньої життєстійкості може бути значно нижчим, тоді як у громадах, де активно діють програми інтеграції,

адаптація проходить значно легше [37].

Життестійкість внутрішньо переміщених осіб формується під впливом багатьох факторів, які взаємопов'язані між собою. Особистісні характеристики, соціальна підтримка, економічні можливості та державна політика відіграють вирішальну роль у процесі адаптації ВПО.

Окрім основних факторів, що впливають на життестійкість внутрішньо переміщених осіб (ВПО), важливо враховувати також їхні індивідуальні переживання, рівень психологічної адаптації та здатність до самостійного прийняття рішень у нових умовах. Психологічний стан переселенців часто залежить від того, наскільки вони відчують контроль над власним життям та можливість впливати на своє майбутнє. Люди, які мають відчуття власної ефективності, тобто віру у свої можливості змінювати ситуацію на краще, зазвичай демонструють вищий рівень життестійкості [20].

Головним аспектом є також соціальна інтеграція ВПО у нові громади. Наявність можливостей для спілкування, участь у громадських ініціативах, залучення до волонтерської діяльності сприяє не лише швидшій адаптації, а й покращенню психологічного стану переселенців. Громади, які активно взаємодіють із ВПО, створюють для них комфортні умови та підтримують їхню інтеграцію, значно покращують рівень їхньої життестійкості.

Із ключових викликів для ВПО є відчуття втрати – не лише матеріальних ресурсів, а й соціального статусу, професійного оточення, звичного способу життя. У багатьох випадках переселенці змушені починати все спочатку, що потребує значних зусиль, як психологічних, так і фізичних. Тому особливу увагу слід приділяти програмам психологічної реабілітації, які допомагають людям подолати травматичний досвід, знайти нові життєві орієнтири та відновити внутрішню рівновагу.

Значну роль відіграє доступ ВПО до якісної освіти та професійного розвитку. Освіта є важливим інструментом для покращення економічного становища переселенців, оскільки дозволяє отримати нові навички, перекваліфікуватися та знайти роботу в нових умовах. Державні та міжнародні

освітні програми, які підтримують навчання ВПО, сприяють їхній соціальній та професійній інтеграції, що, у свою чергу, підвищує рівень їхньої життєстійкості [9].

Не менш головною є наявність доступу до медичних послуг, особливо до психологічної допомоги. Переселенці часто стикаються з проблемами здоров'я, спричиненими стресом, адаптаційними труднощами та складними життєвими обставинами. Забезпечення якісних медичних послуг, зокрема психологічної підтримки, допомагає їм швидше відновитися та ефективніше справлятися з викликами.

Окрім зазначених факторів, що впливають на життєстійкість внутрішньо переміщених осіб (ВПО), варто враховувати довгострокові перспективи їхньої інтеграції та розвитку. Переселенці не лише пристосовуються до нових умов життя, але й можуть робити значний внесок у соціально-економічний розвиток приймаючих громад. Тому важливо створювати умови, які сприятимуть їхній активній участі в суспільному житті, економіці та культурному середовищі.

Головним на теперішній момент є доступ ВПО до трудового ринку. Забезпечення рівних можливостей для працевлаштування, розвиток програм перекваліфікації та підтримка підприємницьких ініціатив можуть значно підвищити їхню життєстійкість. Досвід різних країн показує, що переселенці, які отримують можливість працювати або розпочати власний бізнес, швидше адаптуються до нових умов і стають економічно незалежними. Важливу роль у цьому процесі відіграють державні програми підтримки малого бізнесу, грантові ініціативи та мікрокредитування.

Забезпечення доступного житла для ВПО. Багато переселенців стикаються з труднощами у пошуку постійного місця проживання, що негативно впливає на їхню стабільність та відчуття безпеки. Вирішення цього питання можливе через державні програми будівництва соціального житла, пільгові іпотечні кредити та орендні програми.

Соціальна інтеграція також відіграє важливу роль у підвищенні рівня життєстійкості переселенців. ВПО, які відчувають себе частиною громади,

легше адаптуються до нових умов та знижують рівень стресу. Для цього необхідно створювати умови для їхньої участі в соціальних та культурних заходах, сприяти розвитку громадських ініціатив, волонтерських програм і взаємодії з місцевим населенням.

Варто звернути увагу на психологічну підтримку ВПО. Тривалий стрес, пережиті втрати та невизначеність щодо майбутнього можуть призвести до серйозних психологічних проблем, таких як депресія, тривожні розлади та посттравматичний стресовий синдром. Важливим напрямом роботи є надання безкоштовної психологічної допомоги, проведення тренінгів із подолання стресу та розвитку навичок саморегуляції [1].

Крім того, значну роль у формуванні життєстійкості ВПО відіграє державна політика. Ефективна взаємодія державних органів з міжнародними та громадськими організаціями дозволяє створювати комплексні програми підтримки, які охоплюють різні аспекти інтеграції переселенців – від соціальної допомоги до працевлаштування та забезпечення житлом.

Життєстійкість внутрішньо переміщених осіб залежить від широкого спектра факторів, серед яких економічна стабільність, соціальна підтримка, доступ до освіти, роботи та медицини, а також ефективна державна політика. Комплексний підхід до вирішення проблем ВПО сприятиме не лише їхній адаптації, а й збільшенню внеску переселенців у розвиток суспільства. В умовах сучасних викликів важливо усвідомлювати, що підтримка ВПО – це не лише гуманітарна необхідність, а й стратегічне завдання, яке сприятиме загальній соціальній стабільності та розвитку країни.

1.3. Соціальні стратегії адаптації

Адаптація внутрішньо переміщених осіб (ВПО) є складним і багатограним процесом, що охоплює психологічні, соціальні, економічні та культурні аспекти. Вимушене переселення спричиняє зміну соціального середовища, втрату звичних соціальних зв'язків, роботи, житла, а також

необхідність пристосування до нових умов проживання. Для того щоб забезпечити ефективну інтеграцію ВПО в приймаючі громади, застосовуються різні соціальні стратегії адаптації, які можна умовно поділити на індивідуальні та колективні [26].

Індивідуальні стратегії адаптації включають особистісні зусилля переселенців, спрямовані на пристосування до нових умов. Однією з найпоширеніших стратегій є активний пошук роботи та фінансової стабільності. Працевлаштування дозволяє ВПО не лише забезпечити власні потреби, а й сприяє їхній інтеграції в нове суспільство. Для підвищення конкурентоспроможності на ринку праці багато переселенців проходять курси підвищення кваліфікації, опановують нові професії або відкривають власний бізнес.

Стратегією є соціальна мобільність, яка передбачає встановлення нових соціальних зв'язків, участь у громадському житті та використання соціальних ресурсів для адаптації. ВПО часто звертаються до громадських організацій, волонтерських ініціатив і державних органів, які надають матеріальну, юридичну та психологічну допомогу. Активна взаємодія з місцевими жителями сприяє швидшій інтеграції та зменшує рівень соціальної ізоляції.

Психологічна адаптація також відіграє важливу роль у процесі інтеграції. Багато переселенців стикаються з посттравматичним стресовим розладом, депресією та тривожністю через пережиті втрати та невизначеність майбутнього. Для подолання цих викликів використовуються стратегії саморегуляції, такі як медитація, фізична активність, ведення щоденників або звернення до професійних психологів.

Колективні стратегії адаптації передбачають взаємодію переселенців між собою та з приймаючими громадами для створення сприятливих умов життя. Однією з ефективних стратегій є самоорганізація ВПО у спільноти, які займаються захистом своїх прав, взаємодопомогою та реалізацією соціальних ініціатив. Такі об'єднання можуть сприяти покращенню житлових умов, організації освітніх і культурних заходів, а також впливати на місцеву політику

щодо переселенців [7].

Державна політика також відіграє важливу роль у соціальній адаптації ВПО. Надання житла, соціальної допомоги, доступу до медицини та освіти є ключовими елементами успішної інтеграції. Важливими є також програми з підтримки малого бізнесу та створення робочих місць для переселенців, що сприяє їхній економічній незалежності та соціальній стабільності.

Освіта та професійний розвиток є ще однією важливою стратегією адаптації. ВПО активно користуються можливостями для навчання, здобуття нових знань і навичок, що дозволяє їм знайти гідну роботу та підвищити рівень життя. Доступ до навчальних курсів, грантових програм і державної підтримки освіти сприяє успішній соціалізації та інтеграції переселенців у нове середовище.

Культурна адаптація передбачає залучення ВПО до місцевих традицій, звичаїв та соціальних норм. Участь у культурних заходах, спілкування з місцевими жителями, збереження власної культурної ідентичності допомагають переселенцям почуватися частиною нового суспільства. Важливо, щоб приймаючі громади також були відкритими до інтеграції ВПО, адже взаєморозуміння та підтримка є основними факторами успішної адаптації [12].

Соціальні стратегії адаптації внутрішньо переміщених осіб охоплюють широкий спектр заходів, спрямованих на забезпечення їхньої соціальної, економічної та психологічної стабільності. Вони можуть бути як індивідуальними, так і колективними, включаючи працевлаштування, соціальну інтеграцію, психологічну підтримку, державну допомогу та культурну адаптацію.

Крім зазначених соціальних стратегій адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО), варто звернути увагу на роль місцевих громад та міжнародних організацій у цьому процесі. Приймаючі громади відіграють ключову роль у створенні сприятливих умов для інтеграції, оскільки саме вони визначають рівень соціальної згуртованості, толерантності та підтримки

переселенців. Відкритість місцевого населення, готовність до співпраці та взаємодії позитивно впливають на адаптаційні процеси, сприяючи швидшому встановленню соціальних зв'язків між переселенцями та громадою.

Інтеграційні програми, які реалізуються в межах місцевих ініціатив, можуть включати різноманітні заходи, такі як мовні курси, тренінги з міжкультурної комунікації, громадські зустрічі, волонтерські проєкти та спільні культурні заходи. Такі ініціативи сприяють формуванню довіри між ВПО та місцевими жителями, допомагають переселенцям краще розуміти особливості нового середовища та відчувати себе повноцінною частиною громади.

Міжнародні організації також відіграють важливу роль у процесі адаптації ВПО, надаючи гуманітарну допомогу, фінансування соціальних проєктів, юридичну підтримку та консультації з працевлаштування. Організації, такі як ООН, Міжнародна організація з міграції, Червоний Хрест та інші, працюють над розробкою довгострокових стратегій підтримки переселенців, які включають як короткострокову матеріальну допомогу, так і програми соціально-економічної інтеграції.

Соціальних стратегій адаптації є розвиток цифрових технологій та онлайн-платформ, які допомагають ВПО отримувати доступ до необхідної інформації, соціальних послуг та можливостей працевлаштування. Наприклад, онлайн-курси, платформи для пошуку житла, дистанційні консультації з юристами та психологами значно полегшують процес адаптації, особливо для тих переселенців, які обмежені у фізичній мобільності або проживають у віддалених районах [13].

Успішна адаптація також залежить від рівня правової захищеності ВПО. Надзвичайно важливо, щоб переселенці мали рівний доступ до правових послуг, могли реалізовувати свої соціальні та економічні права, а також отримували належний рівень захисту від дискримінації чи соціального відчуження. У цьому контексті велике значення має робота правозахисних організацій, які допомагають ВПО оформлювати документи, відстоювати свої

права та інтегруватися у правове поле приймаючої країни.

Довгострокова адаптація внутрішньо переміщених осіб (ВПО) вимагає не лише розв'язання нагальних соціальних та економічних проблем, а й створення умов для їхнього повноцінного включення в суспільне життя. Одним із ключових аспектів цієї інтеграції є забезпечення сталого розвитку ВПО, що передбачає не лише отримання базових соціальних послуг, а й можливість особистісного та професійного зростання.

Із головних напрямів соціальних стратегій адаптації є розширення можливостей для самозайнятості та підприємництва серед ВПО. Багато переселенців стикаються з труднощами у пошуку роботи через відсутність відповідного досвіду в новому регіоні, невідповідність кваліфікації чи дискримінаційні бар'єри. У таких умовах розвиток малого бізнесу може стати ефективним рішенням, що дозволяє ВПО забезпечити власні потреби та водночас сприяти економічному розвитку приймаючих громад. Програми мікрокредитування, тренінги з підприємництва, наставництво та підтримка бізнес-інкубаторів можуть значно полегшити цей процес [10].

ВПО часто змушені змінювати сферу діяльності через зміну ринку праці або втрату попереднього місця роботи, тому доступ до освітніх програм, професійних курсів та онлайн-навчання є критично важливим. Державні та міжнародні організації можуть сприяти цьому процесу шляхом надання грантів на навчання, організації безкоштовних курсів та створення спеціальних програм для переселенців.

Культурна інтеграція також відіграє важливу роль у процесі адаптації ВПО. Взаємодія з місцевими громадами через культурні заходи, освітні ініціативи та волонтерські проєкти сприяє формуванню взаєморозуміння та зменшенню соціальної напруги. Організація спільних фестивалів, майстер-класів, мовних курсів та інтеграційних програм допомагає створювати позитивне середовище для комунікації між переселенцями та місцевими жителями.

Психологічна підтримка залишається важливим компонентом

соціальних стратегій адаптації, оскільки пережиті травматичні події, втрата дому та соціального оточення можуть призводити до серйозних емоційних розладів. Програми психологічної допомоги, групи підтримки, кризові центри та консультації з фахівцями допомагають ВПО подолати стрес, знайти внутрішні ресурси для адаптації та розвинути стратегії подолання труднощів.

Роль державної політики у формуванні сприятливих умов для інтеграції ВПО. Важливими є законодавчі ініціативи, що забезпечують рівний доступ до ринку праці, освіти, медицини та соціального захисту. Взаємодія держави з громадськими організаціями та міжнародними партнерами дозволяє створювати більш ефективні програми підтримки та адаптації [15].

Соціальні стратегії адаптації внутрішньо переміщених осіб охоплюють широкий комплекс заходів, що спрямовані на їхню економічну, соціальну, культурну та психологічну інтеграцію. Важливо, щоб ці стратегії були гнучкими та враховували індивідуальні потреби переселенців, а також специфіку приймаючих громад. Лише за умови комплексного підходу можна забезпечити успішну інтеграцію ВПО, що сприятиме не лише їхньому благополуччю, а й загальному розвитку суспільства, підвищенню його стійкості та згуртованості.

Висновки до першого розділу

Життестійкість є комплексною характеристикою особистості, що визначає її здатність адаптуватися до складних життєвих обставин, долати труднощі та зберігати психологічну рівновагу. Вона має як психологічні, так і соціальні аспекти, що взаємопов'язані між собою. З психологічної точки зору, життестійкість включає емоційну саморегуляцію, адаптивність, рівень стресостійкості, мотивацію до подолання труднощів та внутрішній локус контролю. Соціальний аспект життестійкості проявляється у здатності індивіда ефективно взаємодіяти з оточенням, залучатися до соціальних зв'язків та використовувати доступні ресурси для адаптації.

Фактори, що впливають на життєстійкість внутрішньо переміщених осіб (ВПО), поділяються на внутрішні та зовнішні. Внутрішні фактори включають рівень особистісної стресостійкості, психологічні ресурси, здатність до самовідновлення, мотивацію до інтеграції та наявність попереднього досвіду подолання кризових ситуацій. Зовнішні фактори охоплюють соціальну підтримку, економічну стабільність, доступ до житла, робочі можливості, державну допомогу, а також рівень прийняття ВПО у приймаючих громадах. Важливу роль відіграє також політика держави щодо переселенців, спрямована на забезпечення їхніх базових потреб, надання можливостей для професійного розвитку та соціальної інтеграції.

Соціальні стратегії адаптації ВПО включають широкий спектр заходів, які сприяють їхньому успішному включенню в нове середовище. Вони можуть бути як індивідуальними, так і колективними. Індивідуальні стратегії передбачають активний пошук роботи, перекваліфікацію, розширення соціальних зв'язків, участь у громадському житті та використання психологічних методів самопідтримки. Колективні стратегії включають створення самоорганізованих спільнот ВПО, взаємодію з волонтерськими та громадськими організаціями, участь у державних програмах підтримки та інтеграції. Важливим напрямом є також культурна адаптація, що сприяє взаєморозумінню між переселенцями та місцевими жителями.

Життєстійкість ВПО визначається поєднанням психологічних якостей, соціальної підтримки та ефективних адаптаційних стратегій. Комплексний підхід до вирішення проблем переселенців, що включає психологічну, економічну, соціальну та культурну підтримку, є ключовим для їхньої успішної інтеграції. В умовах сучасних викликів забезпечення життєстійкості ВПО є не лише завданням окремих осіб, а й важливим суспільним та державним пріоритетом, що сприяє сталому розвитку та соціальній згуртованості.

РОЗДІЛ 2

АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНИХ СТРАТЕГІЙ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

2.1. Сучасний стан проблем сімей ВПО, які постраждали внаслідок військових дій

Військові конфлікти спричиняють значні соціальні, економічні та психологічні проблеми для цивільного населення, особливо для сімей, які змушені залишати свої домівки та шукати безпечніші умови життя. Внутрішньо переміщені особи (ВПО), які постраждали внаслідок військових дій, стикаються з численними викликами, що ускладнюють їхню адаптацію та інтеграцію в нове середовище. Сучасний стан цих родин визначається низкою факторів, серед яких соціально-економічна нестабільність, психологічні наслідки війни, труднощі з житлом, працевлаштуванням і доступом до соціальних послуг [16].

Станом на березень 2025 року в Україні офіційно зареєстровано понад 4,6 мільйона внутрішньо переміщених осіб. З них близько 81% становить доросле населення, тоді як майже кожен п'ятий переселенець — це дитина до 18 років. У загальній кількості переважають жінки: їх частка серед усіх ВПО становить майже 60%, що частково пояснюється тим, що багато чоловіків залишилися на окупованих територіях або були мобілізовані до Збройних сил України [19].

Найбільша кількість внутрішніх переселенців зафіксована у прифронтових та центральних областях: Донецькій (524 374 особи), Харківській (515 374 особи), Дніпропетровській (454 956 осіб), а також у столиці — місті Києві (421 024 особи). Ці регіони мають відносно розвинену інфраструктуру та можливості для розміщення переміщених осіб. Водночас у західних та північних регіонах, таких як Рівненська (42 681 особа), Волинська

(42 858 осіб), чи Чернігівська (68 673 осіб) області, кількість зареєстрованих ВПО є значно нижчою, що, ймовірно, пов'язано з обмеженим житловим фондом і меншими можливостями для працевлаштування.

У розрізі вікових груп найчисельнішими є :

- від 61 до 70 років – 723 999 осіб або 15,7%;
- від 31 до 40 років – 634 987 осіб або 15,7%;
- від 41 до 50 років – 585 700 осіб або 12,7%.

Це свідчить про значну частку працездатного населення серед ВПО. Проте окрему увагу слід звернути на літніх осіб, які потребують особливого соціального захисту через вік, стан здоров'я та складнощі адаптації.

Однією з найгостріших проблем є економічна нестабільність сімей ВПО. Багато переселенців втратили роботу, майно, бізнес або інші джерела доходу, що призвело до фінансових труднощів. На новому місці проживання вони стикаються з труднощами у працевлаштуванні через відсутність відповідних вакансій, необхідність перекваліфікації або дискримінацію на ринку праці. Жінки, які залишилися єдиними годувальницями в родині через загибель або мобілізацію чоловіків, мають особливо складну ситуацію, оскільки їм доводиться поєднувати роботу з доглядом за дітьми.

Багато сімей змушені проживати у тимчасових притулках, гуртожитках або винаймати житло за завищеними цінами. Це створює додаткове фінансове навантаження та призводить до зниження якості життя. У багатьох випадках сім'ї не мають можливості оформити офіційний статус ВПО, що ускладнює доступ до державних програм допомоги. У деяких громадах також виникають труднощі з реєстрацією місця проживання, що додатково ускладнює доступ до медичних, освітніх і соціальних послуг.

Психологічний стан сімей ВПО потребує особливої уваги. Наслідки війни, втрата рідних, пережитий страх та невизначеність майбутнього спричиняють значний рівень стресу, депресії та тривожних розладів серед дорослих і дітей. Діти з сімей ВПО часто мають труднощі з адаптацією в нових школах, стикаються з булінгом або відчувають психологічну травму через

пережиті події. Важливу роль у подоланні цих проблем відіграють психологічна підтримка, соціальні служби та благодійні організації, які організують реабілітаційні програми та групи підтримки.

Сім'ї ВПО також стикаються з викликами щодо доступу до медицини, освіти та соціального захисту. Хоча на законодавчому рівні передбачені пільги для переселенців, на практиці вони не завжди ефективно реалізуються через бюрократичні труднощі, нестачу ресурсів або перевантаженість соціальних служб. Медичне обслуговування часто ускладнюється через відсутність необхідних документів, брак лікарів чи неможливість отримати безкоштовні ліки та реабілітаційні послуги [29].

Соціальна інтеграція сімей ВПО залишається однією з головних проблем. Деякі громади відкрито приймають переселенців, надаючи їм підтримку та можливості для розвитку, тоді як в інших випадках ВПО стикаються з упередженнями, соціальною ізоляцією або дискримінацією. Важливим фактором є взаємодія між переселенцями та місцевими жителями, що сприяє формуванню толерантного суспільства та зменшенню напруги.

Із першочергових завдань є вирішення житлового питання. Хоча деякі програми соціального житла та компенсацій за втрачене майно вже працюють, їхня реалізація є недостатньою для покриття всіх потреб ВПО. Необхідно розширювати державні ініціативи щодо будівництва доступного житла, надавати пільгові кредити та фінансову допомогу на оренду житла для переселенців. Крім того, інтеграція ВПО у місцеві громади може бути полегшена через створення спеціальних житлових програм, які сприятимуть їхньому закріпленню в нових регіонах [31].

Щодо працевлаштування, важливою стратегією є підтримка професійної перекваліфікації та розвитку малого бізнесу серед переселенців. Багато ВПО мають значний професійний досвід, проте не завжди можуть знайти роботу за спеціальністю у новому місці проживання. Державні та міжнародні організації можуть сприяти вирішенню цієї проблеми шляхом організації безкоштовних курсів навчання та перекваліфікації, надання мікрогрантів для відкриття

власної справи, спрощення реєстрації підприємницької діяльності для переселенців.

Не менш важливим завданням є забезпечення доступу до якісної медицини. ВПО стикаються з труднощами у отриманні медичних послуг через відсутність необхідних документів, нестачу лікарів або перевантаженість медичних установ. Потрібно розширювати державні програми безкоштовного медичного обслуговування для переселенців, створювати мобільні медичні пункти та забезпечувати психологічну підтримку, яка є особливо важливою для людей, що пережили травматичні події.

Психологічна реабілітація та соціальна адаптація також потребують особливої уваги. Багато сімей ВПО, особливо діти, зазнали серйозних психологічних травм, пов'язаних із втратою близьких, пережитими бойовими діями та вимушеним переселенням. Необхідно впроваджувати програми психологічної допомоги, створювати центри реабілітації, де люди зможуть отримати підтримку кваліфікованих спеціалістів, а також проводити тренінги та семінари з управління стресом та подолання травматичних наслідків.

Інтеграція дітей з сімей ВПО у систему освіти є ще одним ключовим напрямом. Важливо забезпечити не лише доступ до навчальних закладів, а й створити комфортне середовище для навчання та соціалізації дітей. Вчителі та вихователі мають бути підготовлені до роботи з дітьми, які пережили військові дії, а освітні заклади повинні запроваджувати адаптаційні програми, що допоможуть переселенцям швидше інтегруватися у нові колективи [24].

Громадянське суспільство та волонтерські організації відіграють важливу роль у підтримці сімей ВПО. Благодійні фонди, міжнародні організації та волонтери допомагають переселенцям із житлом, продуктами, одягом, юридичною та психологічною підтримкою. Однак для забезпечення довгострокового впливу необхідно налагоджувати співпрацю між державним сектором, громадськими ініціативами та міжнародними партнерами, щоб створювати системні механізми допомоги.

Фактором успішної адаптації є соціальна згуртованість та відсутність

дискримінації щодо ВПО. У деяких випадках переселенці стикаються з упередженим ставленням або соціальною ізоляцією, що ускладнює їхню інтеграцію. Проведення інформаційних кампаній є вкрай важливим, адже це сприяє формуванню толерантного ставлення до ВПО, а також залучає переселенців до активного громадського життя.

Окрім зазначених аспектів, важливо звернути увагу на правовий захист сімей внутрішньо переміщених осіб (ВПО) та їхню участь у суспільно-політичному житті. Незважаючи на наявність законодавчих норм, що гарантують переселенцям соціальні права та підтримку, на практиці багато з них стикаються з труднощами в оформленні документів, отриманні статусу ВПО, доступі до пільг та компенсацій. Бюрократичні перепони, нестача інформації та перевантаженість соціальних служб ускладнюють реалізацію їхніх прав [17].

Для покращення ситуації необхідні заходи з удосконалення законодавчої бази, автоматизації процесів оформлення документів та спрощення доступу до адміністративних послуг. Важливо забезпечити юридичну підтримку для ВПО, включаючи консультації, правозахисні ініціативи та діяльність громадських організацій, які допомагають переселенцям у вирішенні правових питань.

Що стосується суспільно-політичної участі ВПО, їхня інтеграція має включати можливість активного залучення до місцевого самоврядування, громадських ініціатив та волонтерських рухів. Переселенці можуть робити значний внесок у розвиток громад, до яких вони переїхали, тому важливо створювати умови для їхнього залучення до процесів ухвалення рішень, місцевих проєктів та соціальних програм.

Напрямом, який потребує уваги, є питання гендерної рівності та захисту вразливих груп серед ВПО. Жінки, літні люди, особи з інвалідністю та багатодітні сім'ї часто стикаються з особливими труднощами під час адаптації. Для їхньої підтримки необхідно розробляти цільові програми, що враховують специфічні потреби цих категорій населення, включаючи соціальне

забезпечення, доступ до охорони здоров'я, освіти та ринку праці.

Також важливим є розвиток міжкультурного діалогу та подолання соціальної напруги між ВПО та місцевими громадами. Взаєморозуміння та підтримка сприяють згуртованості суспільства, зменшенню рівня дискримінації та створенню сприятливого середовища для інтеграції переселенців. Проведення спільних культурних заходів, громадських ініціатив та комунікаційних кампаній допомагає формувати довіру між переселенцями та місцевими жителями.

Сучасний стан сімей ВПО, які постраждали внаслідок військових дій, вимагає комплексного підходу до їхньої підтримки та інтеграції. Вирішення проблем житла, працевлаштування, медицини, освіти, психологічної реабілітації та правового захисту є ключовими завданнями для держави, громадянського суспільства та міжнародних партнерів. Окрім цього, важливо забезпечити соціальну згуртованість, створювати можливості для активної участі переселенців у житті громад та сприяти економічній самостійності сімей ВПО.

Лише за умови ефективної взаємодії всіх зацікавлених сторін можна досягти успішної інтеграції внутрішньо переміщених осіб, забезпечивши їм гідні умови життя та можливості для розвитку. Це не лише сприятиме подоланню гуманітарної кризи, а й зміцнить соціальну єдність суспільства, що є важливим чинником стабільності та поступального розвитку держави в умовах сучасних викликів.

2.2. Досвід соціальної роботи та формування життєстійкості сімей в умовах кризи (світовий та український) з ВПО

Вимушене переселення населення внаслідок військових конфліктів, природних катастроф чи інших кризових ситуацій є однією з найсерйозніших соціальних проблем сучасного світу. Внутрішньо переміщені особи (ВПО) стикаються з численними викликами, зокрема втратою житла, роботи,

соціальних зв'язків та психологічними травмами. У таких умовах особливо важливим є формування життєстійкості сімей та ефективна соціальна робота, яка має на меті забезпечення базових потреб, інтеграцію у нове середовище та відновлення соціального благополуччя. Досвід світових країн та України демонструє різні підходи до вирішення цих проблем, які можуть бути корисними для розробки ефективної стратегії підтримки ВПО [21].

Світова практика соціальної роботи з ВПО включає комплексні програми, що спрямовані на забезпечення житлом, працевлаштування, психологічної допомоги, правової підтримки та соціальної інтеграції. Наприклад, у Німеччині після міграційної кризи 2015 року було реалізовано Федеральне відомство з питань міграції та біженців (BAMF), що реалізує інтеграційні курси (Integrationskurse), які включають вивчення мови, адаптаційні тренінги та професійну підготовку для переселенців [48]. Паралельно працюють великі гуманітарні організації, зокрема Caritas Deutschland та Німецький Червоний Хрест (Deutsches Rotes Kreuz), які впроваджують соціальні ініціативи, спрямовані на підтримку емоційної стабільності, розвиток соціальних контактів та професійної самореалізації ВПО [50].

У Канаді діє модель приватного спонсорства біженців, коли громадяни або організації беруть на себе зобов'язання допомагати переселенцям із житлом, працевлаштуванням та соціальною адаптацією. Особливої актуальності набули програми підтримки переселенців після початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну у 2022 році. У відповідь уряд Канади запровадив спеціальну ініціативу — Canada-Ukraine Authorization for Emergency Travel (CUAET), яка діяла з березня 2022 року по липень 2023 року [51]. В межах цієї програми понад 210 000 українців отримали можливість тимчасово проживати, навчатися і працювати в Канаді до трьох років. Такий підхід сприяє швидшій інтеграції та розвитку соціальних зв'язків між ВПО та місцевими громадами.

У скандинавських країнах, зокрема у Швеції та Норвегії, соціальна

політика щодо ВПО базується на принципах рівності та довготривалої інтеграції. Держава активно підтримує навчання, професійну адаптацію та доступ до медицини. У Швеції одним із дієвих інструментів підтримки є програма "Etableringsprogrammet" (Програма інтеграції), яка реалізується Шведським агентством з питань працевлаштування (Arbetsförmedlingen) [46]. У межах цієї програми переселенцям надають індивідуальні плани дій, мовні курси, професійну орієнтацію та психологічну підтримку. У 2023 році за підтримки Шведського Червоного Хреста в рамках цієї програми була впроваджена ініціатива "Trauma Support for Ukrainian Refugees", спрямована на подолання психологічних наслідків війни та адаптацію до нового середовища.[53]. У Норвегії важливу роль у формуванні життєстійкості ВПО відіграє Норвезьке управління з питань інтеграції та різноманіття (IMDi) [52]. З 2022 року активно реалізується оновлена державна стратегія інтеграції, що передбачає участь ВПО в інтеграційних програмах муніципального рівня, включно з обов'язковими мовними курсами, професійним наставництвом та психологічним супроводом.

Український досвід соціальної роботи з ВПО почав формуватися після 2014 року, коли внаслідок збройного конфлікту на сході країни значна кількість населення була змушена залишити свої домівки.

На початковому етапі основний акцент робився на забезпеченні базових потреб надання тимчасового житла, соціальних виплат, гуманітарної допомоги. Згодом з'явилися програми економічної інтеграції, що включають перекваліфікацію, сприяння у працевлаштуванні та підтримку підприємницької діяльності. Наприклад, з вересня 2024 року платформа Prometheus спільно з Програмою USAID «Конкурентоспроможна економіка України» реалізувала ініціативу «Нова професія: від навчання до працевлаштування». Ця програма спрямована на допомогу українцям, які втратили роботу через війну, у здобутті нової професії та подальшому працевлаштуванні [40]. Програма також передбачає менторську та психологічну підтримку та інтенсив з працевлаштування у партнерстві з

Jooble. За результатами навчання учасники отримують сертифікат та допомогу в пошуку роботи.

В Україні діють кризові центри, гарячі лінії та групи підтримки для переселенців, які допомагають подолати наслідки стресу, втрати близьких та соціального виключення. У 2022 році було створено Всеукраїнський центр підтримки ВПО за ініціативи Міністерства соціальної політики спільно з міжнародними партнерами, зокрема ПРООН та Міжнародною організацією з міграції (МОМ) [38]. Центр надає психологічну допомогу через гарячу лінію та мобільні групи підтримки, які працюють у найбільш постраждалих регіонах. Окрім державних ініціатив, активну роль відіграють громадські організації, наприклад Благодійний фонд "Карітас України", який у 2022–2024 роках реалізував програму «Психологічна підтримка ВПО та постраждалих від війни» [23]. В рамках цієї програми переселенці отримували індивідуальні консультації, групову терапію, а також участь у тренінгах із подолання стресу та відновлення соціальних зв'язків. Програма охопила понад 10 000 осіб у різних регіонах України, що дозволило суттєво знизити рівень тривожності та депресивних станів серед ВПО.

Житлове забезпечення залишається однією з ключових проблем для ВПО. Світовий досвід показує, що ефективними є програми державного фінансування будівництва соціального житла, надання пільгових кредитів та підтримка оренди. В Україні прикладом такої підтримки є урядова програма «Оселя», запроваджена у 2022 році [34]. Вона передбачає можливість пільгового кредитування на купівлю житла для визначених категорій громадян, включно з внутрішньо переміщеними особами. ВПО мають змогу отримати іпотечний кредит під 3% річних на строк до 20 років. Програма реалізується через Портал Дія та адмініструється Державним фондом сприяння молодіжному житловому будівництву. Основною метою є забезпечення переселенців стабільними житловими умовами та зменшення їх соціальної вразливості.

Ще одним актуальним прикладом є програма «Відновлення»,

започаткована у 2023 році [41]. Вона дозволяє громадянам, чиє житло було пошкоджене внаслідок бойових дій, отримати грошову допомогу на ремонт. Станом на 2024 рік, серед отримувачів допомоги значну частину становлять саме ВПО, які подали заявки через мобільний застосунок Дія. Максимальна сума компенсації складає до 200 тисяч гривень, що дає можливість провести базові відновлювальні роботи та повернутися до більш стабільних умов життя.

Успішним міжнародним досвідом є програми мікрокредитування, що дозволяють ВПО відкривати власну справу та розвивати підприємницьку діяльність. Наприклад, у 2023 році Міжнародна фінансова корпорація (IFC) у партнерстві з польським Santander Bank Polska запровадили програму мікрокредитування для підтримки українських внутрішньо переміщених осіб та бізнесів, що їм належать [36]. Програма передбачає надання кредитів із загальним фондом у 100 мільйонів доларів, з особливою увагою до жінок-підприємниць.

Особливу увагу слід приділити психологічній реабілітації та соціальній адаптації ВПО. У багатьох країнах діють програми групової терапії, гарячі лінії психологічної допомоги та центри кризової підтримки. В Україні такі ініціативи вже реалізуються за підтримки міжнародних організацій. Зокрема, проект “Психологічна підтримка внутрішньо переміщених осіб”, що впроваджується міжнародною організацією UNICEF Ukraine у співпраці з місцевими громадськими організаціями, забезпечує психологічні консультації, тренінги зі стрес-менеджменту та групову терапію для ВПО в регіонах з найбільшим навантаженням [45]. Ця програма діє з вересня 2022 року і значно сприяє подоланню психологічних травм, підвищенню життєстійкості та соціальної адаптації постраждалих сімей.

Інтеграція дітей ВПО у систему освіти також залишається важливим напрямом. Після повномасштабного вторгнення, починаючи з 2022 року у десяти областях України функціонують спеціальні мобільні команди, які допомагають дітям внутрішньо переміщених осіб пристосуватися до нових навчальних та соціальних умов [49]. Ці команди організують заняття з

арттерапії та ігрові сесії, а також забезпечують психологічну підтримку для дітей різного віку — від дошкільнят до школярів.

Також з ключових завдань є розвиток інфраструктури соціальних послуг для ВПО. Важливо створювати багатофункціональні центри підтримки, де переселенці можуть отримати комплексну допомогу, включаючи правові консультації, психологічну підтримку, професійну орієнтацію та можливості перекваліфікації. В Україні вже діють подібні ініціативи, зокрема Центри підтримки ВПО, які фінансуються за рахунок міжнародних партнерів та державних програм. Наприклад, у 2023 році в місті Черкаси був відкритий Центр підтримки ВПО за підтримки Агентства ООН у справах біженців (UNHCR) у партнерстві з ГО «100% життя Черкаси», де переселенці отримують юридичні консультації, психосоціальну допомогу та сприяння у працевлаштуванні [37].

Успішний досвід європейських країн показує, що ефективними є програми наставництва, коли місцеві підприємці допомагають ВПО адаптуватися до нових умов ведення бізнесу. З 2019 року в Німеччині реалізується проєкт "Neustart im Team" (NesT), спрямований на підтримку найбільш уразливих біженців і внутрішньо переміщених осіб [44]. У межах цієї ініціативи волонтери об'єднуються у невеликі групи, щоб допомагати переселенцям орієнтуватися в нових життєвих обставинах. Вони надають корисну інформацію, допомагають знайти необхідні ресурси та забезпечують емоційну підтримку.

Психологічна підтримка залишається одним із найважливіших аспектів соціальної роботи з ВПО. В Україні діють різні форми психологічної підтримки, зокрема групові терапії, індивідуальні консультації та тренінги з розвитку стресостійкості. Наприклад, у 2022 році громадська організація «Безбар'єрність» за підтримки Офісу першої леді України та у партнерстві з UNICEF Ukraine реалізувала національний проєкт «Психосоціальна підтримка дорослих та дітей, які постраждали від війни» []. У межах програми відкрито мережу «Спільно. Точки зустрічі» у понад 20 регіонах України — це безпечні

простори, де ВПО можуть отримати безоплатну психологічну допомогу, поспілкуватися з фахівцями, взяти участь у групових заняттях для відновлення психоемоційного стану .

Формування життєстійкості сімей ВПО в умовах кризи потребує комплексного підходу, що базується на міжнародних та українських практиках. Важливо не лише надавати матеріальну допомогу, а й створювати умови для соціальної, психологічної та економічної інтеграції переселенців. Лише завдяки спільним зусиллям держави, громадськості та міжнародних партнерів можна забезпечити ефективну адаптацію ВПО та сприяти побудові згуртованого суспільства.

2.3. Огляд програм та ініціатив, спрямованих на підтримку життєстійкості ВПО

Вимушене переселення через військові конфлікти, економічні кризи або природні катастрофи створює значні виклики для внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Для забезпечення їхньої життєстійкості та успішної адаптації необхідні комплексні програми підтримки, що охоплюють житлове забезпечення, працевлаштування, доступ до освіти, медичних послуг та психологічну реабілітацію. У світі та Україні діє низка ініціатив, які спрямовані на допомогу ВПО, сприяючи їхній інтеграції у місцеві громади та відновленню нормального життя [33].

Однією з головних проблем для переселенців є доступ до житла. У різних країнах реалізуються програми, спрямовані на надання тимчасового або постійного житла для ВПО, включаючи державні субсидії, будівництво соціального житла та орендну підтримку.

Таблиця 2.1.

Програми житлового забезпечення ВПО

Програма	Країна/Регіон	Опис	Цільова аудиторія	Результати
----------	---------------	------	-------------------	------------

Державна програма компенсації за зруйноване житло	Україна	Відшкодування витрат на відновлення житла ВПО	ВПО, які втратили житло через військові дії	Тисячі сімей отримали компенсацію
Програма соціального житла для переселенців	Німеччина	Надання доступного житла ВПО у муніципальних будинках	Біженці та ВПО	Скорочення бездомності серед переселенців
Кредити для купівлі житла ВПО	Грузія	Пільгові кредити на житло	ВПО, які бажають придбати житло	Підвищення рівня власного житла серед ВПО
Програма модульних містечок	Україна	Тимчасове житло для ВПО в безпечних регіонах	ВПО без стабільного місця проживання	Забезпечення тисяч переселенців житлом
EU Housing Assistance	ЄС	Фінансова підтримка житлових ініціатив для ВПО	ВПО в країнах ЄС	Покращення умов проживання переселенців

Аналіз програм житлового забезпечення внутрішньо переміщених осіб (ВПО) показує, що в різних країнах реалізуються як державні, так і міжнародні ініціативи, спрямовані на забезпечення базових житлових потреб переселенців. В Україні діють програми компенсацій за зруйноване житло та створення модульних містечок. У Німеччині, Грузії та країнах ЄС — проекти соціального житла й пільгового кредитування. Такі заходи сприяють побутовій стабільності та полегшують адаптацію ВПО до нових умов.

Житло є лише одним із напрямів підтримки. Не менш важливою є економічна самостійність переселенців. З метою відновлення життєстійкості значну увагу приділяють питанням працевлаштування, перекваліфікації та підтримки підприємництва. Ключові практики у цій сфері узагальнено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Програми працевлаштування та економічної підтримки ВПО

Програма	Країна/Ре гіон	Опис	Цільова аудиторія	Результати
«Рука допомоги»	Україна	Гранти на відкриття бізнесу для ВПО	ВПО, які бажають започаткувати бізнес	Створено сотні нових підприємств
Програма професійної перекваліфікації	Польща	Навчальні курси для ВПО	Переселенці без роботи	Підвищення конкурентоспр оможності на ринку праці
Мікрокредитув ання малого бізнесу	Грузія	Видача кредитів на розвиток бізнесу ВПО	ВПО, підприємці	Зростання рівня самозайнятості серед ВПО
Програма Job Integration	Німеччин а	Субсидії роботодавц ям, що наймають ВПО	ВПО, що шукають роботу	Збільшення рівня зайнятості ВПО
Навчання цифровим навичкам	Україна, ЄС	Онлайн- курси для ВПО з ІТ та маркетингу	ВПО без стабільного доходу	Підвищення кваліфікації та можливостей працевлаштува ння

Комплексна підтримка внутрішньо переміщених осіб не може обмежуватися лише економічними заходами. Хоча програми сприяння зайнятості, розвитку підприємництва та підвищення професійної кваліфікації (табл. 2.2) створюють передумови для фінансової стабільності, важливо не залишати поза увагою емоційний стан переселенців, адже психологічна травматизація є однією з головних проблем цієї категорії населення.

У зв'язку з цим дедалі більшого значення набувають ініціативи, спрямовані на відновлення психологічного благополуччя та соціальну адаптацію. У ряді країн реалізуються програми психоемоційної підтримки, консультування, кризових гарячих ліній та функціонування спеціалізованих

центрів. Їх особливості узагальнено у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Програми психологічної підтримки та соціальної інтеграції

Програма	Країна/Регіон	Опис	Цільова аудиторія	Результати
Психологічна підтримка ВПО	Україна	Консультації та групові терапії	ВПО, що пережили травматичні події	Забезпечення психологічної стійкості
Центри соціальної адаптації	США	Центри підтримки для ВПО	ВПО та біженці	Покращення соціальної інтеграції
Гаряча лінія психологічної допомоги	ЄС	Телефонна підтримка ВПО	Переселенці з кризових регіонів	Зниження рівня тривожності серед ВПО
«Рівний рівному»	Україна	Групи самопомоги для переселенців	ВПО у громадах	Взаємопідтримка та адаптація
Соціальні клуби для ВПО	Канада	Зустрічі та заходи для переселенців	ВПО у нових громадах	Поліпшення інтеграції у суспільство

Забезпечення психологічної підтримки та сприяння соціальній інтеграції (табл. 2.3) є надзвичайно важливими, проте для повноцінної адаптації до нових умов не менш значущим є доступ до освіти, особливо для молоді та дітей.

У відповідь на ці потреби в різних країнах реалізуються програми, спрямовані на освітню підтримку ВПО. Вони охоплюють як молодь, так і дорослих, і включають як класичні форми освіти, так і дистанційні формати. Особливості реалізації таких ініціатив подано у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Програми освітньої підтримки ВПО

Програма	Країна/Регіон	Опис	Цільова аудиторія	Результати
Доступна освіта для ВПО	Україна	Спрощений вступ до ВНЗ для ВПО	Молодь з числа ВПО	Підвищення рівня освіти серед переселенців

Онлайн-освіта для дітей ВПО	ЄС, Україна	Дистанційне навчання для дітей	Діти-переселенці	Безперервність освіти під час міграції
Гранти на освіту ВПО	США, Канада	Стипендії для студентів-переселенців	Молодь ВПО	Фінансова підтримка освіти
Інтеграційні курси для школярів	Німеччина	Програми адаптації у школах	Діти ВПО	Прискорена інтеграція у шкільне життя
Спеціальні курси для дорослих ВПО	Польща	Професійне навчання для дорослих ВПО	Дорослі переселенці	Підвищення шансів на працевлаштування

Реалізація освітніх ініціатив для внутрішньо переміщених осіб (табл. 2.4) суттєво сприяє їхній довгостроковій інтеграції у приймаючі громади та підвищує шанси на працевлаштування. Поряд з освітою, надзвичайно важливою залишається якісна медична допомога, особливо в умовах тривалого стресу, втрати домівки та зміни соціального оточення. У різних країнах були впроваджені медичні програми, спрямовані на забезпечення ВПО базовими медичними послугами, доступом до страхування та профілактичними заходами. Основні приклади таких програм узагальнено в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Медичні програми та доступ до охорони здоров'я для ВПО

Програма	Країна/Регіон	Опис	Цільова аудиторія	Результати
Безкоштовні медичні консультації	Україна	Доступ до первинної медицини	ВПО, що потребують лікування	Покращення доступу до медицини
Медстрахування для ВПО	ЄС	Пільгове медичне страхування	ВПО у країнах ЄС	Забезпечення безкоштовного лікування
Мобільні клініки	США	Виїзні медичні команди	Медична допомога у таборах ВПО	Покращення здоров'я серед переселенців

Першочерговою проблемою для переселенців є житлове забезпечення. Успішні міжнародні практики включають будівництво соціального житла, надання пільгових кредитів та субсидій на оренду. В Україні діють програми компенсації за зруйноване житло та тимчасового розміщення переселенців, однак їхня ефективність залежить від належного фінансування та реалізації. Перспективним напрямом є розширення програм довгострокового житлового кредитування та впровадження більшої кількості соціальних житлових ініціатив [28].

Працевлаштування є ключовим фактором успішної інтеграції ВПО, адже воно забезпечує фінансову незалежність та соціальну стабільність. Ефективними є програми перекваліфікації, мікрокредитування малого бізнесу та підтримка підприємництва серед переселенців. В Україні вже реалізуються грантові програми для ВПО, проте необхідно розширювати можливості стажувань та сприяти залученню переселенців до високотехнологічних галузей. Важливими є також державна підтримка бізнесу та субсидії роботодавцям, які наймають ВПО, що може значно покращити ситуацію на ринку праці для переселенців.

Психологічна підтримка та соціальна інтеграція є важливими аспектами адаптації ВПО, адже багато з них пережили стресові та травматичні події. Успішними є програми кризового консультування, групові терапії та гарячі лінії підтримки. Соціальна інтеграція ВПО у громади сприяє покращенню їхнього психологічного стану, тому важливими є громадські ініціативи, що сприяють взаємодії місцевих жителів і переселенців.

Освіта відіграє важливу роль у процесі адаптації ВПО, особливо для дітей та молоді, які змушені змінювати навчальні заклади через переселення. Успішними є програми доступної освіти, дистанційного навчання та грантової підтримки для студентів. Інтеграційні курси для школярів допомагають швидше адаптуватися до нового освітнього середовища

Медична допомога є ще одним критично важливим аспектом підтримки ВПО, адже багато переселенців мають обмежений доступ до медичних послуг

через фінансові труднощі та відсутність належного страхування. Успішними є програми безкоштовних медичних консультацій, мобільні клініки та пільгове страхування. В Україні діють програми безкоштовної медичної допомоги для ВПО, проте необхідно покращити доступ до спеціалізованого лікування та психотерапевтичних послуг. Розширення державних та міжнародних програм медичної підтримки є важливим напрямом соціальної політики [29].

Загалом, аналіз програм підтримки внутрішньо переміщених осіб свідчить про те, що ефективна допомога повинна бути комплексною, охоплювати всі аспекти життя переселенців та поєднувати державні, міжнародні та громадські ініціативи. Особливо важливими є довгострокові рішення, такі як створення житлових програм, сприяння працевлаштуванню, забезпечення доступу до освіти та медицини. Україна вже має позитивний досвід реалізації низки ініціатив, проте для забезпечення стійкої інтеграції ВПО необхідно розширювати програми підтримки та підвищувати їхню ефективність.

Висновки до другого розділу

Сім'ї ВПО стикаються з масштабними викликами, серед яких втрата житла, труднощі з працевлаштуванням, проблеми соціальної адаптації та психологічні наслідки війни. Однією з головних проблем є житлова невизначеність, адже значна частина переселенців проживає у тимчасових притулках або змушена орендувати житло на невигідних умовах. Економічна нестабільність також залишається серйозним викликом, оскільки багато ВПО втратили роботу, а їхня адаптація до нових умов ринку праці є складною. Додатковим тягарем є психологічний стан переселенців, особливо дітей, які пережили травматичний досвід війни та вимушеного переселення. В умовах кризи гостро постає питання доступу до якісної медичної допомоги, освіти та соціальних послуг. Незважаючи на значні зусилля держави, міжнародних організацій та громадянського суспільства, залишається необхідність

подальшого вдосконалення програм підтримки ВПО та їх довгострокового соціально-економічного забезпечення.

Міжнародний досвід вже показує, успішні практики країн, що приймали значну кількість біженців і переселенців (Німеччина, Канада, Польща), які продемонстрували важливість державних програм житлової підтримки, навчання та працевлаштування, а також соціальних ініціатив, спрямованих на інтеграцію переселенців у місцеві громади. В Україні також реалізовано низку подібних ініціатив, зокрема грантові програми для ВПО, державні субсидії на житло, освітні пільги та психологічні консультації.

Аналіз існуючих програм підтримки ВПО свідчить про те, що найбільш ефективними є ініціативи, які одночасно охоплюють різні аспекти життя переселенців. Програми житлового забезпечення, такі як державна компенсація за зруйноване житло та соціальне житло, є критично важливими для стабільності сімей ВПО. Підтримка працевлаштування та економічної активності, включаючи перекваліфікацію, мікrokредитування малого бізнесу та субсидії роботодавцям, сприяє фінансовій незалежності переселенців. Важливим напрямом є психологічна підтримка та соціальна інтеграція ВПО, що реалізується через кризові центри, гарячі лінії допомоги та групові терапії. Освітні програми забезпечують можливості для дітей та молоді з числа ВПО отримати якісну освіту та адаптуватися до нових умов навчання.

Формування життєстійкості сімей ВПО є комплексним процесом, який потребує поєднання державних, міжнародних та громадських ініціатив. Незважаючи на значні виклики, Україна та міжнародна спільнота вже реалізували низку ефективних програм, спрямованих на підтримку переселенців. Однак для забезпечення довготривалої інтеграції ВПО необхідно розширювати існуючі програми, підвищувати їхню ефективність, покращувати доступ до житла, роботи, освіти та медичних послуг. Лише завдяки системному підходу можна гарантувати соціальну стабільність переселенців та сприяти їхній повноцінній інтеграції у суспільство.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

3.1. Методологія та організація дослідження (опис бази та вибірки дослідження, опис методів та процедур)

Емпіричне дослідження було спрямоване на вивчення особливостей формування життєстійкості у внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах сучасних кризових викликів, зокрема війни в Україні. Метою дослідження стало з'ясування рівня життєстійкості серед ВПО, виявлення основних труднощів, з якими стикаються переселенці, а також аналіз ефективності соціальної підтримки у зміцненні їхньої психологічної стійкості.

Дослідження проводилося на базі БФ «Карітас Одеса УГКЦ», який надає комплексну допомогу внутрішньо переміщеним особам у місті Одеса [6]. Даний благодійний фонд є активним учасником у впровадженні програм психологічної підтримки, соціальної адаптації та інтеграції переселенців, що забезпечує сприятливі умови для здійснення наукової та практичної діяльності. Безпосереднє дослідження тривало у період із листопада по грудень 2024 року в рамках діяльності Центру життєстійкості, що функціонує на базі установи. Остаточний етап опрацювання результатів, їх узагальнення та аналітичне осмислення було завершено у березні 2025 року. Така тривалість дала змогу не лише зібрати необхідну інформацію, а й глибше зануритися в специфіку соціальної роботи з ВПО в умовах кризового середовища.

Вибірка дослідження складалася з 30 респондентів з різних регіонів України (Харківська, Херсонська, Донецька, Луганська та Запорізька області) які наразі проживають в місті Одеса. До вибірки увійшли:

- Чоловіки та жінки віком 22-60 років;
- Особи, з різним рівнем освіти та соціальним статусом;

- ВПО, які мають різний рівень соціальної адаптації (працевлаштовані/непрацевлаштовані, отримують/не отримують соціальну допомогу).

Для комплексного аналізу життєстійкості внутрішньо переміщених осіб було використано низку методів дослідження, які дали змогу охопити як кількісні, так і якісні показники.

Кількісні методи включали соціологічне опитування та анкетування. Для проведення емпіричної частини дослідження було розроблено спеціально сформульовану анкету (див. Додаток А), яка складалася з низки запитань з варіантами відповідей. Анкета була спрямована на отримання біографічних даних респондентів, а також збору інформації про їхній психологічний стан, рівень адаптації до нових умов, оцінку соціального оточення та впливу кризових подій на повсякденне життя. Така структура дозволила отримати цілісну картину соціально-психологічної ситуації ВПО.

Опитування проводилося у двох форматах: онлайн та офлайн, що забезпечило охоплення ширшої аудиторії переселенців. Основна увага приділялася питанням, пов'язаним із соціально-економічними умовами життя, рівнем інтеграції в нове середовище, доступом до соціальних послуг, а також емоційному стану та внутрішнім ресурсам респондентів.

Онлайн-опитування було проведено за допомогою онлайн-платформи Google Форми, що дозволило забезпечити зручний і доступний спосіб збору даних серед внутрішньо переміщених осіб. Тривалість опитування становила два тижні, протягом яких було зібрано відповіді від 30 респондентів. У дослідженні взяли участь особи різного віку, зокрема: 9 осіб віком від 18 до 30 років, 13 респондентів у віковій категорії 31–45 років, а також 8 учасників віком від 46 до 60 років. Такий розподіл дозволив охопити думки та досвід представників різних вікових груп, що сприяє більш комплексному розумінню рівня їхньої життєстійкості та соціально-психологічного стану.

Результати анкетування зведено у (рис.3.1), який демонструє узагальнені дані, отримані в ході опитування внутрішньо переміщених осіб. У рисунку

наведено відсоткове співвідношення відповідей на ключові запитання, що дозволяє простежити основні тенденції в оцінці соціально-психологічного стану респондентів.

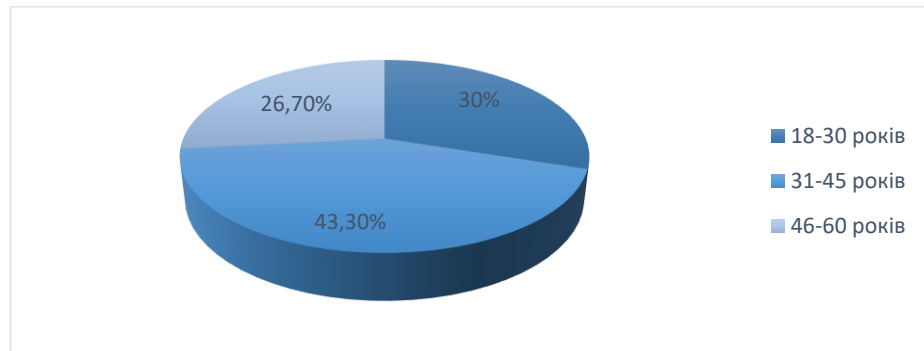


Рис.3.1. Віковий розподіл респондентів, які взяли участь в анкетуванні

Аналіз вікового складу респондентів показав, що найбільшу частку склали особи віком від 31 до 45 років — 43,3%. Це соціально активна категорія, яка вже має життєвий досвід та активно інтегрується у нове середовище. Молодь віком 18–30 років становила 30% — це група, для якої важливі можливості самореалізації, навчання та працевлаштування. Особи віком 46–60 років склали 26,7% — представники цієї групи частіше стикаються з труднощами адаптації, проте мають високий потенціал життєвої стійкості.

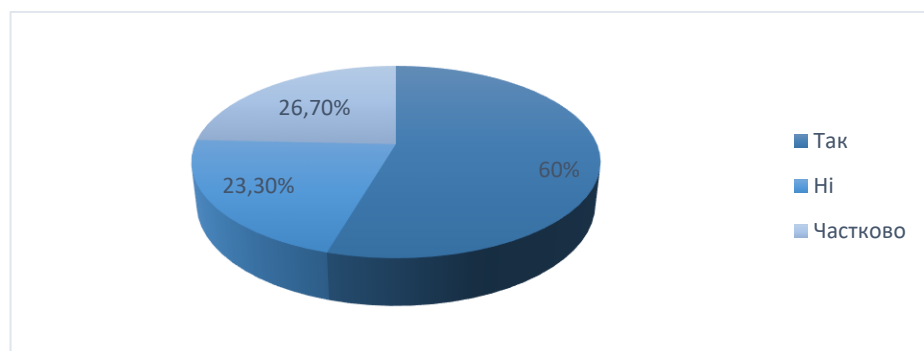


Рис.3.2. Результати відповідей на питання «Чи відчуваєте Ви труднощі з адаптацією в новому місці проживання?»

З отриманих відповідей стало відомо, що більшість респондентів (60%) мають складнощі у процесі адаптації до нового місця проживання. 23,3% опитаних заявили, що не мають проблем з адаптацією. 16,7% відзначили, що

їхні труднощі носять частковий характер.

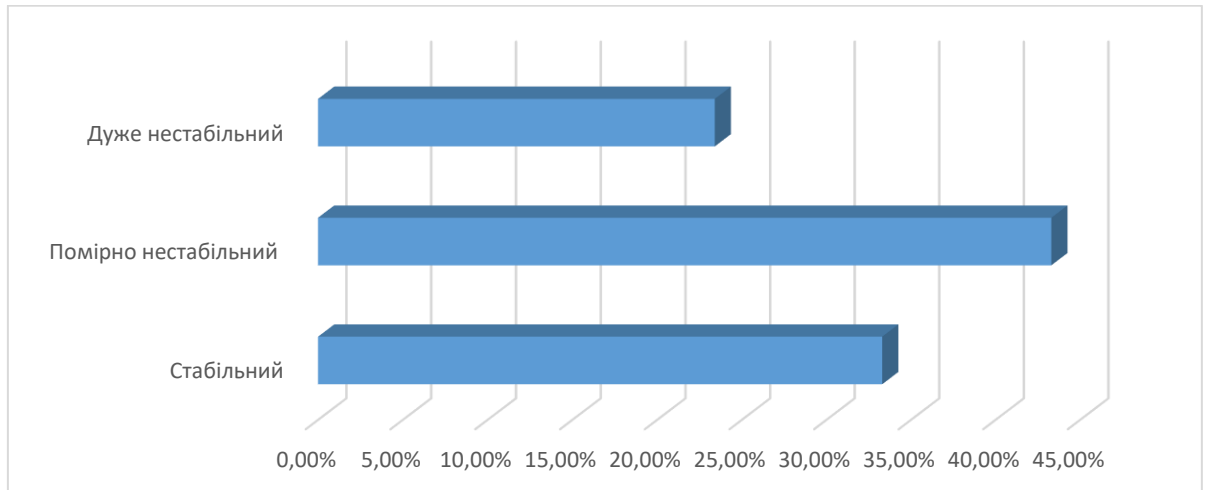


Рис.3.3. Результати відповідей на питання «Як Ви оцінюєте свій емоційний стан за останній місяць?»

З 30 респондентів 10 (33,3%) оцінили свій емоційний стан як стабільний. Решта 20 осіб (66,7%) відчували певну нестабільність: 13 (43,3%) — помірну, а 7 (23,4%) — значну. Це свідчить про високий рівень емоційного стресу серед більшості ВПО та вказує на потребу у психологічній підтримці.

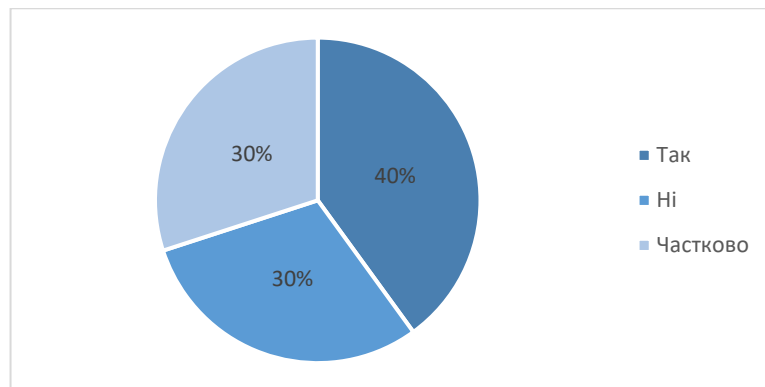


Рис.3.4. Результати відповідей на питання «Чи маєте Ви доступ до психологічної допомоги або соціальних послуг?»

За результатами опитування серед 30 респондентів, лише 40% опитаних підтвердили, що мають постійний доступ до психологічної допомоги або соціальних послуг. 12 осіб відчують можливість отримати необхідну підтримку у разі потреби. 30% респондентів – не мають доступу до соціальних послуг, а ще 30% отримують допомогу частково або нерегулярно.

Таблиця 3.1.

Результати відповідей на питання «Які джерела підтримки допомагають Вам справлятися з труднощами? (множинна відповідь)»

Джерела підтримки	Кількість респондентів	Відсоток
Родина та близькі	25	83,3%
Друзі та знайомі	18	60%
Соціальні служби	12	40%
Волонтерські організації	10	33,3%
Релігійні громади	8	26,7%

Більшість респондентів (83,3%) назвали родину головним джерелом підтримки. Друзі допомагають 60%, соціальні служби — 40%, волонтери — 33%, а релігійні громади — 27%. Переселенці використовують різні види підтримки для подолання труднощів.

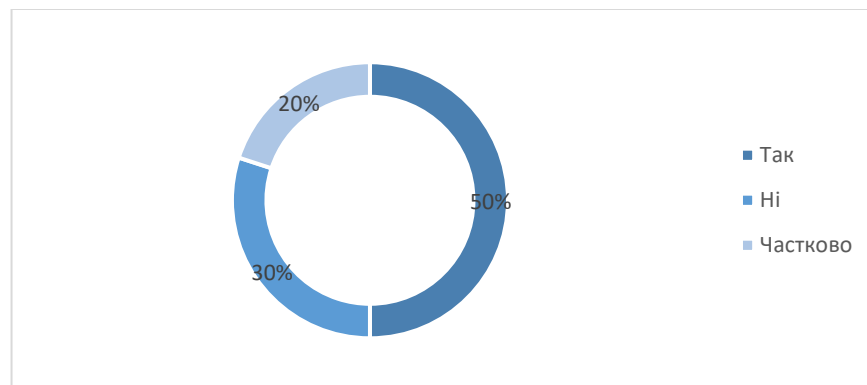


Рис.3.5. Результати відповідей на питання «Чи відчуваєте Ви себе частиною місцевої громади?»

Із 30 опитаних респондентів, 15 осіб (50%) зазначили, що повністю відчувають себе частиною громади. 6 осіб (20%) відповіли, що частково інтегрувалися, а 9 респондентів (30%) поки не відчувають себе частиною місцевої спільноти. Це свідчить про різний рівень соціальної адаптації серед ВПО та актуальність подальшої соціальної підтримки.

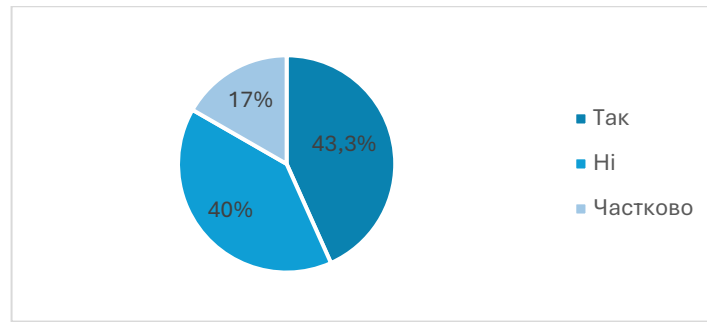


Рис.3.6. Результати відповідей на питання «Чи змогли Ви відновити або знайти роботу після переміщення?»

За результатами опитування, 43% ВПО змогли знайти або відновити роботу після переїзду, тоді як 40% залишаються без працевлаштування. Ще близько 17% мають тимчасову або неповну зайнятість. Це свідчить про серйозні труднощі у пошуку стабільної роботи.

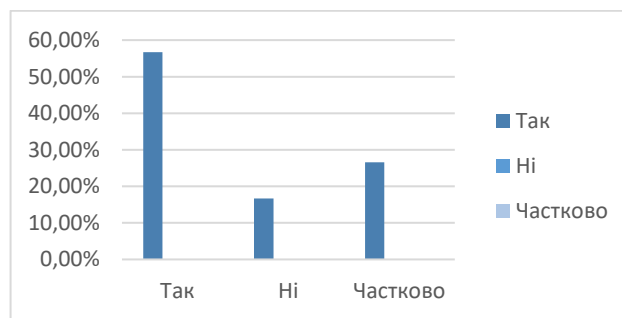


Рис.3.7. Результати відповідей на питання «Чи відчуваєте себе у безпеці в новому місті?»

18 респондентів (60%) зазначили, що мають доступ до психологічної підтримки, 8 респондентів (27%) мають обмежений доступ, а 4 особи (13%) не користувалися такою допомогою взагалі.

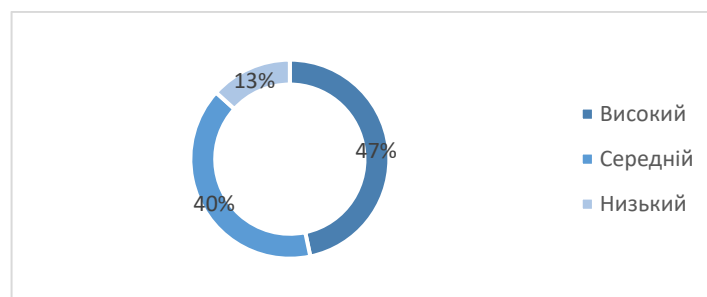


Рис.3.8. Результати відповідей на питання «Який рівень тривожності Ви відчуваєте у повсякденному житті?»

Серед 30 респондентів майже половина — 14 осіб (46,7%) — відчувають високий рівень тривожності у повсякденному житті. Середній рівень тривожності вказали 12 респондентів (40%), що свідчить про наявність стресових чинників, які впливають на їхній емоційний стан. Низький рівень тривожності відзначили лише 4 особи (13,3%), що свідчить про порівняно невелику частку внутрішньо переміщених осіб, які відчувають емоційний комфорт у звичайних умовах.

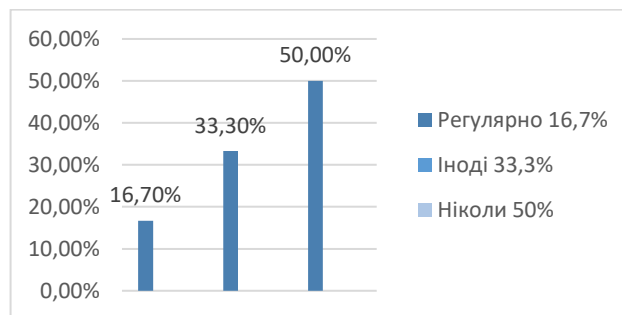


Рис.3.9. Результати відповідей на питання «Як часто Ви користуєтесь послугами психологічної підтримки?»

Результати свідчать, що 15 респондентів (50%) ніколи не користуються послугами психологічної підтримки. Приблизно 10 осіб (33%) звертаються до психологічної допомоги час від часу, і лише 5 респондентів (17%) користуються психологічною підтримкою регулярно, що вказує на існування групи людей, які активно працюють над зміцненням своєї життєстійкості.

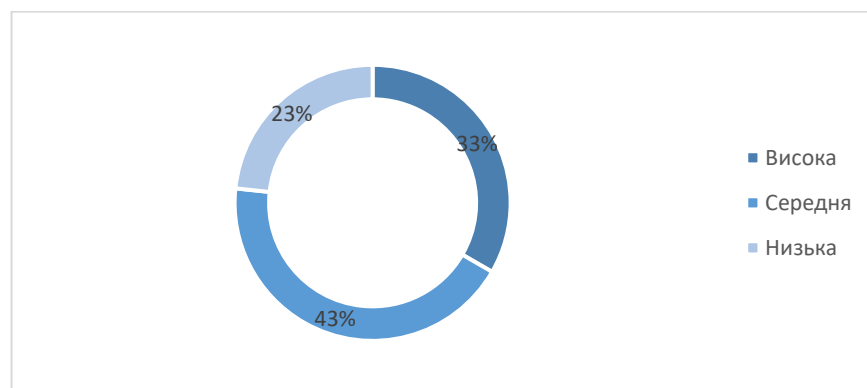


Рис.3.10. Результати відповідей на питання «Як Ви оцінюєте власну здатність справлятися зі стресом?»

Більшість респондентів (43,3%) оцінили свою здатність справлятися зі стресом як середню, що свідчить про наявність базових навичок адаптації. Понад третина (33,3%) вважають цю здатність високою, демонструючи добру психологічну стійкість. Водночас 23,4% опитаних відчувають себе вразливими через низький рівень здатності справлятися зі стресом.

На питання «Які найбільші труднощі Ви відчуваєте у процесі адаптації?» переважна більшість респондентів 60% (18) вказали на фінансові труднощі, які значно ускладнюють задоволення базових потреб. 40% (12 осіб) відчувають соціальну ізоляцію, що призводить до самотності та зниження мотивації. 26% (8 респондентів) мають проблеми з доступом до медичної допомоги, що особливо важливо для людей із хронічними захворюваннями.

На питання «Чи змінилось Ваше коло спілкування після переїзду?» близько 70% (21 особа) респондентів відчули зміни у своєму соціальному оточенні. Частина опитаних, а саме 5 осіб (16,7%), відповіли, що їхнє коло спілкування не зазнало змін, тоді як 4 особи (13,3%) зазначили часткові зміни.

Результати відповідей «Чи є у Вас постійне житло в новому місці проживання?» показали, що 11 респондентів (36,7 %) мають постійне житло, що свідчить про відносну стабільність у житловому питанні для частини ВПО. Проте 10 осіб (33,3 %) відповіли, що постійного житла немає, що вказує на суттєві проблеми з забезпеченням житлом. Ще 9 респондентів (30 %) проживають тимчасово, що підкреслює нестабільність житлових умов у значної частини переселенців.

Результати відповідей на питання «Як часто Ви звертаєтесь до соціальних служб за допомогою?» понад 46,6% (14 осіб) респондентів звертаються до соціальних служб іноді, тобто періодично використовуючи їхні послуги, можливо, у разі гострої потреби. 26,7% (8 осіб) часто звертаються до соціальних служб за допомогою, що свідчить про активне користування соціальною підтримкою, і ще 26,7% (8 осіб) ніколи не зверталися за допомогою до соціальних служб, що може вказувати як на відсутність потреби, так і на можливі бар'єри у доступі чи недовіру до інститутів соціальної

підтримки.

На питання «Чи вдалося Вам знайти нові знайомства/друзів на новому місці?» близько (16 осіб) 53,3% респондентів вказали, що змогли налагодити нові соціальні зв'язки, що є позитивним чинником у процесі адаптації. Проте значна частина опитаних — (7 осіб) 23,3% зазначили, що це відбулося лише частково, а ще 23,3% респондентів (7 осіб) не змогли знайти нових друзів чи знайомств.

Також у дослідженні було використано шкалу оцінки життєстійкості Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (Рис.3.6, див. Додаток Б). Застосування цієї методики зумовлене її валідністю та надійністю в оцінці рівня психологічної стійкості людини в умовах стресу та тривалих психоемоційних навантажень. Шкала дозволяє виявити, наскільки особа здатна адаптуватися до змін, справлятися з труднощами, зберігати внутрішню рівновагу та активно протистояти життєвим викликам. Інструмент CD-RISC охоплює різні аспекти життєстійкості, зокрема — почуття контролю над ситуацією, цілеспрямованість, здатність до самооновлення, духовність і соціальну підтримку. Саме ці критерії стали ключовими для оцінки життєстійкості ВПО в межах дослідження.

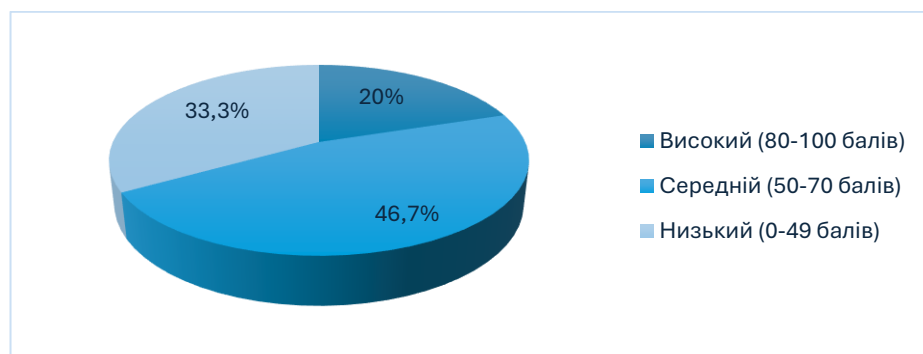


Рис.3.11. Рівень життєстійкості ВПО за CD-RISC шкалою

За результатами оцінки за шкалою CD-RISC, 6 (20%) респондентів показали високий рівень життєстійкості (80-100 балів), 14 (46,7%) – середній (50-79 балів), а 10 (33,3%) – низький рівень (0-49 балів). Це свідчить про різний ступінь адаптації серед ВПО, де значна частина потребує додаткової підтримки

для підвищення своєї психологічної стійкості.

У межах якісного дослідження було проведено декілька напівструктурованих інтерв'ю з внутрішньо переміщеними особами, волонтерами та соціальними працівниками, які залучені до діяльності Центру життєстійкості при БФ «Карітас Одеса УГКЦ». Інтерв'ю відбувалися під час візитів респондентів до центру, у спокійній атмосфері, що сприяла відкритому діалогу. Кожна розмова тривала в середньому 20–30 хвилин. Опитувані, загалом 10 осіб, переважно охоче йшли на контакт. Конфіденційність була дотримана, тому персональні дані в дослідженні не розкриваються. Для проведення інтерв'ю було заздалегідь розроблено перелік запитань, розміщений у додатку В.

Результати проведеного інтерв'ю свідчать про наявність спільних тенденцій у досвіді та поглядах респондентів, які дозволяють виявити ключові аспекти життєстійкості внутрішньо переміщених осіб. Отримані дані відображають не лише індивідуальні переживання, а й спільні патерни подолання кризи, що свідчить про формування певних механізмів самозбереження та адаптації в нових умовах.

Під час дослідження виявлено, що більшість ВПО демонструють високу мотивацію до відновлення життєвої стабільності, пошуку нових соціальних контактів та активного включення в життя приймаючої громади, попри значні труднощі матеріального, психологічного та соціального характеру. Водночас спостерігається варіативність у ступені сформованості життєстійкості, яка залежить від низки чинників: рівня соціальної підтримки, доступу до інформаційних і психологічних ресурсів, досвіду попередніх втрат, а також внутрішньої готовності приймати зміни. Проведене інтерв'ю дало змогу не лише зібрати фактичний матеріал, а й глибше зрозуміти суб'єктивне бачення переселенців щодо свого стану, перспектив, ресурсів та викликів у контексті вимушеного переміщення.

З метою систематизації отриманих відповідей інтерв'ю було структуровано за кількома ключовими питаннями, які дозволили дослідити

внутрішні ресурси, потреби та стратегії адаптації переселенців.

На перше запитання: «Як ви оцінюєте свою здатність адаптуватися до нових умов життя?» 6 із 10 опитаних респондентів (60 %) оцінили свою здатність до адаптації як посередню, зазначаючи значні емоційні труднощі на початковому етапі переміщення — відчуття тривоги, втрати опори, труднощі з налагодженням побуту. 2 особи (20 %) визнали, що адаптація пройшла відносно легко, завдяки підтримці родини та знайомств у новому місті. Ще 2 учасники (20 %) вказали на тривалий процес адаптації, який триває досі, особливо через труднощі з працевлаштуванням і прийняттям нових життєвих умов.

Результати відповідей на питання «Які ресурси підтримки є для вас найбільш важливими?» показали, що 8 респондентів (80 %) вказали емоційну підтримку з боку сім'ї та близьких як головний фактор життєстійкості. 5 осіб (50 %) окремо підкреслили важливість участі в соціальних заходах — тренінгах, консультаціях, зустрічах, які проводяться в Центрі життєстійкості. 4 особи (40 %) назвали фінансову допомогу (державну та міжнародну) як критичний ресурс виживання на перших етапах. Це свідчить, що ресурси підтримки мають комплексний характер і охоплюють як емоційну стабільність, так і практичну підтримку.

Результати відповідей на питання «Які труднощі вам довелося подолати під час інтеграції у нову громаду?» свідчать, що 7 із 10 опитаних (70 %) назвали житлові проблеми (дороговартісна оренда, складність у пошуку житла) найсуттєвішою перешкодою. 6 респондентів (60 %) відзначили відсутність роботи або труднощі з офіційним працевлаштуванням. 3 особи (30 %) зіштовхнулися з психологічною ізоляцією, зокрема почуттям «чужинця» у новому середовищі. Водночас 4 учасники (40 %) зазначили, що з часом громада почала сприймати їх позитивніше, особливо завдяки участі у волонтерській діяльності чи громадських заходах.

Результати відповідей на питання «Чи зверталися ви по допомогу до соціальних працівників і як оцінюєте отриману підтримку?» Понад

9 з 10 опитаних (90 %) зверталися по допомогу до соціальних служб, з них 8 осіб (80 %) позитивно оцінили отриману допомогу: консультації, продуктові набори, психологічна підтримка. Один респондент (10 %) зазначив, що не отримав очікуваної допомоги через перевантаженість працівників. Лише одна особа не зверталася по підтримку через недовіру до державних структур.

Результати відповідей на питання «Які зміни у вашому житті ви вважаєте найсуттєвішими після вимушеного переміщення?» демонструють, що у 6 осіб (60 %) після переміщення змінився світогляд, з'явилася більша витривалість, цінність сім'ї, внутрішня зібраність. У 3 респондентів (30 %) вказана на втрата колишнього стилю життя і складність у відновленні стабільності. І лише у одного учасника (10 %) досвід був описаний описав як трансформаційний — криза стала поштовхом до переосмислення пріоритетів та початку волонтерської діяльності.

Загалом, результати проведених напівструктурованих інтерв'ю дозволили окреслити комплексну картину психосоціального стану та адаптаційного потенціалу внутрішньо переміщених осіб. Участь в опитуванні взяли 10 респондентів різного віку, статі, рівня освіти та соціального статусу, що забезпечило варіативність та репрезентативність відповідей. Інтерв'ю проводилися під час особистих візитів до Центру життєстійкості на базі БФ «Карітас Одеса УГКЦ», у комфортних умовах, що сприяли відкритому спілкуванню. Серед опитаних не було виявлено відкритої відмови відповідати — більшість респондентів охоче ділилися власними переживаннями, досвідом та спостереженнями, хоча деякі теми (особливо пов'язані з особистими втратами) викликали емоційну напругу.

Узагальнення відповідей засвідчило, що життєстійкість формується поступово й тісно пов'язана із наявністю соціальної підтримки, можливістю реалізовувати себе у новому середовищі, стабільним доступом до базових послуг та внутрішньою вірою в майбутнє. Респонденти відзначали як позитивний вплив програм, що реалізуються благодійними фондами та місцевими органами влади, так і наявні бар'єри — зокрема, обмеженість

фінансових ресурсів, труднощі у працевлаштуванні та відсутність сталого житла.

3.2. Аналіз результатів дослідження рівня життєстійкості та адаптаційних стратегій ВПО

Аналіз життєстійкості внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні показав, що більшість респондентів мають середній рівень життєстійкості (46,7%), що свідчить про їхню часткову адаптацію, хоча значна частина людей все ще відчуває труднощі. 20% ВПО мають високий рівень життєстійкості, що вказує на їхню ефективну адаптацію до нових умов життя, тоді як 33,3% респондентів демонструють низький рівень життєстійкості, що свідчить про вразливість цих осіб до стресових факторів, труднощів у соціальній інтеграції та економічній стабільності.

Таблиця 3.2.

Рівень життєстійкості ВПО за CD-RISC шкалою

Рівень життєстійкості	Кількість респондентів	% від вибірки
Високий (80-100 балів)	6	20%
Середній (50-79 балів)	14	46,7%
Низький (0-49 балів)	10	33,3%

Аналіз результатів дослідження за шкалою життєстійкості CD-RISC дозволяє класифікувати рівень життєстійкості респондентів на три категорії: високий, середній та низький. Переважна частина внутрішньо переміщених осіб (14 осіб, 46,7%) продемонструвала середній рівень життєстійкості, що свідчить про наявність базових адаптаційних ресурсів, водночас з обмеженим потенціалом до самостійного подолання тривалих кризових станів. Високий рівень життєстійкості був зафіксований лише у 6 респондентів (20%), що вказує на їхню здатність ефективно долати труднощі, зберігати внутрішню

рівновагу та підтримувати активну життєву позицію. Низький рівень життєстійкості виявлено у 10 (33,3%) опитаних осіб, це свідчить про значні виклики в адаптації, підвищену тривожність, ризик соціального відчуження та емоційного вигорання.

Таблиця 3.3.

Основні фактори, що впливають на рівень життєстійкості ВПО

Фактор	Вплив на життєстійкість
Житлові умови	Стабільне житло підвищує рівень життєстійкості
Працевлаштування	Стабільний дохід сприяє впевненості у майбутньому
Психологічна підтримка	Покращує емоційний стан та сприяє адаптації
Соціальна інтеграція	Взаємодія з громадою зменшує стрес та ізоляцію
Доступ до медицини	Гарантує фізичне здоров'я та зменшує рівень тривожності

Аналіз результатів дослідження, представлених у таблиці 3.3, свідчить що на рівень життєстійкості ВПО найбільше впливають п'ять ключових факторів. Житлові умови відіграють ключову роль у забезпеченні базового рівня безпеки та стабільності, що є фундаментом психологічної адаптації. Працевлаштування, як джерело постійного доходу, підвищує економічну впевненість та знижує рівень соціального напруження. Значущим є також фактор психологічної підтримки, яка сприяє стабілізації емоційного стану та покращує механізми подолання стресу. Соціальна інтеграція забезпечує включення ВПО до нового соціального середовища, сприяючи зниженню рівня ізоляції. Доступ до медичних послуг є важливою умовою підтримки фізичного здоров'я та зменшення тривожності.

Таблиця 3.4.

Адаптаційні стратегії ВПО

Тип стратегії	Основні характеристики	% респондентів

Активні	Професійна переорієнтація, освіта, соціальна активність	61%
Пасивні	Очікування державної допомоги, збереження старих соціальних зв'язків	29%
Деадаптивні	Ізоляція, високий рівень стресу, залежність від допомоги	10%

Результати дослідження показують, що більшість ВПО (61%) обирають активні стратегії адаптації, такі як професійна переорієнтація, освіта та соціальна активність, що сприяє їхній інтеграції. Водночас 29% респондентів дотримуються пасивних стратегій, очікуючи державної допомоги або покладаючись на старі соціальні зв'язки, що уповільнює їхню адаптацію. 10% переселенців використовують дезадаптивні стратегії, такі як соціальна ізоляція, підвищений рівень стресу та повна залежність від соціальної допомоги, що негативно впливає на їхнє становище та ускладнює інтеграцію.

Таблиця 3.5

Оцінка ефективності програм підтримки ВПО

Програма	Рівень ефективності (за оцінками респондентів, % позитивних відгуків)
Програми житлових субсидій	60%
Професійна перекваліфікація	47%
Психологічна підтримка	73%
Доступ до медицини	42%
Соціальні виплати	68%

Аналіз оцінок респондентів свідчить, що найбільшу ефективність серед програм підтримки ВПО має психологічна допомога, яку позитивно оцінили 73% опитаних. Соціальні виплати та житлові субсидії також мають високий рівень задоволення — 68% та 60% відповідно, що свідчить про їхню важливість у підтримці базових потреб переселенців. Програми професійної перекваліфікації отримали 47% позитивних відгуків, що вказує на певні виклики у їхній реалізації або доступності. Найнижчий рівень задоволеності

(42%) зафіксовано щодо доступу до медичних послуг, що підкреслює необхідність удосконалення цієї складової соціальної підтримки.

Таблиця 3.6

Основні проблеми ВПО

Проблема	% респондентів, що зіткнулися з нею
Відсутність стабільного житла	73,3%
Важко знайти роботу	60%
Психологічний стрес	83,3%
Обмежений доступ до медицини	46,7%
Труднощі з інтеграцією у громаду	53,3%

Результати дослідження показують, що найбільшою проблемою для ВПО є психологічний стрес (83,3%), а також нестабільне житло (73,3%) і складнощі з працевлаштуванням (60%). Понад половина респондентів відзначили труднощі з інтеграцією у громаду (53,3%) та обмежений доступ до медичних послуг (46,7%).

Загалом, дослідження показало, що внутрішньо переміщені особи в Україні стикаються з низкою викликів, серед яких найважливішими є житлове питання, працевлаштування, психологічний стан та соціальна інтеграція. Найбільш ефективними програмами підтримки є психологічна підтримка та соціальні виплати, проте житлові, медичні та психологічні ініціативи потребують вдосконалення. Для підвищення рівня життєстійкості ВПО необхідний комплексний підхід, що включає фінансову, соціальну та психологічну підтримку, а також активне залучення переселенців до суспільного життя.

3.3. Результати та формулювання рекомендацій щодо підвищення життєстійкості ВПО

Результати дослідження рівня життєстійкості внутрішньо переміщених осіб в Україні свідчать про наявність значних викликів, з якими стикається ця категорія населення в умовах тривалої війни. Аналіз показав, що ВПО

зазнають комплексного впливу соціальних, економічних та психологічних факторів, які безпосередньо впливають на їхню здатність адаптуватися, зберігати внутрішню рівновагу та будувати нові життєві стратегії у приймаючих громадах.

Згідно з отриманими даними, більшість опитаних мають середній рівень життєстійкості (46,7%), що свідчить про часткову здатність пристосовуватися до нових умов життя, проте також вказує на наявність низки бар'єрів, які заважають повній інтеграції та відновленню повноцінної життєдіяльності. Лише 20% респондентів продемонстрували високий рівень життєстійкості, що характеризується активною адаптацією, гнучкістю, здатністю використовувати доступні можливості, встановлювати нові соціальні зв'язки та брати участь у житті громад. Натомість 33,3% осіб мали низький рівень життєстійкості, що свідчить про їхню вразливість до стресу, соціальну ізоляцію, труднощі з працевлаштуванням, невизначеність житлових умов та інші дестабілізуючі фактори.

До ключових соціально-економічних чинників, які істотно впливають на рівень життєстійкості ВПО, слід віднести стабільність житлової ситуації, доступ до ринку праці та психологічну підтримку. Відсутність постійного житла, необхідність багаторазових переїздів або проживання у тимчасових умовах зумовлюють зростання тривожності, відчуття небезпеки та дезорганізацію повсякденного життя. Натомість наявність власного або стабільно орендованого житла істотно підвищує відчуття безпеки, що є основою для відновлення особистісної цілісності.

Також встановлено, що фінансова стабільність і зайнятість позитивно корелюють з високими показниками життєстійкості. Респонденти, які мають постійне місце роботи, джерело доходу або зайняті в підприємницькій діяльності, демонструють більше впевненості у майбутньому, планують своє життя наперед, меншою мірою схильні до відчаю та соціальної ізоляції.

Психологічний стан ВПО є ще одним критичним фактором. Регулярна психологічна підтримка, участь у групах взаємодопомоги, активна соціальна

взаємодія в нових громадах сприяють зниженню рівня стресу, формуванню довіри до оточення та поверненню внутрішнього контролю над життям. Натомість відсутність підтримки та хронічна тривога призводять до емоційного виснаження та зниження рівня життєстійкості.

У межах дослідження було вивчено також адаптаційні стратегії, які використовують ВПО. З'ясувалося, що 61% респондентів застосовують активні стратегії, зокрема професійну переорієнтацію, навчання новим навичкам, залучення до підприємництва, участь у волонтерських ініціативах, що значно підвищує рівень адаптації. 29% переселенців дотримуються пасивних стратегій, покладаючись переважно на державну допомогу, соціальні зв'язки з минулого, утримуючись від включення в нове соціальне середовище. Ще 10% демонструють дезадаптивні реакції: уникнення соціальних контактів, наростання тривожності, залежність від допомоги або повна дезорієнтація в нових умовах.

З метою підвищення життєстійкості внутрішньо переміщених осіб необхідно реалізовувати міжсекторальні підходи, які охоплюють житлову, економічну, психологічну, медичну та соціальну складові. Передусім важливим є покращення житлових умов: доцільно розширити доступ ВПО до соціального житла, запровадити механізми довгострокового кредитування для придбання власного житла, а також посилити державні програми субсидування оренди. Забезпечення стабільного місця проживання є основою для формування відчуття безпеки, прогнозованості та довгострокового планування.

У контексті економічної стабілізації доцільно організовувати безкоштовні курси перепідготовки для ВПО, відкривати доступ до грантів та мікрокредитів для започаткування або розвитку малого бізнесу, а також стимулювати розвиток програм підтримки самозайнятості й соціального підприємництва. Це дозволить переселенцям здобути економічну незалежність і забезпечити сталість базових потреб.

Водночас необхідним є посилення системи психологічної підтримки.

Йдеться про створення мережі безоплатних консультацій психологів, проведення групових терапевтичних занять, тренінгів з розвитку навичок саморегуляції, а також програм емоційної стабілізації та резилієнсу, особливо для дітей і підлітків, які зазнали психотравмуючого досвіду. Психоемоційна підтримка сприяє відновленню внутрішнього ресурсу особистості та формуванню адаптивних механізмів подолання труднощів.

Окрему увагу слід приділити забезпеченню доступу до якісної медичної допомоги. Необхідно усунути наявні бар'єри у доступі до лікування, впроваджувати профілактичні програми, зокрема скринінги психосоматичних розладів, а також забезпечити можливість отримання медичного страхування за спрощеною процедурою. Це дозволить своєчасно реагувати на потреби переселенців у сфері охорони здоров'я.

Ключовим напрямом також є активне залучення ВПО до життя приймаючих громад. З цією метою варто підтримувати місцеві волонтерські ініціативи, міжкультурні обміни та розвивати платформи громадського залучення, зокрема участь у громадських слуханнях, проектному бюджетуванні або консультативних радах. Важливим є і розвиток інформаційних кампаній, спрямованих на інформування ВПО про їхні права та можливості інтеграції, а також на подолання упереджень та зниження рівня соціальної напруги в громадах.

У зв'язку з тим, що діяльність Центру життєстійкості в місті Одеса тимчасово була припинена, з'явилася потреба в альтернативних формах підтримки ВПО, які зверталися по допомогу. У межах практики у Благодійному фонді «Карітас Одеса УГКЦ» було розроблено інформаційно-практичний довідник для ВПО — "Путівник життєстійкості", метою якого стало забезпечення переселенців актуальною та корисною інформацією для адаптації у новому середовищі (див. Додаток Г).

Таким чином, лише цілісна, скоординована політика у сфері житла, зайнятості, охорони здоров'я, психологічної підтримки та соціальної участі — в поєднанні з практичними інструментами допомоги — здатна забезпечити

умови для сталого підвищення життєстійкості внутрішньо переміщених осіб в Україні [39].

Підвищення життєстійкості ВПО є стратегічним завданням не лише гуманітарної, а й соціальної політики держави. Комплексний підхід, що об'єднує зусилля державних органів, громадянського суспільства та міжнародних партнерів, дозволить не лише стабілізувати становище внутрішньо переміщених осіб, а й зміцнити соціальну згуртованість у громадах та посилити потенціал країни до відновлення. Така політика має спиратися на системні, науково обґрунтовані рішення, в основі яких — визнання людської гідності, суб'єктності та потреб кожної постраждалої особи.

Висновки до третього розділу

Проведене дослідження рівня життєстійкості та адаптаційних стратегій внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні проводилося на основі комплексного підходу, що включав різні методи збору інформації: соціологічні опитування, анкетування, напівструктуровані інтерв'ю, контент-аналіз. Вибірка складалася з 30 респондентів різного віку, статі, рівня зайнятості та соціальної інтеграції, що дозволило отримати репрезентативні дані про стан та потреби ВПО. Методи дослідження були спрямовані на вивчення як об'єктивних показників соціально-економічного стану переселенців, так і їхнього суб'єктивного сприйняття адаптації та життєстійкості.

Результати дослідження підтвердили, що життєстійкість ВПО формується під впливом низки факторів, серед яких особливо важливими є стабільність житлових умов, фінансова незалежність, рівень соціальної інтеграції та доступ до якісних медичних і психологічних послуг. Застосовані методи дозволили не лише ідентифікувати основні проблеми, з якими стикаються переселенці, а й визначити ефективність різних адаптаційних стратегій та програм підтримки.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження проблеми формування життєстійкості сімей, які постраждали від військових дій, було проаналізовано теоретичні аспекти життєстійкості, основні фактори її формування та особливості соціальної роботи з такими сім'ями. Визначено, що життєстійкість є ключовим ресурсом для подолання кризових ситуацій, адаптації до нових умов та збереження цілісності сім'ї.

Дослідження показало, що сім'ї, які постраждали від військових дій, стикаються з низкою соціальних, економічних та психологічних проблем, серед яких: втрата житла, фінансова нестабільність, порушення сімейних зв'язків, психологічні травми, зниження рівня довіри до суспільства та державних установ. Відсутність достатньої підтримки може призвести до соціальної ізоляції, дезадаптації та погіршення якості життя постраждалих родин.

У процесі аналізу методів соціальної роботи було виявлено, що найбільш ефективними підходами до формування життєстійкості сімей є комплексна підтримка, що поєднує психологічну допомогу, соціальне супроводження, економічну підтримку та професійну адаптацію. Важливу роль відіграє соціальне посередництво, що сприяє налагодженню зв'язків між постраждалими сім'ями та державними, громадськими та міжнародними організаціями.

На основі отриманих результатів сформульовано рекомендації щодо покращення соціальної роботи з формування життєстійкості сімей, які постраждали від військових дій. Необхідно розширити доступ до психологічної допомоги, запровадивши безкоштовні консультації для подолання травматичного досвіду. Важливо створити ефективні програми соціальної адаптації, які включають професійну перепідготовку, допомогу у працевлаштуванні та підтримку підприємницької діяльності. Окрему увагу

слід приділити розвитку житлових програм для постраждалих сімей, забезпеченню їх доступу до медичних та освітніх послуг.

Соціальна робота у сфері формування життєстійкості сімей, які постраждали від військових дій, має ґрунтуватися на комплексному підході, що поєднує психологічну, соціальну, економічну та правову підтримку. Виконання цих заходів сприятиме підвищенню рівня адаптації та життєстійкості таких сімей, покращенню їхнього добробуту та інтеграції у суспільство.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андрійчук, В. М. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам: теорія і практика. – Київ: Видавництво "Наукова думка", 2022. – 240 с.
2. Антонюк О. В. Соціальна робота в умовах кризових ситуацій: навчальний посібник. – Київ: Центр навчальної літератури, 2020. – 312 с.
3. Артеменко О. В. Психосоціальна підтримка ВПО в Україні // Соціальні технології. – 2021. – № 2. – С. 45-56.
4. Бабич Ю. О. Життєстійкість сімей, які постраждали від війни: соціальний аспект // Вісник соціальної роботи. – 2020. – № 3. – С. 12-23.
5. Біленька, В. Ю. Соціально-психологічна адаптація внутрішньо переміщених осіб / В. Ю. Біленька // Вісник Приазовського державного технічного університету. – Маріуполь : ПДТУ, 2024. – № 11. – С. 45–52.
6. Благодійний фонд «Карітас Одеса УГКЦ». Офіційний сайт. — Режим доступу: <https://caritas.odessa.ua/> (дата звернення: 13.06.2025).
7. Бондаренко, І. В. Самоорганізація внутрішньо переміщених осіб: досвід і перспективи. – Київ: Видавництво «Соціум», 2022. – 220 с.
8. Бондар Т. В. Психосоціальна підтримка сімей в умовах військового конфлікту. – Харків: Видавництво ХНУ, 2019. – 280 с.
9. Бойко, О. М. Соціальна робота з внутрішньо переміщеними особами: теорія і практика. – Київ: Видавництво «Освіта», 2022. – 280 с.
10. Вакуленко, О. М. Підприємництво як фактор соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб в Україні. – Київ: Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2019. – 156 с.
11. Веретенко Т. Л. Соціальна політика в умовах кризових ситуацій. – Київ: Видавництво КУП НАНУ, 2021. – 295 с.

- 12.Власенко, І. М. Культурна адаптація внутрішньо переміщених осіб: виклики та можливості. – Київ: Видавництво «Наука і суспільство», 2022. – 215 с.
- 13.Волощук, І. А. Цифрові технології у соціальній роботі з внутрішньо переміщеними особами. – Київ: Видавництво «Соціум», 2023. – 210 с.
- 14.Волкова Н. П. Психологічна реабілітація сімей, які постраждали від війни. – Львів: Видавництво ЛНУ, 2022. – 270 с.
- 15.Гнатюк, О. П. Інтеграція внутрішньо переміщених осіб: законодавчі та соціальні аспекти. – Львів: Видавництво ЛНУ імені Івана Франка, 2020. – 200 с.
- 16.Гончаренко, С. П. Соціальна адаптація сімей ВПО в умовах військового конфлікту. – Львів: Видавництво ЛНУ, 2021. – 210 с.
- 17.Гринь, О. П. Правовий захист внутрішньо переміщених осіб в Україні: проблеми та перспективи. – Київ: Видавництво «Юридична думка», 2021. – 160 с.
- 18.Грищенко Л. В. Соціальна робота з сім'ями в кризових умовах: навчальний посібник. – Київ: Видавництво НАУ, 2021. – 320 с.
- 19.Державна служба України з питань праці. Статистичний звіт щодо внутрішньо переміщених осіб в Україні, 2025. – Київ, 2025. – 50 с.
- 20.Долішній М. І. Соціальна адаптація та інтеграція ВПО в Україні. – Одеса: Видавництво ОНУ, 2018. – 260 с.
- 21.Дудчак, В. В. Внутрішнє переміщення населення: соціальні виклики та державна політика в Україні. – Київ: Видавництво «Наукова думка», 2020. – 180 с.
- 22.Кабінет Міністрів України. Про схвалення Стратегії державної політики у сфері реінтеграції внутрішньо переміщених осіб : постанова № 312-р від 7 квітня 2023. – Київ, 2023. – Законодавчий акт. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/312-2023-p?utm_source=chatgpt.com#Text
- 23.Карітас України — офіційний сайт: Caritas Ukraine - Карітас України.

24. Ковальчук, І. В. Інтеграція дітей внутрішньо переміщених осіб у систему освіти України: виклики та шляхи подолання. – Київ: Видавництво «Освіта», 2022. – 140 с.
25. Ковальчук О. В. Методи соціальної роботи з постраждалими сім'ями. – Дніпро: Видавництво ДНУ, 2020. – 280 с.
26. Кравченко, Н. В. Соціальна підтримка вразливих груп населення в умовах кризи. – Одеса: Видавничий дім «Чорноморська книжка», 2022. – 195 с.
27. Лазебна М. О. Соціальна політика України в умовах воєнного стану. – Київ: Видавництво НАН України, 2023. – 310 с.
28. Міністерство економіки України. (2023, серпень 1). «Оселя: Стартував новий етап програми доступної іпотеки на житло. Кабінет Міністрів України.
29. Міністерство охорони здоров'я України. Організація медичного обслуговування внутрішньо переміщених осіб: нормативні документи та рекомендації. – Київ, 2022. – 120 с.
30. Міністерство охорони здоров'я України. (2023). Програми медичної підтримки внутрішньо переміщених осіб в Україні. Київ: МОЗ України. URL: <https://moz.gov.ua/vpo-medical-support> (дата звернення: 13.05.2025).
31. Міністерство розвитку громад та територій України. Програми житлового забезпечення ВПО: аналіз ефективності та перспективи розвитку. – Київ, 2023. – 100 с.
32. Міністерство розвитку громад, територій та інфраструктури України. Урядовий портал. Програма «єВідновлення»: як отримати допомогу на ремонт пошкодженого житла. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/programa-yevidnovlennia-iak-otrimati> (дата звернення: 13.05.2025)
33. Міністерство соціальної політики України. Новини / Міністерство соціальної політики України. URL: <https://msp.gov.ua/news/22697.html>

- (дата звернення: 13.05.2025).
34. Міністерство з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій України. Програма «єОселя»: оновлені умови доступу до пільгової іпотеки для українців. Урядовий портал. 2024. URL: <https://www.kmu.gov.ua/timeline/yeoselia-onovleni-umovi-dostupu-do-pilgovoi-ipoteki-dlia-ukraiciv> (дата звернення: 13.05.2025)
35. Міністерство з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій України. Урядовий портал. Програма «єОселя»: оновлені умови доступу до пільгової іпотеки для українців. URL: <https://www.kmu.gov.ua/timeline/yeoselia-onovleni-umovi-dostupu-do-pilgovoi-ipoteki-dlia-ukraiciv> (дата звернення: 13.05.2025)
36. Мультидисциплінарні мобільні команди: Звіт 2022 року. Звіт підготовлено в рамках проєкту «Інтегрована підтримка через міждисциплінарні мобільні команди», що здійснюється за підтримки UNICEF. 2022. URL: https://whocares-pss.info/wp-content/uploads/2025/01/UFPH-2022-Multidisciplinary-mobile-teams_Report_in-ukr.pdf (дата звернення: 13.05.2025)
37. Офіс Президента України. Олена Зеленська взяла участь у запуску нового проєкту ЮНІСЕФ та ГО «Безбар'єрність» з психосоціальної підтримки дорослих та дітей, які постраждали від війни. 2022. URL: <https://www.president.gov.ua/news/olena-zelenska-vzyala-uchast-u-zapusku-novogo-proyektu-yunise-79944> (дата звернення: 13.05.2025)
38. Павлик, Н. П., Гордон, М. В., Оленцевич, Н. В. Соціальна інтеграція людей зі статусом ВПО у приймаючих громадах: результати опитування // Соціальна педагогіка: теорія і практика. – 2024. – № 2. – С. 73–79.
39. Петренко, І. В. (2023). Соціальна інтеграція внутрішньо переміщених осіб в Україні: виклики та перспективи. Соціальна робота: теорія і практика, 12(3), 45–58.
40. Пресреліз ПРООН: "Ukraine launches new e-service for internally displaced persons" — URL: <https://www.undp.org/ukraine/press-releases/ukraine->

- [launches-new-e-service-internally-displaced-persons](#) (дата звернення: 13.05.2025)
41. Психосоціальна підтримка для дітей та родин, які постраждали від війни. UNICEF Ukraine. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/> (дата звернення: 13.05.2025)
42. Prometheus. Офіційний сайт. URL: <https://prometheus.org.ua>
43. Смольська, Л. М. Стресостійкість та життєстійкість: креативна модель формування в сучасних умовах // Наук. вісн. Ужгород. ун-ту. Серія: Психологія. – 2021. – Вип. 4. – С. 113–117.
44. «СПІЛЬНО. ТОЧКИ ЗУСТРІЧІ»: UNICEF Ukraine відкриває безпечні простори для родин з дітьми по всій Україні. 2022. URL: <https://www.unicef.org/ukraine> (дата звернення: 13.05.2025)
45. Управління Верховного комісара ООН у справах біженців (UNHCR) в Україні. Правова допомога є життєво важливою для тисяч українців у розпал повномасштабної війни. Новини. 2024. URL: <https://www.unhcr.org/ua/en/news/stories/legal-aid-serves-crucial-lifeline-thousands-ukrainians-midst-full-scale-war> (дата звернення: 13.05.2025)
46. Arbetsförmedlingen. Etableringsprogrammet – Program for Integration of Refugees and Newly Arrived Migrants.
47. Stockholm, 2023. URL: <https://arbetsformedlingen.se/> (дата звернення: 13.05.2025)
48. Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Integrationskurse – Informationen für Zugewanderte. Nürnberg, 2023. URL: <https://www.bamf.de/EN/Themen/Integration/integrationskurse/integrationskurse-node.html> (дата звернення: 13.05.2025)
49. Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Resettlement and the NesT programme. 2019. URL: <https://www.bamf.de/EN/Themen/AsylFluechtlingsschutz/ResettlementRelocation/Resettlement/resettlement-node.html> (дата звернення: 13.05.2025)
50. Caritas Deutschland e. V. Integration von Geflüchteten – Handlungsfelder und

- Projekte. Freiburg, 2023. URL: <https://www.caritas.de/hilfeundberatung/angeboteundfachbereiche/fluechtlingshilfe/integration> (дата звернення: 13.05.2025)
51. Government of Canada. Canada-Ukraine Authorization for Emergency Travel (CUAET): Overview and Guidelines. Ottawa, 2023. URL: <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/cuaet.html> (дата звернення: 13.05.2025)
52. Norwegian Directorate of Integration and Diversity (IMDi). Official website. URL: <https://www.imdi.no> (дата звернення: 13.05.2025)
53. Swedish Red Cross. Trauma Support for Ukrainian Refugees. Stockholm, 2023. URL: <https://www.rodakorset.se> (дата звернення: 13.05.2025)

ДОДАТКИ