

УДК 340.12 (477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.19>

Петреченко С. А.

кандидат юридичних наук,

доцент кафедри психології та соціальної роботи

Відокремлений структурний підрозділ

Закладу вищої освіти «Відкритий міжнародний університет

розвитку людини «Україна»»

Хмельницький інститут соціальних технологій

e-mail: svet-petre@meta.ua

ORCID ID: 0000-0002-7329-0219

Researcher ID: AGE-0003-2022

ЮРИДИЧНІ І ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ (УКРАЇНСЬКОГО) СУСПІЛЬСТВА ДО УМОВ ПІСЛЯВОЄННОГО ЖИТТЯ

У науковій статті визначені юридичні та психологічні аспекти адаптації українського суспільства до умов післявоєнного життя. Охарактеризовано юридичні аспекти, до яких належать законодавчі зміни, що стосуються відшкодування збитків, соціального захисту та прав людини в умовах післявоєнного відновлення. Визначено психологічні аспекти, які охоплюють процеси тривоги, стресу та травми, а також механізми психологічної реабілітації та підтримки для постраждалих осіб і суспільства. Детально розглянуто завдання, мету та важливість юридичної та психологічної адаптації українського суспільства до післявоєнної ситуації. Запропоновано план тренінгів з юридичних і психологічних аспектів адаптації українського суспільства до умов післявоєнного життя на тримісячний період. За результатами наукового дослідження визначено, що війна має серйозні наслідки для суспільства та людей, їх розв'язання потребує врахування як психологічних, так і юридичних аспектів, які мають взаємодоповнюватися та сприяти створенню умов для покращення якості життя населення та відновлення соціальної гармонії в післявоєнний період.

Ключові слова: адаптація, післявоєнне життя, юридичні аспекти, психологічні аспекти, українське суспільство, війна.

Постановка проблеми. Післявоєнна адаптація суспільства є важливим і складним процесом, який охоплює низку юридичних і психологічних викликів. З юридичного погляду необхідно забезпечити відновлення права та порядку, відшкодувати військові збитки, надавати соціальний захист ветеранам і їхнім сім'ям, а також захищати основні права та свободи всіх постраждалих громадян. З погляду психології важливо врахувати вплив війни на психічне здоров'я людей, зокрема процеси тривоги, стресу й отриманих травм. Суспільству надзвичайно важливо мати життєздатних громадян, оскільки вони вносять суттєвий вклад у розвиток і процвітання країни. Такі громадяни мають потенціал розвивати інновації, вирі-

шувати складні проблеми, створювати нові можливості та сприяти загальному підвищенню якості життя для всіх членів соціуму.

Особливу увагу варто приділити психологічній підтримці та реабілітації постраждалих осіб, а також створенню інтегрованих програм, спрямованих на покращення якості життя та психологічного благополуччя всього суспільства. Тому юридичні та психологічні аспекти адаптації суспільства до умов післявоєнного життя є важливими елементами відновлення та відбудови суспільства після війни. Вони вимагають подальшого дослідження й аналізу для розроблення ефективних стратегій і політик.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Соціально-психологічну адаптацію спільноти до умов воєнного конфлікту розглядала Л.М. Коробка [3]. У своїй роботі про психологічні дослідження в умовах війни В.Г. Панок [4, с. 9] аналізував вплив війни на предмет психологічних досліджень і визначив актуальні проблеми, що потребують глибокого аналізу. Л.Є. Бегеза, Г.А. Пріб і Я.М. Раєвська [5, с. 160] досліджували особливості та можливі труднощі соціально-психологічної адаптації військовослужбовців/ветеранів, учасників бойових дій на етапі повернення до цивільного життя та реадaptaції. Незважаючи на проведені дослідження, існують невирішені проблеми в юридичних і психологічних аспектах адаптації українського суспільства до умов післявоєнного життя, які потребують додаткового дослідження й уваги.

Метою статті є теоретичний аналіз і напрацювання рекомендацій з успішної адаптації українського суспільства до умов післявоєнного життя, беручи до уваги як юридичні, так і психологічні аспекти.

Результати дослідження. Наукове дослідження з розроблення психологічних стратегій адаптації спільнот до умов і наслідків військового конфлікту базується на аналізі стану розробленості проблеми адаптації у психології. Важливість поняття адаптації у психології особистості продемонстрував Г.О. Балл, який вказав на необхідність трактувати його не у вузькому сенсі, як пристосування до середовища, а в більш широкому, як єдність взаємозалежних конфліктів. Також він запропонував трактувати адаптацію як «тенденцію до встановлення рівноваги між індивідом і середовищем» [3].

Згідно із твердженням Ж. Піаже, адаптація – це «здатність людини справлятися з викликами конкретної ситуації» [5, с. 160]. Підсумовуючи, адаптація – це процес пристосування до змін у своєму оточенні.

Із загальних тверджень поділимо поняття на психологічну та юридичну адаптацію. Під психологічною розуміємо процес, під час якого людина пристосовується до нових або незвичних для неї цінностей і систем професійних або соціальних зв'язків, прийнятих у тому чи тому суспільстві. З ним стикається абсолютно кожен, причому в різних життєвих сферах. Під юридичною – пристосування до змін у юридичному середовищі та правовій системі.

Війна має серйозні наслідки для суспільства та людей, зокрема втрати життів, руйнування інфраструктури, економічні та психологічні збитки, порушення прав людини тощо. Вирішення таких конфліктів потребує комплексного підходу для гарантування безпеки, відновлення та підтримки психологічного, юридичного й економічного благополуччя населення.

У контексті нашого дослідження варто розглядати досвід психологічної та юридичної роботи з населенням у країнах, що переживають наслідки військових конфліктів, як-от Ізраїль і Грузія. Їхній практичний досвід роботи з населенням демонструє необхідність працювати не лише із жертвами війни, військовими, ветеранами, а і з їхніми сім'ями, громадами, тобто всім населенням країни, щоб підвищити їхню психологічну стійкість і довіру до влади й один до одного.

Основними завданнями юридичної адаптації українського суспільства до післявоєнної ситуації є:

- розроблення та впровадження механізмів відшкодування збитків, завданих війною, зокрема й матеріальних втрат, руйнування майна й іншої економічної шкоди;

- забезпечення соціального захисту вразливих верств населення, зокрема ветеранів, постраждалих і їхніх сімей;

- проведення судової та правоохоронної реформ для забезпечення ефективного функціонування правової системи та захисту прав громадян;

- захист прав людини й основоположних свобод, включаючи право на життя, безпеку, свободу вираження поглядів та інші конституційні гарантії;

- розвиток міжнародного співробітництва у сфері захисту прав людини та відновлення міжнародного правопорядку з метою забезпечення мирного та стабільного розвитку;

- зміцнення демократичних інститутів, забезпечення прозорості та підзвітності влади громадянам, розвиток громадянського суспільства й участь громадян в ухваленні рішень.

З вищевикладеного бачимо, що метою юридичної адаптації є створення правової бази для відбудови та розвитку повоєнного суспільства, захист прав громадян, забезпечення стабільності та верховенства права.

Війна – це сильний стрес, від якого залишаються психологічні травми в багатьох людей. Наскільки великі, залежить від багатьох обставин, зокрема й від внутрішнього потенціалу людини. Уже більше двох років українці живуть із постійним відчуттям страху. Його посилюють звуки повітряних тривог, вибухів, обстрілів і залпів артилерії. За інформацією Всесвітньої організації охорони здоров'я (далі – ВООЗ), нині понад чверть українців перебувають під загрозою психічних розладів, серед яких експерти ВООЗ виділяють такі основні:

- депресію;

- тривожні розлади;

- посттравматичний стресовий розлад (далі – ПТСР).

Депресія під час війни є важливою проблемою як для мирного населення, так і для військовослужбовців, тому вона потребує своєчасної діагностики та правильно підібраного лікування. За даними психологів, найбільше випадків депресії почали діагностувати приблизно через дев'ять місяців після повномасштабного вторгнення Росії в Україну [2]. У цей період у людей зникло первинне відчуття благополуччя, накопичилися втома та хронічний стрес. Однак, незважаючи на складну та виснажливу ситуацію, не в усіх людей було діагностовано цей стан. Звісно, чим сильніша нервова система та психіка, тим більша ймовірність, що це станеться. Водночас не всі випадки фіксуються, оскільки більшість українців не звертаються по професійну допомогу до фахівців. Згідно з опитуванням, проведеним за підтримки Агентства США з міжнародного розвитку (USAID), лише 10% українців звертаються до лікаря, коли почуваються виснаженими, слабкими або морально розбитими.

Тривожні розлади, спричинені війною, мають специфічні клінічні прояви. Почуття тривоги супроводжується думками про невизначене майбутнє, невинуватим страхом і напругою, надмірною турботою про безпеку в ситуаціях, які її не потребують, почуттям провини, нікчемності та безнадійності, нічними кошмарами та повторюваними думками про війну та травматичні події, а також нездатністю отримувати задоволення від діяльності, яка була джерелом задоволення до війни [8]. Окрім того, тривога супроводжується соціальною та психологічною дезадаптацією, високим рівнем нервово-психічного стресу та соціальної фрустрації, високими показниками за клінічними шкалами та соматизацією.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це порушення психічного стану, що може розвинути після травматичної події. Приблизно 8% чоловіків і 20% жінок, які пережили травматичні події, мають ПТСР. Наприклад, щоб одна людина одужала від ПТСР, потрібно 15 сесій протягом 3 місяців системної роботи. А це в Україні, орієнтовно, – від 6 до 33% населення (військові та цивільні) [6]. Остаточні цифри ми зможемо визначити тільки в післявоєнний період, коли почуватимемось у повній безпеці. Якщо вчасно психологічно не допомагати людям з ознаками ПТСР, він може розвинути до розладів особистості, депресій, суїцидальних станів.

Головними викликами для українського суспільства щодо психологічної адаптації до повоєнних умов життя є:

- надання психологічної допомоги та реабілітації особам, які пережили воєнний досвід і травму, спричинену втратами близьких і майна;
- розроблення програм і методів управління стресом для подолання стресу, спричиненого воєнним конфліктом;
- надання психотерапевтичної підтримки людям з посттравматичним стресовим розладом та іншими проблемами психічного здоров'я, спричиненими війною;
- розроблення програм реінтеграції для допомоги ветеранам, постраждалим і їхнім сім'ям у процесі інтеграції в суспільство;

– організація тренінгів і програм для побудови позитивних міжособистісних стосунків, зменшення конфліктів і розбудови довіри в суспільстві;

– проведення інформаційних кампаній і освітніх заходів щодо психологічних аспектів подолання наслідків війни, відновлення психічного здоров'я та підтримки вразливих груп населення.

Тому метою психологічної адаптації є допомога суспільству в подоланні травматичних наслідків війни, збереження психічного здоров'я та забезпечення післявоєнної стабільності та благополуччя.

Надання соціальних послуг є важливою функцією для будь-якої держави. Однак під час війни кількість людей, які потребують допомоги, зростає в рази. Наприклад, за перші 18 місяців війни кількість людей з інвалідністю зросла на 300 тисяч осіб і нині становить 3 мільйони осіб. Російська агресія проти України призвела до незліченних людських і матеріальних втрат. Українському народу довелося зіткнутися зі зруйнованою інфраструктурою, будинками, автомобілями, робочими місцями та втратою основних засобів до існування. Величезна кількість людей була змушена покинути свої домівки. За останніми даними, приблизно 5 мільйонів людей втратили свої домівки. Оскільки війна все ще триває, кількість людей, які потребують допомоги, продовжує зростати.

Як бачимо, люди потребують особливої допомоги та підтримки. Для цього відкриваються центри з адаптації у воєнний період в Україні. Існують центри допомоги врятованим, вони надають соціально-психологічну допомогу постраждалим від війни [1]. Допомогу можуть отримати внутрішньо переміщені особи, люди, які виїхали із зони бойових дій чи окупованих територій, місцеві мешканці й усі, хто потребує допомоги. До центрів можна звернутися з будь-якими питаннями, які виникають у зв'язку з повномасштабною війною. Кваліфіковані спеціалісти нададуть необхідну соціально-психологічну, правову чи інформаційну підтримку комплексно та в одному місці [7]. Центри функціонують в 11 містах України, з них стаціонарно в 10 містах – у Запоріжжі, Львові, Дніпрі, Києві, Чернівцях, Мукачеві, Кропивницькому, Одесі, Полтаві, Харкові, та у формі виїздів (мобільні центри) – у 2: Харкові та Херсоні (рис. 1).

На основі теоретичного аналізу та дослідження рівня адаптації до умов післявоєнного життя військових, людей різних професій, дітей ми дійшли висновку, що процес адаптації потребує інтегрованого підходу, який має враховувати як юридичні, так і психологічні аспекти, а також залучати до активної участі всього суспільства, включаючи уряд, громадські організації, суспільні групи й інші об'єднання людей. Необхідно провести навчання людей, щоб вони легше пройшли адаптацію та знали як діяти в тих чи інших життєвих ситуаціях. У таблиці 1 представлений орієнтовний план тренінгів, які треба провести для успішної адаптації суспільства.

Після проходження всіх тренінгів учасники зможуть опанувати юридичні та психологічні аспекти адаптації, здобути практичні навички, які зможуть застосовувати в реальних ситуаціях.



Рис. 1. Карта центрів допомоги врятованим

Таблиця 1

План тренінгів з юридичних і психологічних аспектів адаптації українського суспільства до умов післявоєнного життя на тримісячний період

№	Місяць	Тема тренінгу	Мета тренінгу
1.	Квітень	Знайомство	Ознайомлення з методами оцінки потреб суспільства та проведення аналізу проблем
	Квітень	Юридична грамотність	Навчання із захисту законних прав та інтересів громадян
2.	Травень	Законодавчі зміни та відшкодування збитків	Надання учасникам знань про законодавчі зміни, відшкодування збитків, соціальний захист
3.	Травень	Стрес і травма: психологічна допомога	Вивчення стресу, травми, механізмів психологічної реабілітації та методів психологічної допомоги
4.	Червень	Соціальний захист і підтримка	Ознайомлення із соціальними програмами та підтримкою для постраждалих осіб
5.	Червень	Від теорії до дій	Застосування отриманих знань у практичних сценаріях і обговорення результатів

Висновки і перспективи подальших досліджень. Результати теоретичного аналізу та дослідження показують, що війна має серйозні наслідки для суспільства та людей, їх подолання потребує врахування як психологічних, так і юридичних аспектів, які мають взаємодоповнюватися та сприяти створенню умов для покращення якості життя населення та відновлення соціальної гармонії в післявоєнний період.

Список використаних джерел і літератури

1. Безоплатна правова допомога / Міністерство у справах ветеранів України. URL: <http://surl.li/ruoaa>.
2. Депресія під час війни. *Ресурсна психологія та психотерапія*. URL: <http://surl.li/ruftw>.

3. Коробка Л. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4. С. 76–82.
4. Панок В. Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. Т. 1. № 5. С. 1–12.
5. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців/ветеранів: проблематика вивчення / Г. Пріб та ін. *Габітус*. 2022. № 35. С. 159–163.
6. Психологічний стан українців у воєнний період. *Укрінформ*. URL: <http://surl.li/ndysh>.
7. Суспільна служба правової допомоги: адаптація та допомога переселенцям. *Мережа правового розвитку*. URL: <http://surl.li/runyp>.
8. Тривожність під час війни: шляхи терапії. *Спеціалізований медичний портал*. URL: <http://surl.li/qgkzp>.

References

1. Bezoplatna pravova dopomoha [Free legal assistance]. *Ministerstvo u spravakh veteraniv Ukrainy – Ministry of Veterans Affairs of Ukraine*. Retrieved from: <http://surl.li/ruoaa> [in Ukrainian].
2. Depresiiia pid chas viiny [Depression during the war]. *Resursna psykholohiia ta psykhoterapiia – Resource psychology and psychotherapy*. Retrieved from: <http://surl.li/ruftw> [in Ukrainian].
3. Korobka, L. (2015). Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia spilnoty do umov i naslidkiv voiennoho konfliktu: teoretychni zasady doslidzhennia [psychological adaptation of the community to the conditions and consequences of the military conflict: theoretical foundations of the study]. *Aktualni problemy sotsiologii, psykholohii, pedahohiky – Actual problems of sociology, psychology, pedagogy*, 4, 76–82 [in Ukrainian].
4. Panok, V.H. (2023). Psykholohichni doslidzhennia v umovakh viiny: problemy i zavdannia [Psychological research in the conditions of war: problems and tasks]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy – Bulletin of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, 1, 5, 1–12 [in Ukrainian].
5. Prib, H., Beheza, L., Raievska, Ya. (2022). Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia viiskovosluzhbovtiv/veteraniv: problematyka vyvchennia [Socio-psychological adaptation of military personnel/veterans: study issues]. *Habitus*, 35, 159–163 [in Ukrainian].
6. Psykholohichni stan ukraintiv u voiennyi period [Psychological state of Ukrainians during the war period]. *Ukrinform*. Retrieved from: <http://surl.li/ndysh> [in Ukrainian].
7. Suspilna sluzhba pravovoi dopomohy: adaptatsiia ta dopomoha pereselentsiam [Social legal aid service: adaptation and assistance to displaced persons]. *Merezha pravovoho rozvytku – Network of legal development*. Retrieved from: <http://surl.li/runyp> [in Ukrainian].
8. Tryvozhnist pid chas viiny: shliakhy terapii [Anxiety during the war: ways of therapy]. *Spetsializovanyi medychnyi portal – Specialized medical portal*. Retrieved from: <http://surl.li/qgkzp> [in Ukrainian].

Petrenchenko S. A.

Candidate of Law, Associate Professor,
Senior Lecturer at the Department of Psychology and Social Work
Separate Structural Subdivision Higher Education Institution
“Open International University of Human Development “Ukraine””
Khmelnyskyi Institute of Social Technologies

LEGAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF (UKRAINIAN) SOCIETY'S ADAPTATION TO THE CONDITIONS POST-WAR LIFE

The scientific article defines the legal and psychological aspects of the adaptation of Ukrainian society to the conditions of post-war life. The legal aspects are described, which include legislative changes related to compensation for damages, social protection and human rights in the conditions of post-war reconstruction. Psychological aspects are defined, which cover the processes of anxiety, stress and trauma, as well as mechanisms of psychological rehabilitation and support for the affected individuals and society. The task, purpose and importance of legal and psychological adaptation of Ukrainian society to the post-war situation are considered in detail. A training plan for legal and psychological aspects of adaptation of Ukrainian society to the conditions of post-war life for a three-month period is proposed. According to the results of scientific research, it was determined that the war has serious consequences for society and people, their solution requires taking into account both psychological and legal aspects, which should complement each other and contribute to the creation of conditions for improving the quality of life of the population and restoring social harmony in the post-war period.

Key words: adaptation, post-war life, legal aspects, psychological aspects, Ukrainian society, war.