

УДК 378.147

DOI <https://doi.org/10.32782/humanitas/2024.6.6>

Юлія КЛИМЕНКО

доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, вул. Садова, 2, м. Умань, Черкаська обл., Україна, 20300

ORCID: 0000-0002-4718-0657

Бібліографічний опис статті: Клименко, Ю. (2024). Соціально-психологічна реабілітація особистості. *Ввічливість. Humanitas*, 6, 31–36, doi: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2024.6.6>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

Зростаюча нестабільність, стрес та травмуючі події, з якими зіштовхується українське суспільство, підкреслюють необхідність нових підходів до соціально-психологічної допомоги та реабілітації. Важливо розробити програми та ініціативи, спрямовані на підтримку та зцілення психологічних травм, а також на зміцнення психологічної стійкості та резиліентності вразливих груп населення.

У статті на основі теоретичного аналізу визначено особливості соціально-психологічної реабілітації особистості.

Соціально-психологічна реабілітація передбачає комплекс заходів, спрямованих на створення і забезпечення умов для інтеграції людини у суспільство, відновлення її соціального статусу, здатності до самостійної суспільної і родинно-побутової діяльності.

Соціально-психологічна реабілітація особистості, яка переживає наслідки травматичних подій або потрапила в ситуацію підвищеного ризику, буде більш дієвою і короткотривалою за умови актуалізації її реабілітаційного потенціалу. Серед першочергових кроків на шляху актуалізації реабілітаційного потенціалу особистості – відновлення ресурсів життєздатності. Реабілітаційний потенціал включає різні складові, які охоплюють не лише фізичне, а й психологічне, соціальне та професійне відновлення людини. До основних складових реабілітаційного потенціалу відносяться: біомедичний (саногенетичний), психофізіологічний, особистісний, освітній, соціально-побутовий, професійний, соціальний, соціально-середовищний.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці комплексу діагностичних методів та засад психологічної реабілітації і відновлення для людей, які в ході повномасштабної військової агресії та пов'язаних з нею травматичних подій зазнали погіршення психічного здоров'я.

Ключові слова: реабілітація, соціально-психологічна реабілітація, особистість, реабілітаційний потенціал.

Yuliya KLYMENKO

Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Social Pedagogics and Social Work, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University, 2 Sadova str., Uman, Cherkasy region, Ukraine, 20300

ORCID: 0000-0002-4718-0657

To cite this article: Klymenko, Yu. (2024). Sotsialno-psykhologichna rehabilitatsiia osobystosti [Social and psychological rehabilitation of personality]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 6, 31–36, doi: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2024.6.6>

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF PERSONALITY

The growing instability, stress and traumatic events that Ukrainian society is facing emphasize the need for new approaches to social and psychological care and rehabilitation. It is important to develop programs and initiatives aimed at supporting and healing psychological trauma, as well as strengthening the psychological stability and resilience of vulnerable population groups.

The article, on the basis of theoretical analysis, defines the features of social and psychological rehabilitation of the individual.

Socio-psychological rehabilitation involves a set of measures aimed at creating and ensuring conditions for a person's integration into society, restoration of his social status, ability to independent social and family activities.

Socio-psychological rehabilitation of an individual who is experiencing the consequences of traumatic events or is in a high-risk situation will be more effective and short-term if his rehabilitation potential is actualized. Among the primary steps on the way to the actualization of the rehabilitation potential of the individual is the restoration of vitality resources.

Rehabilitation potential includes various components that cover not only physical, but also psychological, social and professional recovery of a person. The main components of the rehabilitation potential include: biomedical (sanogenetic), psychophysiological, personal, educational, social and household, professional, social, social and environmental.

Prospects for further research consist in the development of a complex of diagnostic methods and principles of psychological rehabilitation and recovery for people who, in the course of full-scale military aggression and related traumatic events, suffered deterioration of mental health.

Key words: *rehabilitation, socio-psychological rehabilitation, personality, rehabilitation potential.*

Актуальність проблеми. Наша країна на сучасному етапі свого розвитку перебуває в надзвичайній ситуації і постійно піддається впливу стрес-факторів. Соціально-психологічна оцінка впливу цих чинників має велике значення, особливо з точки зору реабілітації постраждалих від таких факторів. Тому всебічний та комплексний підхід, що охоплює феноменологію реабілітації людей в умовах надзвичайних ситуацій є важливим напрямом соціальної роботи (Дигун, 2023, с. 23).

В умовах життєдіяльності у період війни, зростанням емоційних, інформаційних навантажень і вимог до психологічного адаптаційного потенціалу особистості гостро постає проблема адаптації та психологічної реабілітації до умов особистісно-середовищної взаємодії, профілактики стресогених впливів та їх наслідків для особистості, а також підтримки необхідного балансу для збереження психічного та соматичного здоров'я (Лефтеров, 2022, с. 74).

Зростаюча нестабільність, стрес та травми, з якими зіштовхується українське суспільство, підкреслюють необхідність нових підходів до соціально-психологічної допомоги та реабілітації. Важливо розробити програми та ініціативи, спрямовані на підтримку та зцілення психологічних травм, а також на зміцнення психологічної стійкості та резиліентності вразливих груп населення (Поліщук, 2024).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасному контексті історичних подій та глобальних соціально-психологічних, економічних і політичних трансформацій можливість переживання травматичного впливу екстремальних стресорів є найбільш прогнозованою для багатьох людей, що зумовило великий інтерес до цієї тематики з боку соціального середовища, викликаючи великий інтерес і попит на наукові дослідження з даної тематики (Дигун, 2023, с. 23).

Різноманітні аспекти соціально-психологічної реабілітації особистості впродовж тривалого часу привертають увагу таких провідних

вчених як І. Дигун (психологічні особливості комплексної реабілітації осіб, які постраждали на дію стрес-фактору), Т. Ларіна (соціально-психологічна реабілітація особистості: покрокове набуття життєздатності), В. Лефтеров, О. Самара (особливості психологічної реабілітації осіб, які переживають травматичні події війни), В. Маруніч, В. Шевчук, О. Яворовенко (питання реабілітації інвалідів), Н. Поліщук (основні напрямки соціально-психологічної реабілітація особистості), Т. Титаренко (етапи, технології, техніки соціально-психологічна реабілітація особистості) та ін. Попри значну увагу вчених до означеної проблеми, особливості соціально-психологічної реабілітації особистості потребують подальшого вивчення.

Мета дослідження – на основі теоретичного аналізу визначити особливості соціально-психологічної реабілітації особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. У навчально-енциклопедичному словнику «Все про соціальну роботу» соціальна реабілітація визначається як система заходів, спрямованих на соціалізацію особистості та повернення її до активної участі в житті суспільства, становлення її як особистості, відновлення соціального статусу та здатності до самостійної суспільної діяльності шляхом забезпечення необхідним соціальним супроводом та технічними засобами реабілітації (Все про соціальну роботу, 2022).

Завдання соціальної реабілітації:

– визначення особливостей впливу соціуму на хворобу (травму), її виникнення та подальший розвиток, що дає можливість усунути причини, які заважають ефективному відновленню особи в суспільстві;

– визначення впливу реабілітаційних заходів, найкращих чинників для успішного відновлення особи як соціальної категорії шляхом організації відповідного способу життя, усунення дії негативних соціальних чинників, що заважають успішній реабілітації;

– дослідження соціального забезпечення інвалідів, вивчення пенсійного та трудового законодавства і можливостей працевлаштування особи з інвалідністю;

– вивчення особливостей комунікації особи із суспільством для відновлення та/або посилення соціальних зв'язків (Маруніч, Шевчук, 2006).

Історично реабілітацію визначали як відновлення попереднього стану, втраченого доброго імені, поновлення прав необґрунтовано звинуваченої людини. Друге значення терміну – медичні, педагогічні, психологічні, юридичні заходи, спрямовані на відновлення здоров'я та працездатності людини.

Сьогодні змістом поняття є комплексна допомога фахівців, спрямована не лише на компенсацію розладів, а й на повернення постраждалої людини до суспільства, її якомога повнішу особисту, професійну інтеграцію в соціум (Титаренко, 2018).

Серед основних видів реабілітації, згідно із законодавством України, визначають медичну, психолого-педагогічну, професійну, трудову, фізкультурно-спортивну, фізичну, соціальну та психологічну реабілітацію (ЗУ «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні», 2017).

Серед видів реабілітації зазвичай виділяють дві великі групи: медичну і соціальну.

Медична реабілітація складається з комплексу заходів, спрямованих на максимально можливе відновлення здоров'я людини після перенесеного захворювання, оперативного втручання, на компенсацію порушених чи повністю втрачених функцій організму. До медичної реабілітації відносять реабілітацію фізичну, спрямовану на відновлення здорового фізичного стану та працездатності соматично хворих; психіатричну, зорієнтовану на відновлення пацієнтів з психічними розладами; наркологічну, що сприяє поверненню до здорового, повноцінного життя алкоголіків, наркоманів, токсикоманів; реабілітацію людей з обмеженими можливостями, розумовою відсталістю, дефектами слуху, зору, мови.

Соціальна реабілітація передбачає комплекс заходів, спрямованих на створення і забезпечення умов для інтеграції людини у суспільство, відновлення її соціального статусу, здатності до самостійної суспільної і родинно-побутової діяльності. До соціальної реабіліта-

ції відносять реабілітацію політичну, метою якої є відновлення популярності політичного лідера, статусу скомпрометованої партії; кримінально-правову, спрямовану на поновлення репутації безпідставно звинуваченої людини, відновлення її в правах; трудову, або професійну, що включає заходи, спрямовані на працевлаштування, професійне навчання та перенавчання, оволодіння трудовими навичками, у тому числі шляхом створення спеціально пристосованих робочих місць; соціально-економічну, метою якої є повернення потерпілому економічної, фінансової незалежності та соціальної повноцінності.

Як зауважує Т. Титаренко «соціально-психологічна реабілітація є не пасивною реадптацією, поверненням людини до колишнього життя, яке було в неї до травматизації. Це радше активізація здатності життєтворення, тобто здатності перепроектувати власне життя та втілювати, реалізовувати ці оновлені проекти в сімейній, особистій, професійній та інших сферах. Адже творче ставлення особистості до власного життя передбачає відновлення бажання самотрансформацій, готовності до несподіванок, до змін ціннісних орієнтацій, характеру діяльності, поля спілкування, форм самореалізації» (Титаренко, 2018).

Ми погоджуємося з думкою Т. Ларіної, що соціально-психологічна реабілітація особистості, яка переживає наслідки травматичних подій або потрапила в ситуацію підвищеного ризику, буде більш дієвою і короткотривалою за умови актуалізації її реабілітаційного потенціалу. Серед першочергових кроків на шляху актуалізації реабілітаційного потенціалу особистості – відновлення ресурсів життєздатності. В умовах інтенсивної психологічної залученості людини в ситуацію загрози та потенційної травматизації на перше місце виходять природні індивідуальні форми протидії небезпеці, що розгортаються в площині таких копінг-механізмів, як «конфронтація – уникнення». Відповідно, ресурси життєздатності, що відображають механізми нейтралізації зовнішніх ризиків, проявляються в таких особливостях динамічної адаптації, як ризиковість і терпіння.

Формування в людини адекватного антистресового механізму пов'язане з набуттям особистісної життєздатності, реконструкцією

її базових реабілітаційних ресурсів, перш за все – довіри до інших та віри в контрольованість подій. Важливим кроком на шляху набуття особистістю життєздатності є формування в неї відповідальності за власну безпеку, здоров'я та життєконструювання (Ларіна, 2018, с. 143–144).

Реабілітаційний потенціал включає різні складові, які охоплюють не лише фізичне, а й психологічне, соціальне та професійне відновлення людини. Ось кілька основних складових реабілітаційного потенціалу:

Біомедичний (саногенетичний): медичні процедури, лікування, реабілітаційні заходи, які спрямовані на фізичне відновлення здоров'я.

Психофізіологічний: психологічні та фізіологічні методи та засоби, спрямовані на психічне та фізичне відновлення.

Особистісний: процеси самовідновлення особистості, внутрішньої перебудови, пошуку нових значень та цілей у житті.

Освітній: набуття нових знань, навичок та компетенцій для адаптації до нових умов життя та працевлаштування.

Соціально-побутовий: підтримка у забезпеченні повсякденних потреб, відновлення повсякденного функціонування.

Професійний: підготовка до працевлаштування або перекваліфікація для зайняття нової професійної діяльності.

Соціальний: підтримка з боку родини, друзів, співробітників, спільноти для соціальної адаптації та інтеграції.

Соціально-середовищний: створення безбар'єрного середовища, адаптованого до потреб людини з обмеженими можливостями (Мисули, Вакуленко, 2005).

Травматичні події та складні життєві виклики змушують людину робити власний вибір. І цей вибір у першу чергу стосується того, чи прийняти виклик травми, невизначеності, апатії, зневіри та песимізму і стати на шлях самовідновлення та зміцнення ресурсів життєздатності, чи опустити руки і змиритися з власною безпорадністю. Однією з особливостей життєздатності є те, що вона проявляється в ситуаціях труднощів та змін і є здатністю людини усвідомлювати та використовувати власні внутрішні і зовнішні ресурси. Саме ці ресурси дають їй змогу ефективно протистояти несприятливим змінам, труднощам та факторам депривації за допомогою стратегій, що детермінують бла-

гополуччя, соціальне здоров'я, особистісне зростання, формують навички конструктивно долати складні життєві ситуації.

Ще однією характеристикою життєздатності є те, що вона може бути обумовлена як вродженими властивостями психологічної стійкості, так і набутою протягом життя пружністю та життєстійкістю. Тож нестача вроджених реабілітаційних ресурсів може бути компенсована за рахунок набутих ресурсів життєздатності особистості.

Реалізація покрокових соціально-психологічних процедур, спрямованих на посилення життєздатності особистості, потребує глибокого розуміння особливостей становлення механізму самовідновлення та самопомоги. Так, «довіра до світу і віра в інших, з одного боку, є первинною здатністю, на якій вибудовуються вторинні здібності, а з другого – універсальним реабілітаційним ресурсом» (Ларіна, 2018, с. 141).

Універсальність цього реабілітаційного ресурсу полягає в природі такого психічного утворення, як довіра. Довіра в поєднанні з вірою є тим соціально-психологічним підґрунтям, на якому базується все розмаїття життєконструювання особистості. Для людини, яка має травматичний досвід та перебуває в ситуації реальної загрози й небезпеки, реалізація довірливих відносин з Іншим, вихід із зони власного комфорту іноді є єдиним і необхідним кроком до самооздоровлення та “перезапуску” власної життєвої ситуації.

Серед умов такого соціальнопсихологічного самооздоровлення – усвідомлення небезпечної ситуації та інтеграція ризику в життєвий простір людини, а також вибір активної стратегії впливу на ризик, що сприяє самопізнанню та самопобудові особистості. Позитивними наслідками самооздоровлення є підживлення ресурсів соціальної підтримки й допомоги, підвищення життєстійкості і відповідальності особистості, зміцнення когнітивної стійкості до ризику. Довірливе ставлення та відповідне настановлення технологічно можна формувати за рахунок підвищення толерантності до ризику, певної об'єктивації ризику. Використання прийомів і засобів наративної та позитивної психотерапії дає змогу відновити ресурсну, психологічно безпечну позицію людини. З одного боку, людина вчиться більш чітко бачити та

усвідомлювати загрози й небезпеки, а з другого – вона має дистанціюватися від травматичних вражень та негативного досвіду. Зрештою створюється сприятливе підґрунтя для відновлення довіри до інших, активізується здатність до перетворень, до виправданого ризику та проактивності. Проактивні люди нарошують власні ресурси життєстійкості і зазвичай орієнтовані на досягнення власних мрій, бажань та цілей. Проактивність є певною ознакою вільного вибору особистості, її здатності виходити за межі стереотипного ставлення до життєвих труднощів. На розвиток проактивності позитивно впливає і застосування прийомів ризик-аналізу та ризик-рефлексії, які підсилюють цінності обережної і розсудливої поведінки.

Ціннісний рівень саморегуляції веде до значної активізації процесів самоорганізації та самозахисту, відновлює впевненість людини у своїй здатності самостійно долати складні ситуації, брати на себе відповідальність за власну безпеку. Набуття особистістю життєздатності – це процес тривалий і копіткий (Ларіна, 2018, с. 143–144).

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, соціально-психологічна реабілітація передбачає комплекс заходів, спрямованих на створення і забезпечення умов для інтеграції людини у суспільство, відновлення її соціального статусу, здатності до самостійної суспільної і родинно-побутової діяльності. Соціально-психологічна реабілітація особистості, яка переживає наслідки травматичних подій або потрапила в ситуацію підвищеного ризику, буде більш дієвою і короткотривалою за умови актуалізації її реабілітаційного потенціалу. Реабілітаційний потенціал включає різні складові, які охоплюють не лише фізичне, а й психологічне, соціальне та професійне відновлення людини.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці комплексу діагностичних методів та засад психологічної реабілітації і відновлення для людей, які в ході повномасштабної військової агресії та пов'язаних з нею травматичних подій зазнали погіршення психічного здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Все про соціальну роботу : навчальний енциклопедичний словник-довідник / за науковою ред. В. М. Пічі ; вид. 2-е, випр., перероб. та доп. Львів: Новий світ, 2000. 616 с.
2. Дигун І. С. Психологічні особливості комплексної реабілітації осіб, які постраждали на дію стрес-фактору. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2023. № 2. С. 23–28. URL: <https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/215/201>
3. Ларіна Т. О. Соціально-психологічна реабілітація особистості: покрокове набуття життєздатності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2018. Вип. 42. С. 139–147. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2018_42_15.
4. Лефтеров В., Самара О. Особливості психологічної реабілітації осіб, які переживають травматичні події війни. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2022. № 1. С. 73–83. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Rekr_2022_1_10
5. Маруніч В. В., Шевчук В. І., Яворовенко О. Б. Методичний посібник із питань реабілітації інвалідів. Київ, 2006. 212 с.
6. Мельничук О. Б. Формування професійної культури майбутніх фахівців соціальної сферах умовах вузівської підготовки. *Актуальні питання психологічного забезпечення навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах: матеріали міжвуз. наук.-практ. Конф. (Київ, 25 травня 2012 р.)*. К. : Нац. акад. внутр. справ, 2012. С. 143–145.
7. Мисули І. Р., Вакуленко Л. О. Медична та соціальна реабілітація. Тернопіль: ТДМУ, 2005.
8. Поліщук Н. М. Соціально-психологічна реабілітація особистості: основні напрямки. *Успіхи і досягнення у науці*. 2024. Т. 1. № 3. С. 641–651. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/nts/article/view/10196/10251>
9. Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>
10. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна реабілітація особистості: етапи, технології, техніки. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2018. Вип. 41. С. 157–167. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2018_41_14

REFERENCES:

1. *Vse pro sotsial'nu robotu (2000) [All about social work]: educational encyclopedic dictionary-reference / for scientific ed. IN. M. Stoves; view. 2nd edition, revision. and additional Lviv: Novy svit, 616 p. [in Ukrainian].*

2. Dyhun, I. S. (2023). Psykholohichni osoblyvosti kompleksnoyi reabilitatsiyi osib, yaki postrazhdaly na diyu stres-faktoru [Psychological features of comprehensive rehabilitation of persons affected by the action of a stress factor]. *Proceedings. Series: Psychology*, 2, 23–28. Retrieved from: <https://journals.cusu.in.ua/index.php/psychology/article/view/215/201> [in Ukrainian].
3. Larina, T. O. (2018). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiya osobystosti: pokrokovе nabuttya zhyttyezdatnosti [Socio-psychological rehabilitation of the individual: step-by-step acquisition of vitality]. *Scientific studies in social and political psychology*, 42, 139–147. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2018_42_15 [in Ukrainian].
4. Lefterov, V., Samara, O. (2022). *Osoblyvosti psykholohichnoyi reabilitatsiyi osib, yaki perezhyvayut' travmatychni podiyi viyny* [Problems of extreme and crisis psychology]. 1, 73–83. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2022_1_10 [in Ukrainian].
5. Marunch, V. V., Shevchuk, V. I., Yavorovenko, O. B. (2006). *Metodychnyy posibnyk iz pytan' reabilitatsiyi invalidiv* [Methodical manual on issues of rehabilitation of the disabled]. Kyiv, 212 p. [in Ukrainian].
6. Mel'nychuk, O. B. (2012). *Formuvannya profesynoyi kul'tury maybutnikh fakhivtsiv sotsial'noyi sferakh umovakh vuzivs'koyi pidhotovky* [Formation of the professional culture of future specialists in social spheres under the conditions of university training]. Current issues of psychological support of the educational process in higher educational institutions: interuniversity materials. science and practice Conf. K. : National Acad. internal affairs, 143–145. [in Ukrainian].
7. Mysuly, I. R., Vakulenko, L. O. (2005). *Medychna ta sotsial'na reabilitatsiya* [Medical and social rehabilitation]. Ternopil: TDMU. [in Ukrainian].
8. Polishchuk, N. M. (2024). Sotsial'no-psykholohichna reabilitatsiya osobystosti: osnovni napryamky [Socio-psychological rehabilitation of personality: main directions]. *Successes and achievements in science*, 1, 3, 641–651. Retrieved from: <http://perspectives.pp.ua/index.php/nts/article/view/10196/10251> [in Ukrainian].
9. *Pro reabilitatsiyu osib z invalidnistyu v Ukraini* [About the rehabilitation of persons with disabilities in Ukraine]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15> [in Ukrainian].
10. Tytarenko, T. M. (2018). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiya osobystosti: etapy, tekhnolohiyi, tekhniky [Socio-psychological rehabilitation of the individual: stages, technologies, techniques]. *Scientific studies in social and political psychology*, 41, 157–167. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2018_41_14 [in Ukrainian].