

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СІМ'ЯМ ЗА СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИН

Михайло ЛУЧКО, Тетяна НАДВИНИЧНА

УДК 159.922

Mykhailo Luchko, Tetiana Nadvynychna
PSYCHOLOGICAL HELP FOR FAMILIES IN DIFFICULT LIFE CIRCUMSTANCES

Постановка наукової проблеми. Нині перед молодим українським суспільством постала ціла низка соціально-економічних, політичних, культурних, психолого-педагогічних та інших проблем, які значно підвищують рівень соціального напруження і потребують невідкладного вирішення. Вони негативно впливають на різні сторони суспільного життя та особливо гостро позначаються на сім'ях, члени яких опинилися в найбільш несприятливих умовах: безробіття, підвищення цін, економічна та політична нестабільність, нагальність трудової міграції тощо. Ці обставини не лише знижують добробут родин і стабільність їх функціонування, а й руйнують сімейні стосунки. Є підстави констатувати, що сьогодні майже кожна сім'я характеризується нестабільністю, конфліктністю, а відтак більшість її членів потребує соціально-психологічної підтримки та захисту. Але, звичайно, особливої уваги заслуговують так звані сім'ї, які перебувають у складних життєвих обставинах. Нині допомогти їм намагаються як державні установи, так і різноманітні громадські організації, фонди. Тому часто саме від скоординованості та узгодженості їхніх дій залежить швидкість та якість надання адресних соціальних та психологічних послуг.

Мета статті: на основі емпіричних даних, отриманих під час зреалізування розробленої авторської програми психологічної допомоги сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах, довести взаємоз'язок ступенів психологічної грамотності із рівнями особистісної адаптованості та антифрустрованості особистості.

Виклад основного матеріалу. Держава – це велика сім'я, а сім'я – це маленька держава. Такого висновку дійшов ще в V ст. до нашої ери китайський філософ Конфуцій. І з його словами важко не погодитися. Адже саме сім'я є тим особливим осередком, який формує особистість, забезпечує її захист і соціалізацію, формує моральні основи та ціннісні орієнтації, громадянську свідомість та самосвідомість і що найголовніше – створює емоційний та душевний комфорт життя конкретної людини. Ціла низка досліджень [1; 3; 4; 10 та ін.] вказує на те, що сім'я як соціальний інститут нині перебуває у стані гострої кризи. Однак, незважаючи на напружену соціально-економічну атмосферу для більшості українців саме сім'я та родина залишаються на незмінно важливому місці в ієрархії життєвих потреб.

У пошуках порозуміння у важку хвилину кожен з нас звертається до найближчих і, звичайно, розраховує на допомогу. Але часто буває так, що замість очікуваної підтримки людина наштовхується на стіну байдужості та холодності. Остання є не просто певним соціальним фактом, а приховує у собі обставини, які мають надскладну соціально-психологічну природу. Адже батьківська недбалість, агресія стосовно шлюбного партнера чи дітей, конфліктність, невміння знайти своє місце у житті, девіантна поведінка – лише наслідок невирішених особистісних проблем, незнання і невміння розв'язувати складні життєві задачі [10]. А це вимагає докорінного перегляду загальноприйнятої моделі допомоги, яку отримують сім'ї, що опинилися у складних життєвих обставинах.

Зазвичай успішність соціальної роботи з сім'єю першочергово залежить від урахування рівня її здатності виконувати ті чи інші функції, а також від типу самої сім'ї (див. [1; 2; 3]). І справді, проблеми сучасних сімей – найрізноманітніші: нестабільність шлюбу, нестійкість сімейних стосунків, неповність сім'ї; розрив вікових, інтелектуальних та інших зв'язків між членами родини, руйнування традицій сімейного виховання; формалізація стосунків дорослих членів сім'ї з дитиною внаслідок зайнятості батьків; дефіцит чоловічого впливу на виховання дітей, водночас висока завантаженість жінок виробничими та економічно-господарськими, побутовими справами; педагогічна і психологічна неосвіченість; дестабілізуючий вплив пияцтва та алкоголізму, цинізму та бездуховності на стійкість сімейних стосунків; значне і різке скорочення міжсімейних, міжособистих і навіть внутрішньосімейних контактів, зниження паритетності у подружніх стосунках, здатності до комунікації; проблеми сімейного дозвілля; домінування у сім'ях матеріальних цінностей над духовними, що сприяє виникненню у юного покоління тенденції до прагматизму, скнарості, зневажливого ставлення до толерантних взаємин тощо [10].

Відтак висновуємо, що майже кожна сучасна сім'я у той чи інший період життя може потрапити у зону ризику і потребувати певної допомоги. Здебільшого фахівці, які здійснюють соціально-психологічний супровід таких родин, для підтвердження їх статусу, користуються цілою системою індикаторів кризового стану, серед яких виокремлюють такі: а) гострі конфлікти у сім'ї між подружжям, які найчастіше виникають через зловживання членами родини алкогольних і наркотичних речовин або ж уреальнюють інші форми девіантної поведінки; б) суперечки між батьками та дітьми, які провокують асоціальну поведінку останніх, бродяжництво тощо; в) моральне та фізичне насилля в сім'ї; г) безвідповідальне батьківство [10].

Сім'я, котра перебуває у складних життєвих обставинах – це та соціальна мікроінституція, яка втратила свої виховні можливості через виникнення таких умов, що порушують нормальну життєдіяльність одного або кількох членів сім'ї, наслідки яких вони не можуть подолати самотійно. Загалом такі сім'ї поділяються на *три групи*: 1) сім'ї, у яких виникли проблеми через матеріальні труднощі, а саме внаслідок безробіття, відсут-

ності житла, потреби лікування членів родини; до цієї групи здебільшого належать багатодітні сім'ї, одинокі матері (батьки), сім'ї, де один з батьків втратив працездатність через хворобу, а також випускники інтернатних закладів, члени малозабезпечених родин; 2) сім'ї, у яких виникли складнощі через юридичні проблеми – через необізнаність щодо своїх прав та обов'язків, брак коштів на відновлення документів (прописки, свідоцтва про народження, оформлення аліментів) тощо; 3) сім'ї, в яких наявні психологічні проблеми; до них скажімо, слушно віднести труднощі перехідного віку дитини, повторного шлюбу матері чи батька, гіперконтролю нащадка з боку батьків, незадоволення потреби в спілкуванні, насильство з боку одного з членів родини, бездоглядність дитини.

Відповідно до наказу головного управління освіти і науки Київської обласної державної адміністрації від 14.02.2011 № 53 “Про Порядок виявлення та здійснення заходів щодо підтримки дітей, які опинились у складних життєвих обставинах” до переліку таких обставин відноситься: жорстоке поводження з дитиною (недбале ставлення до дитини, її бездоглядність, зокрема залишення дитини в небезпеці, приневолення), насильство у сім'ї, експлуатація дитини, втягування її у жебрацтво або протиправну діяльність, заохочення юні до споживання алкоголю, наркотичних речовин; зоставлення дитини без батьківського піклування внаслідок розладу здоров'я батьків, осіб, які їх замінюють, направлення їх на довготривале стаціонарне лікування чи реабілітацію, зникнення батьків без вісти, їхнє ув'язнення, постійна зміна проживання сім'ї, що призводить до погіршення стану здоров'я дитини або смерть батьків; проживання сім'ї в непридатних для життя умовах, тривалий конфлікт у родині; прояви девіантної поведінки дитини (асоціальної, кримінальної, аморальної, аутодеструктивної – суїцидальної, віктимної, адиктивної); перебування дитини в екстремальній життєвій ситуації (у зоні міжетнічних чи міжрелігійних конфліктів, аварій, катастроф, збройних конфліктів) [9].

Саме зовнішні прояви, як наслідки сімейного неблагополуччя, стають причинами звернень членів сім'ї до спеціалізованих служб, спричиняють занесення таких сімей до банку даних як таких, що перебувають у складних життєвих обставинах і потребують соціальної та психологічної підтримки. На державному рівні ці функції покладені на різноманітні соціальні служби та безпосередньо соціальних праців-

ників, які здійснюють відповідний фаховий супровід останніх, головною метою якого є забезпечення перш за все захисту прав та інтересів її членів, підтримка їх фінансового та соціального комфорту, розв'язання психологічних, міжособистісних, соціальних та інших проблем, створення оптимальних умов життєдіяльності.

Інколи клієнтами центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді є й зовні благополучні сім'ї, які допускають серйозні помилки, прорахунки у системі сімейного виховання внаслідок низької психолого-педагогічної культури та неосвіченості. Причому такі помилки і прорахунки мають переважно не ситуативний, а стійкий характер. До зовні благополучних слушно віднести сім'ї, у яких: а) спілкування батьків з дітьми є формальним; б) не дотримується єдність вимог до дитини; в) має місце безконтрольність або слабкий нагляд з боку батьків за успішністю та поведінкою дитини; г) домінує сліпа батьківська любов чи надмірна суворість у вихованні, батьки застосовують фізичні покарання; д) уможливується насильство стосовно жінки чи дитини; е) не враховуються у процесі сімейного виховання вікові та індивідуально-психологічні особливості нащадка. Сім'ї, які долають усі проблеми самотужки, але мають певні складнощі, відносяться до сімей групи ризику. Вони закономірно потребують допомоги чи підтримки, щоб не опинитися у складних життєвих обставинах. До факторів ризику тут належать інвалідність хоча б одного члена сім'ї, часткова втрата рухової активності у зв'язку зі старістю або станом здоров'я, сирітство, безпритульність, брак житла або роботи, приневолення, зневажливе ставлення та негативні стосунки у сім'ї, малозабезпеченість, психологічний чи власне психічний розлад, стихійне лихо, катастрофа тощо [10].

Зрозуміло, що таке широке та різноманітне коло проблем, з якими нині зіштовхуються члени вказаних сімей, вимагає й залучення значного кола фахівців, які б оптимальним чином спряли їх вирішенню. На жаль, на сьогоднішній день можливості держави та пропоновані нею спеціальні урядові програми не спроможні в повному обсязі задовольнити усіх вимог, не дають очікуваних результатів, а тому потребують підтримки з боку пересічних громадян, бізнесових структур, формальних і неформальних громадських організацій. Важливу роль при цьому відіграє діяльність різноманітних благодійних фондів, які на-

дають не лише посильну фінансову, правову, соціально-психологічну допомогу сім'я, які опинилися у складних життєвих обставинах, а й намагаються підтримати їх членів на шляху до самовизначення та самореалізації. Звісно, особливої уваги заслуговує робота у напрямку підтримки та розвитку дітей, які, ставши заручниками несприятливих життєвих обставин, не мають можливості отримати доступ до багатьох потрібних речей – якісних медичних та соціальних послуг, освітніх програм та ін.

Фонд “Світ дитини” створений у 1999 р. групою осіб, які об'єднали свої зусилля з метою проведення багатопланової діяльності, спрямованої на забезпечення якісного рівня життя та гармонійного розвитку дітей, першочергово тих, які мають проблеми зі здоров'ям або перебувають у несприятливій соціальній ситуації. Головною метою фонду є благодійна діяльність, спрямована на покращення соціально-економічного становища малозабезпечених та соціально незахищених верств населення, зокрема дітей-інвалідів, дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування та дітей із соціально незахищених і малозабезпечених сімей.

Діяльність названого фонду можна було б вважати пересічною, якби не одна обставина. Фахівці, які працюють у ньому, зокрема його керівник **Цицик Любов Андріївна**, давно зрозуміли, що проста фінансова чи то навіть соціальна допомога – це добре, але вона сама по собі не зможе змінити головного – *ставлення* людини до тих обставин, які стали на шляху її комфортної життєдіяльності. Взавши за основу своєї роботи гасло: *“Не годуй голодного, а навчи його самого добувати собі їжу”*, працівники фонду розпочали нову програму, основною метою якої стало підвищення рівня освідченості серед малозабезпечених та соціально незахищених верств населення. Так, на першому етапі реалізації цієї програми людям, котрі перебували під опікою даної організації було запропоновано пройти тренінг з основ фінансової грамотності, що передбачав опанування цілої низки знань, компетенцій і навичок, які безпосередньо охоплювали такі вчинкові дії: розуміння призначення фінансових установ, інститутів, їх відповідальності; планування сімейного бюджету на тривалий період; ази юридичної та податкової грамотності; вміння шукати і знаходити потрібну фінансову інформацію; планування реалізації потреб сім'ї у довготерміновій перспективі [5].

Щодо другого етапу, то його основне призначення – підвищення рівня психологічної грамотності та культури членів сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах. Адже, як зазначалося, саме недостатня обізнаність людини щодо тих чи інших психічних процесів, які супроводжують процес формування і розвитку особистості в подальшому провокує виникнення різноманітних проблем особистісного та міжособистісного характеру – конфлікти, дезадаптацію, різноманітні форми девіантної поведінки (алкоголіз, наркоманію, насильство) тощо. Сутнісно психологічна культура – це сукупність знань із психології, які дають змогу правильно оцінювати життєву ситуацію, вибрати конструктивні способи спілкування, розуміти себе та інших, усвідомлювати прояви власної нетерпимості і, як наслідок, виявляти особисті ускладнення у процесі спілкування і взаємодії з рідними та навколишніми [13, с. 6].

Натомість психологічна грамотність вказує на мінімально потрібний сім'ї рівень розвитку психологічної культури і означає оволодіння подружжям відповідними знаннями (фактами, уявленнями, поняттями, законами), вміннями, символами, правилами і нормами у сфері повсякденних спілкування та поведінки, що виявляється у їхній ерудиції, освіченості з приводу різноманітних явищ психіки як з погляду раціонального знання, так і життєвого досвіду.

Інакше кажучи, “грамотна людина знає, розуміє (наприклад, як поводити себе, як спілкуватися у тій чи іншій ситуації), а компетентна – реально та ефективно може використовувати знання для здолання актуальних проблем” [2, с. 88].

Зреалізуванню цього надзавдання сприяла спеціального розроблена нами *програма психологічної допомоги*, яка була запропонована фахівцями-психологами та мала на меті виконання одночасно декількох завдань:

- надання консультацій членам сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах, з питань психологічного здоров'я та поліпшення взаємин з навколишнім середовищем;
- обговорення проблем та надання порад із розв'язання реально існуючих соціальних та психологічних проблем;
- сприяння у запобіганні виникненню непорозумінь і конфліктів між членами сім'ї, щонайперше між подружжям;
- проведення психологічної діагностики, спрямованої на виявлення соціально-психологічних характеристик особистості різного віку;

– просвітницька робота щодо всебічного гармонійного розвитку дитини; особливостей розвитку сім'ї та сімейних стосунків;

– навчання батьків ефективним методам виховного впливу на дитину, мобілізації власних ресурсів сім'ї для вирішення міжособистісних проблем надалі;

– допомога батькам у розв'язанні конфліктних ситуацій сімейного виховання і психологічної просвіти.

Зауважимо, що перш ніж поставити такі завдання, психолог проводив індивідуальну бесіду з кожним учасником, під час якої з'ясовувалося те коло питань, з яким би йому найбільше хотілося попрацювати. У результаті ґрунтовного аналізу отриманої інформації та її узагальнення визначалися ті проблеми, які були надзвичайно актуальними й у підсумку склали змістову основу запропонованої програми.

Реалізація останньої була розрахована на три місяці та передбачала щотижневу роботу із її учасниками (всі вони перебували під опікою фонду і мали статус сімей, які потрапили у складні життєві обставини). Логіка розгортання *консультативної допомоги* була наступна: для того щоб успішно вирішити сімейну проблему, подружжю потрібно не долати її наслідки, а треба було навчатися визначати першопричини (тобто оперувати знаннями про психологічну природу самого явища) та добре оволодіти основними інструментами (прийомами і методами) її розв'язання. З цією метою вмотивовані учасники спочатку знайомилися із особливостями особистісного розвитку на різних вікових етапах, що, з одного боку, давало змогу поступово розбиратися із власним внутрішнім світом та виявляти ті давні обставини власного життя, які пізніше стали основним джерелом проблем у теперішньому (так, скажімо, психологи переконані у тому, що несприятливі умови в дитинстві – насильство у сім'ї, алкогольна залежність одного чи обох батьків, недбале ставлення до дітей тощо, в подальшому формує цілу низку внутрішніх комплексів і як наслідок – дезадаптованість, неприйняття себе, неможливість налагодження продуктивних взаємовідносин з іншими), а з іншого – не допустити таких помилок у вихованні власних дітей. Далі обговорювалися питання, що стосувалися особливостей взаємостосунків між подружжям та їх впливу на формування дитячого уявлення про “чоловічу” і “жіночу” модель поведінки й відповідно, утворення гендерної системи тих функцій та обов'язків,

які вона передбачає (див. [12, с. 88]). Адже, як відомо, саме у батьківській сім'ї закладається фундамент, від якого в подальшому залежатиме, наскільки усвідомлено та сумлінно людина буде ставитися до виконання своїх “дорослих” ролей: дружини, чоловіка, матері, батька, сина чи доньки. Значну частину часу було також присвячено питанням, що стосувалися проблеми налагодження безконфліктної взаємодії як усередині сім'ї, так і поза нею. І зрозуміло чому: значну частину суперечок і непорозумінь подружжя розв'язують, використовуючи неконструктивні методи, які супроводжуються тиском, вербальною агресією, насильством.

Опанування вказаним набором знань уможливило перехід до наступного етапу – роботи подружжя над власними проблемами та пошук кожним з них конструктивних шляхів виходу із складних життєвих обставин. Для цього всім учасникам (і батькам і дітям) було запропоновано низку *тренінгових занять*, основною метою яких був розвиток комунікативних компетенцій, навичок безконфліктного спілкування, розуміння своїх потреб і вміння знаходити можливості їх гуманної реалізації.

Відродно констатувати, що проведена робота мала подвійний ефект: по-перше, просвітницьке поле вчинкових дій, що результативно виявлялося у підвищенні рівня психологічної освідченості та грамотності учасників програми, по-друге – корекційний зсув, що забезпечував цільове призначення – знижував негативні наслідки недостатніх рівня психологічної культури та грамотності (неадаптованості, конфліктності, агресивності тощо). Виконуючи ці завдання фахівцями-психологами було здійснено два діагностичних зрізи – на початку і в кінці зреалізування програми, що стосувалися вивчення двох важливих аспектів: дослідження рівнів соціально-психологічної адаптованості учасників (за авторською методикою проф. А.В. Фурмана “Наскільки ти адаптований до життя” [11; 14; 15]) та діагностики їхньої соціальної фрустрованості Л. І. Вассермана (модифікація В. Бойка). У дослідженні брало участь 24 учасника (жінки із сімей у складних життєвих обставинах) (по 12 осіб із Монастириського та Козівського районів).

Соціально-психологічна адаптація, на думку А.В. Фурмана, являє собою певне взаємодоповнення активної (спрямованої на видозміну навколишнього оточення) та пасивної (що передбачає зміну власної поведінки, змісту

і характеру дій під впливом оточення) форм взаємодії людини із довколишнім та визначає її особистісне ставлення до навколишнього світу, навколишніх і самого себе [12, с. 6]. При цьому особистісна адаптованість визначається за трьома базовими рівнями: 1) *адаптованість*, яка може функціонувати на чотирьох відповідних підрівнях (максимальному, високому, середньому і низькому); 2) *неадаптованість* (очевидна чи неочевидна); 3) *дезадаптованість* (ситуативна, стійка очевидна, критична і суперкритична) [Там само, с. 35]. В основу цієї класифікації покладений так званий “критерій ступеня адекватності”, тобто співвідношення мети і результатів діяльності особи. Звідси справжня чи відносна гармонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами завжди супроводжується позитивним ставленням – оцінкою, розумінням, прийняттям особистості себе і навколишнього світу; неадаптованість – більш-менш усвідомлена невідповідність між цілями і результатами діяльності, що не чинить психотравмувального впливу на особистість, а дезадаптивність вказує на дисгармонію цілей та результатів, що є джерелом психічного напруження, котре внутрішньо травмує особистість [11, с. 8].

Психодіагностичні дані, які були отримані за результатами першого контрольного зрізу, свідчать про наступне:

– у більшості учасників програми (15 осіб) обох груп спостерігався низький рівень *адаптованості та неадаптованості* (див. **табл. 1**), що вказує на очевидне: складні життєві обставини (недостатність матеріальних коштів, непорозуміння із чоловіком чи дружиною через алкогольну залежність або надмірну агресивність і, як наслідок, – високий рівень конфліктності та незадоволеності якістю міжособистісних стосунків, невміння налагоджувати конструктивні відносини з навколишніми, зокрема із власними дітьми) формують достатньо негативне ставлення до всього, що відбувається навколо в цілому (передусім соціально-економічної, політичної ситуації) та своїми рідними зокрема. У поєднанні із низьким рівнем психологічної культури і грамотності це підвищує рівень психоемоційного напруження як усередині особистості, так й у її відносинах із іншими, що виявляється у формі постійного незадоволення, роздратування, претензійності тощо. Єдине, що не дає ситуації зовсім вийти з під контролю – загально низький рівень домагань, а відтак задоволення тим мінімумом, що реально існує і

Таблиця 1

Результати дослідження особистісної адаптованості
(за тестом-опитувальником “Наскільки Ти адаптований до життя?” А.В. Фурмана)
учасників програми психологічної допомоги організованої благодійним фондом
“Світ дитини”, отриманих у липні 2017 р.
(вибірка – 24 особи, жінки із сімей у складних життєвих обставинах)

№ п/п	Район	Кількість тестованих	Рівні особистісної адаптованості										
			адаптованість					неадаптованість		дезадаптованість			
			максимальний	дуже високий	високий	середній	низький	неочевидна або псевдоадаптованість	очевидна	ситуативна	стійка	очевидна	критична
1	Монастириський	12	-	-	-	2	3	2	3	1	-	1	-
2	Козівський	12	-	-	-	1	2	1	4	1	1	2	-
Разом		24	-	-	-	3	5	3	7	2	1	3	-

здебільшого надія на дітей і їх майбутнє. Також зауважимо, що, як видно із поданої таблиці, результати учасників, котрі представляли окремі райони, хоча й не істотно, але все ж різняться між собою. І це пов'язано насамперед із таким фактом: монастириську групу більшою мірою склали жителі самого міста або найближчих до нього сіл, а це означає, що в них більше можливостей в отриманні якісних освітніх та соціальних послуг, нижчий рівень безробіття. Щодо учасників із Козівського району, то тут ситуація була доволі специфічною. По-перше, усі вони проживали у віддаленій від райцентру та інших населених пунктів місцевості, а тому були позбавлені багатьох соціальних можливостей. По-друге, замкнутість та унікальність сільського життя за таких умов (низький рівень загальної освіченості, тотальна проблема безробіття, високий рівень алкогольної залежності серед чоловіків, багатодітність сімей тощо) сприяли формуванню у цих мешканців буденно спрощених ментальних поглядів на більшість проблем, що супроводжували їхню звичну життєдіяльність;

– у шести з опитаних було виявлено різні варіанти *дезадаптованості*, які в цілому характеризуються високим рівнем песимізму, незадоволеністю собою або й неприйняттям себе, заниженою самооцінкою, незадоволеністю власною діяльністю, а головне – спотвореним уявленням про власні можливості та високим рівнем тривожності. Такі люди надмірно агресивно або ж, навпаки, дуже пасивно

ставляться до всього, що їх оточує і частіше всього внутрішньо погоджуються із несприятливими обставинами своєї життєактивності та не прагнуть щось змінити на краще;

– і лише троє виявилися достатньо адаптованими (двоє показали *середній* і ще один учасник – *низький рівень адаптованості*). Ці учасники програми об'єктивно сприймали складні обставини свого життя, трактували їх як тимчасові, позитивно та з оптимізмом дивилися у майбутнє й адекватно реагували на більшість подій, що відбувалися навколо. Відтак у цьому разі доречно говорити про допустимий рівень порушення так званого психологічного комфорту, внутрішньої гармонії із собою чи з оточенням. Це незначним чином впливає на перебіг психічних процесів особистості і навіть відіграє позитивну роль, тому що стає рушійною силою розвитку і передумовою вдосконалення її поведінки і діяльності. Такі люди легко йдуть на контакт, відкриті до всього нового та виявляють готовність до змін.

Для підтвердження отриманих результатів було застосовано також діагностичну методику визначення рівня соціальної фрустрованості особи. *Фрустрація*, як відомо, – психічний стан людини, що виражається в характерних переживаннях і поведінці які центруються на об'єктивно непереборних чи суб'єктивно сприйнятих як нездоланні труднощах, що виникають на шляху до досягнення мети й посилюють розбіжність між реальністю та її очікуваннями. Отож фрустрація становить

Таблиця 2

Результати дослідження особистісної фрустрованості
(за методикою Л. І. Вассермана “Рівень соціальної фрустрованості”)
учасників програми психологічної допомоги організованої благодійним фондом
“Світ дитини”, отриманих у липні 2017 р.
(вибірка – 24 особи, жінки із сімей у складних життєвих обставинах)

Район	Кількість осіб	Рівень фрустрованості (%)				
		Відсутній	Низький	Середній	Помірний	Високий
Монастириський	12	1	1	61,3	24,5	12,2
Козівський	12	0	3,5	47,6	17,5	31,4

своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності в стані безнадійності, втрати перспективи. Цей стан зявляється переважно у результаті конфліктів особистості з іншими, особливо у групі (сім'ї), в якій особа не отримує підтримки, співчуття, порозуміння. При цьому найпомітнішими проявами її поведінки у стані фрустрації є апатія, агресія, регресія (поведінка, яка наближена до заохочення мінімальних людських потреб) та стереотипія (порушення власної працездатності і наслідування чийхось дій).

Методика Л.І. Вассермана фіксує ступінь задоволення чи невдоволення соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності: освітою, взаємовідносинами з членами родини (батьками, дітьми, найближчими родичами), друзями, знайомими, сусідами, колегами по роботі (навчанню), змістом своєї роботи (навчання), власним соціальним становищем у суспільстві, рівнем матеріального благополуччя, житлово-побутовими умовами, можливостями самореалізації, доступністю до різних видів соціального забезпечення. Загалом соціальна фрустрованість (СФ) вказує на емоційне ставлення людини до тих позицій, яку вона зуміла зайняти у житті. Наближення до одного з полюсів “задоволений чи незадоволений” свідчить про те, наскільки “влаштує” особу її оточення, і водночас те, чим вона займається і як сприймає світ навколо себе.

Отримані нами дані вказують на те (див. **табл. 2**), що для переважної більшості опитаних характерним є середній рівень фрустрованості, а це означає, що їх загальний стан невдоволення та емоційного напруження межує із так званою “внутрішньою згодою” з тими обставинами, які їх викликають. Трохи менше половини учасників мають високий рівень фрустрованості, себто для них так чи інакше звичним є стан підвищеної агресивнос-

ті, діяльність за інерцією та депресивні стани (сум, невпевненість, безсилля, відчай). І лише незначний відсоток опитаних продемонстрували низьку межу СФ, яка підтверджує їхнє загальне задоволення особистісним і соціальним статусами (станом здоров'я, стилем життя, довкіллям, взаєминами з іншими) і ще один учасник відчуває певний дискомфорт, пов'язаний із своєю позицією серед інших (помірний рівень пригнічення).

Другий зріз дослідження за тими ж методиками був здійснений наприкінці програми, після проходження усіма його учасниками лекційних, тренінгових та корекційних занять. Отримані результати вказали щонайменше на два емпіричні факти.

Перший. У цілому значно зросла психологічна грамотність учасників. Після проведення другої індивідуальної бесіди було з'ясовано, що кожен, хто пройшов програму, набагато краще орієнтувався у питаннях стосовно проблем налагодження взаємовідносин із дітьми (розуміння особливостей певного вікового періоду та складнощів, що його супроводжують, потреб і мотивів діяльності нащадка), з чоловіком чи дружиною (знання способів безконфліктного спілкування та вміння обирати правильну тактику і стратегію у ситуації, коли конфлікт уже виник), так званими “третіми особами” – близькими і далекими родичами, друзями і знайомими, які так чи інакше беруть участь у життєдіяльності родини, а також розуміння власного Я і знаходження оптимальних шляхів до внутрішнього комфорту. Так, дехто з учасників вказував на те, що йому вдалося за цей час налагодити рівні стосунки із тими, хто досі був основним джерелом конфліктів у сім'ї (чоловік, який регулярно вживав алкоголь після того як дружина, замість того щоб терпіти насильство, декілька разів уміло “дала відсіч”, після чого він став з обережністю проявляти демонстра-

Таблиця 3

Результати дослідження особистісної адаптованості
(за тестом-опитувальником “Наскільки Ти адаптований до життя?” А.В. Фурмана)
учасників програми психологічної допомоги організованої благодійним фондом
“Світ дитини”, отриманих у вересні 2017 р.
(вибірка – 24 особи, жінки із сімей у складних життєвих обставинах)

№ п/п	Район	Кількість тестованих	Рівні особистісної адаптованості										
			адаптованість				неадаптованість			дезадаптованість			
			макси-мальний	дуже високий	високий	середній	низький	неочевидна або псевдо-адаптованість	очевидна	ситуативна	стійка очевидна	критична	супер критична
1	Монастирський	12	-	-	-	4	2	2	2	2	-	-	-
2	Козівський	12	-	-	-	3	4	2	2	1	-	-	-
	Разом	24	-	-	-	7	6	4	4	3	-	-	-

тивні дії, чи сусіди, які постійно ображали дітей, у результаті зміни моделі поведінки з ними, стали більш толерантнішими та терпимішими).

Другий. На фоні цього вдалося дещо змінити і рівень соціально-психологічної адаптованості (див. **табл. 3**). Зокрема, учасники, у яких на початку були виявлені низькі показники останньої, по закінченню програми вже не так критично ставилися до всього, що їх оточує; фактично їм вдалося стати більш адаптованими й демонструвати нижчі показники фрустрованості (див. **табл. 4**).

Отже, отримані емпіричні дані свідчать, що запропонована і зреалізована програма психологічної допомоги сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах, дала змогу отримати позитивні результати та ще раз довести тісний взаємоз'язок ступенів психологічної грамотності із рівнями особистісної адаптованості та антифрустрованості особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дембицька Н.М. Теоретико-методологічні підходи до вивчення економічної соціалізації дитини в мало-забезпеченій сім'ї / Н.М. Дембицька, О.М. Новосядла // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том 1. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія – Вип. 44. – К.: ТОВ-Видавництво “ЛОГОС”, 2016. – С. 25 – 31.
2. Колмогорова Л.С. Становление психологической культуры школьника // Вопросы психологии. – 1999. – № 1. – С. 83 – 91.
3. Красун А., Турчин Я. Бідність в Україні та шляхи її подолання / А. Красун, Я. Турчин // Українська національна ідея: реалії та перспективи розвитку. – 2008. – Вип. 20. – С. 81-85.
4. Лібанова Е. Бідність населення України: методологія, методика та практика аналізу / Е. Лібанова. – К., 2008. – 330 с.
5. Лучко М. Прямые иностранные инвестиции: движение и значение / М. Лучко // Экономист. – 2003. – №3. – С.22 – 33.

Таблиця 4

Результати дослідження особистісної фрустрованості
(за методикою Л. І. Васермана “Рівень соціальної фрустрованості”)
учасників програми психологічної допомоги організованої благодійним фондом
“Світ дитини”, отриманих у вересні 2017 р.
(вибірка – 24 особи)

Район	Кількість осіб	Рівень фрустрованості (%)				
		відсутній	низький	середній	помірний	високий
Монастирський	12	5,0	11,3	48,7	26,7	8,3
Козівський	12	1,1	2,8	45,7	28,1	21,3

6. Громада як осередок соціальної роботи з дітьми та сім'ями: [метод. матеріали для тренера] / О.В. Безпалько та ін.; під заг. ред. І.Д.Зверєвої. – К.: Наук. світ, 2004.

7. Інтегровані соціальні служби: теорія, практика, інновації. Навчально-методичний комплекс; за заг. ред. І.Д.Зверєвої та Ж.В.Петроцької. – К., 2007.

8. Постанова Кабінету міністрів “Про затвердження Порядку виявлення сімей (осіб), які перебувають у складних життєвих обставинах, надання їм соціальних послуг та здійснення соціального супроводу таких сімей (осіб)” від 21 листопада 2013 р. № 896 Київ. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/896-2013->

9. Наказ головного управління освіти і науки Київської обласної державної адміністрації від 14.02.2011 № 53 “Про Порядок виявлення та здійснення заходів щодо підтримки дітей, які опинилися в складних життєвих обставинах”. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://bo.gov.ua/.../pro-poriadok-vyivlennia-zdiisnennia-zakhodiv-shchodo-pidtrym>

10. Технології соціально-педагогічної роботи з сім'ями [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://pidruchniki.com/78710/sotsiologiya/kontrol_umovami_rozvitku_vihovannya_ditini.

11. Фурман А., Надвична Т. Діагностичний напрям у змістовленні діяльності психологічної служби університету / Анатолій В. Фурман, Тетяна Надвична // Психологія і суспільство. – 2014. – №3. – С. 69–101.

12. Фурман А. В., Надвична Т. Л. Основи гендерної рівності: навч. посібн. – Тернопіль: Економічна думка, 2006. – 168 с.

13. Фурман А., Надвична Т. Психологічна служба університету: від моделі до технології / Анатолій В. Фурман, Тетяна Надвична // Психологія і суспільство. – 2013. – №2. – С. 80–104.

14. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості [наук. вид.] / А.В. Фурман. – Тернопіль: Екон. думка, 2000. – 63 с.

15. Фурман А.В. Розвивальна діагностика психологічної грамотності педагога. Тест “Хто підніме папірець?” / Анатолій В. Фурман // Психологія і суспільство. – 2002. – №1. – С. 119–152.

16. Шеламова Г.М. Психологическая культура педагога / Г.М. Шеламова // Профессиональное образование. – 2004. – № 5. – С. 6.

REFERENCES

1. Dembytska N.M. Teoretyko-metodolohichni pidkhody do vyvchennia ekonomichnoi sotsializatsii dytyny v malozabezpechenii simi / N.M.Dembytska, O.M. Novosiadla // Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuks NAPN Ukrainy. Tom 1. Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia – Vyp. 44. – К.: TOV-Vydavnytstvo “LOHOS”, 2016. – S. 25–31.

2. Kolmogorova L.S. Stanovljenije psihologichjeskoj kul'tury shkol'nika // Voprosy psihologii. – 1999. – N° 1. – S. 83–91.

3. Krasun A., Turchyn Ya. Bidnist v Ukraini ta shliakhy yii podolannia / A. Krasun, Ya.Turchyn // Ukrainiska natsionalna ideia: realii ta perspektvy rozvytku. – 2008. –

Vyp. 20. – S. 81-85.

4. Libanova E. Bidnist naseleennia Ukrainy: metodolohiia, metodyka ta praktyka analizu. – К., 2008. – 330 s.

5. Luchko M. Prjamyje inostrannyje investicii: dvizhjenije i znachjenije / M. Luchko // Ekonomist. – 2003. – №3. – S.22–33.

6. Hromada yak osередok sotsialnoi roboty z ditmy ta simiamy: [metod. materialy dlia trenera] / O.V.Bezpalko ta in.; pid zah. red. I.D.Zverievoi. – К.: Nauk. svit, 2004.

7. Intehrovani sotsialni sluzhby: teoriia, praktyka, innovatsii. Navchalno-metodychnyi kompleks; za zah. red. I.D. Zverievoi ta Zh.V. Petrochko. – К., 2007.

8. Postanova Kabinetu ministriv “Pro zatverdzhennia Poriadku vyivlennia simei (osib), yakii perebuvaiut u skladnykh zhyttievnykh obstavynakh, nadannia yim sotsialnykh posluh ta zdiisnennia sotsialnoho suprovodu takykh simei (osib)” vid 21 lystopada 2013 r. № 896 Kyiv. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/896-2013->

9. Nakaz holovnoho upravlinnia osvity i nauky Kyivskoi oblasnoi derzhavnoi administratsii vid 14.02.2011 № 53 “Pro Poriadok vyivlennia ta zdiisnennia zakhodiv shchodo pidtrymky ditei, yakii opynyls v skladnykh zhyttievnykh obstavynakh”. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://bo.gov.ua/.../pro-poriadok-vyivlennia-zdiisnennia-zakhodiv-shchodo-pidtrym>

10. Tekhnolohii sotsialno-pedahohichnoi roboty z simiamy. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: http://pidruchniki.com/78710/sotsiologiya/kontrol_umovami_rozvitku_vihovannya_ditini.

11. Furman A., Nadvynychna T. Diahnostychnyi napriam uzmistovlennia diialnosti psykholohichnoi sluzhby universytetu / Anatolii V. Furman, Tetiana Nadvynychna // Psykholohiia i suspilstvo. – 2014. – №3. – S.69–101.

12. Furman A. V., Nadvynychna T. L. Osnovy hendernoї rivnosti: navch. posibn. – Ternopil: Ekonomichna dumka, 2006. – 168 s.

13. Furman A., Nadvynychna T. Psykholohichna sluzhba universytetu: vid modeli do tekhnolohii / Anatolii V. Furman, Tetiana Nadvynychna // Psykholohiia i suspilstvo. – 2013. – №2. – S. 80–104.

14. Furman A.V. Psykhodiahnostyka osobystisnoi adaptovanosti / Anatolii V. Furman. – Ternopil: Ekon. dumka, 2000. – 63 s.

15. Furman A.V. Rozvyvalna diahnostyka psykholohichnoi hramotnosti pedahoha. Test “Khto pidnime papirets?” / Anatolii V. Furman // Psykholohiia i suspilstvo. – 2002. – №1. – S. 119–152.

16. Shelamova G.M. Psihologichjeskaja kul'tura pjedagoga / G.M. Shelayeva // Profjessional'noje obrazovanije. – 2004. – № 5. – S. 6.

АНОТАЦІЯ

Лучко Михайло Романович, Надвична Тетяна Лонгініна.

Психологічна допомога сім'ям за складних життєвих обставин.

У статті розкрито засадничі положення психологічної допомоги сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах. Проаналізовано та доведено, що до основних індикаторів, за якими визначають

кризовий стан таких родин, належать важке фінансове становище, загальна соціальна дезадаптованість, гострі конфліктні ситуації між подружжям, непорозуміння між батьками і дітьми, моральне і фізичне насилля, безвідповідальне батьківство, різноманітні девіації тощо. Проте ці індикатори – лише наслідок невіршених особистісних проблем, незнання та невміння розв'язувати складні життєві завдання чоловіком і дружиною, котрі перебувають у шлюбі. Відповідно до цього запропоновано переглянути загальноприйнятну модель роботи із такими сім'ями, зокрема ту складову, яка стосується надання психологічних послуг її членам. Відтак детально проаналізовані різноманітні варіанти залучення широкого кола фахівців, котрі оптимальним чином спроможні посприяти вирішенню існуючої низки проблем зазначеного суспільного формату. При цьому підкреслюється важлива роль різноманітних неурядових організацій та благодійних фондів, які надають не лише посильну фінансово-правову, а й соціально-психологічно допомогу сім'ям, які потрапили у скрутні умови життя. Основна увага при цьому зосереджується саме на підвищенні рівня освіченості та компетентності серед малозабезпечених та соціально незахищених верств населення. Зазначено, що достатня обізнаність громадянина щодо тих чи інших психічних процесів, які супроводжують процес формування і розвитку особистості, можуть значно знизити ризики виникнення різноманітних проблем індивідуального та міжособистого характеру і здатні попередити системні дезадаптаційні процеси, які стосуються усіх членів такої родини, особливо тих, хто причетний до виховання юного покоління. На матеріалі емпіричних даних, отриманих під час зреалізування розробленої авторської програми психологічної допомоги сім'ям, члени яких переживають життєві труднощі, доведена наявність взаємозв'язку ступенів їхньої психологічної грамотності із відповідними рівнями особистісної адаптованості та антифрустрованості.

Ключові слова: сім'я як соціальний інститут і мала група, складні життєві обставини, шлюбні і родинні взаємостосунки, психологічна допомога, особистісна дезадаптованість, фрустрація, психологічна грамотність.

ANNOTATION

Mykhailo Luchko, Tetyana Nadvynychna.
Psychological help for families in difficult life circumstances.

The article outlines the basic provisions of psychological assistance to families who were in difficult life circumstances. It has been analyzed and proved that the main indicators determining the crisis situation of such families include the difficult financial situation, general social disadaptation, sharp conflict situations between spouses, misunderstandings between parents and children, moral and physical violence, irresponsible parenthood, various deviations, etc. However, these indicators are only a consequence of unresolved personal problems, ignorance and inability to solve difficult life tasks by married men and women. Accordingly, it is proposed to review the generally accepted model of work with such families, in particular, the component that concerns the provision of psychological services to its members. Therefore, various options for attracting a wide range of specialists are analyzed in detail, which are optimally capable of helping to resolve the existing range of problems of the specified social format. An important role of various non-governmental organizations and charitable foundations is emphasized, which provide not only an affordable financial and legal, but also socio-psychological assistance to families who are in difficult living conditions. The main focus of this is to increase the level of education and competence among the poor and socially vulnerable groups of the population. It is noted that a sufficient awareness of a citizen regarding certain psychic processes that accompany the processes of formation and development of personality can significantly reduce the risks of emergence various problems of individual and interpersonal nature and can prevent systemic maladaptation processes that affect all members of such a family, especially who is involved in the upbringing of young generation. On the basis of empirical data obtained during the implementation of the developed author's program of psychological assistance to families whose members are experiencing life difficulties, the existence of the relationship between the levels of their psychological literacy with the corresponding levels of personal adaptation and anti-frustration is proved.

Key words: family as a social institution and a small group, difficult life circumstances, marital and family relationships, psychological assistance, personal disadaptation, frustration, psychological literacy.

Надійшла до редакції 30.07.2018.
Підписана до друку 31.08.2018.

Бібліографічний опис для цитування:

Лучко М., Надвигнича Т. Психологічна допомога сім'ям за складних життєвих обставин / Олена Васильків // Психологія і суспільство. – 2018. – №3–4. – С. 224–233.