

допомоги та покращення вміння долати стрес допомагають зберегти ментальне здоров'я працівників соціальної сфери і підвищити результативність їхньої професійної діяльності.

Список використаних джерел:

1. Карамушка Л. М. Психологічні засади подолання синдрому емоційного вигорання у фахівців соціономічних професій. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2018. 124 с.
2. Карамушка Л., Міненко А. Психологічна стійкість як чинник запобігання емоційному вигоранню. // *Психологія і суспільство*. 2022. №1. С. 27–31.
3. Савченко О. І. Психологічна підтримка соціальних працівників в умовах війни: досвід і перспективи. // *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2023. №2. С. 45–49.
4. Maslach C., Leiter M. P. The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It. San Francisco: Jossey-Bass, 1997. 186 p.

Юлія Старчевська,
*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,
спеціальність 231 Соціальна робота,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

Науковий керівник: **Людмила Петришин,**
*професор, доктор педагогічних наук,
професор кафедри соціальної роботи та соціальної педагогіки,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ СІМЕЙ, ЯКІ ОПИНИЛИСЯ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ

Постановка проблеми. Сім'я в умовах війни, постійних стресів та фінансових труднощів стикається з численними проблемами, які суттєво впливають на її соціальну адаптацію. Війна, як великий соціальний і психологічний катаклізм, призводить до численних змін у житті кожного члена родини. В умовах війни сім'я часто втрачає стабільність, безпеку, а також можливість нормального економічного забезпечення. Постійні стреси, тривога за майбутнє та нестабільна ситуація змушують сім'ї переосмислювати своє життя і робити складні рішення щодо виживання. Складні життєві обставини, зокрема евакуація, втрата житла, робочих місць, значно ускладнюють адаптаційний процес і викликають потребу в нових стратегіях пристосування до обставин [1].

Виклад основного матеріалу. Один з основних чинників, що впливає на соціальну адаптацію сімей під час війни, це психологічний стрес. Військові дії, загроза насильства та травмуючі переживання можуть мати довготривалі наслідки для

психічного здоров'я членів родини. Стрес, тривога та депресія часто стають постійними супутниками сімей у цей період. Психологічний тиск може призвести до проблем у міжособистісних стосунках всередині родини, зокрема до конфліктів, що виникають через нездатність підтримувати один одного. Це особливо гостро відчувається в родинях, де один з батьків або обидва знаходяться на війні, а інші члени родини змушені самотійно справлятися з тягарем повсякденних проблем [2]. Економічні труднощі також є невід'ємною частиною життя родини в умовах війни. Втрата джерел доходу, невизначеність на ринку праці, дефіцит товарів першої необхідності та підвищення цін створюють величезний фінансовий тиск на родини. Багато сімей змушені скорочувати витрати на основні потреби, що ускладнює задоволення базових життєвих потреб. Підвищення рівня безробіття через руйнування підприємств та інфраструктури лише посилює проблему. Тому в умовах війни фінансові труднощі часто стають однією з основних перешкод до соціальної адаптації родини. Для подолання цього сім'ям необхідно шукати додаткові джерела доходу або підтримку від держави чи благодійних організацій [3].

У цій ситуації також варто згадати про проблеми з доступом до освіти та медичних послуг. В умовах війни освітні заклади можуть бути пошкоджені або закриті, що ставить під загрозу доступ дітей до нормальної освіти. Це створює додаткові труднощі для батьків, які намагаються забезпечити майбутнє своїх дітей. Крім того, труднощі з доступом до медичних послуг у період війни можуть призвести до погіршення стану здоров'я як дітей, так і дорослих. Часто родини не мають можливості отримати своєчасну медичну допомогу, що погіршує ситуацію з їхнім здоров'ям і життєвим благополуччям [4]. Ще однією проблемою є соціальна ізоляція та відсутність підтримки з боку громади. Багато сімей, що переживають війни, опиняються в ізоляції. Через небезпеку та невизначеність вони не можуть звертатися за допомогою або підтримкою до родичів і друзів. Закритість також ускладнює процес адаптації, оскільки родинам стає складно знайти емоційну підтримку та ресурси для подолання складнощів. Без соціальних контактів і без підтримки зі сторони громади сім'ї можуть потрапити в замкнуте коло стресу і безнадії [5].

Соціальна підтримка від держави та благодійних організацій може стати вирішальним чинником для родин в умовах війни. Програми допомоги, гуманітарні акції та організації, що надають соціальні послуги, здатні значно полегшити життя родин, які потрапили в складні обставини. Однак доступ до цих послуг може бути обмежений через інфраструктурні проблеми, недостатню кількість ресурсів або погану координацію між різними установами. Зазвичай важливо, щоб держава та місцеві органи влади швидко реагували на потреби постраждалих родин і забезпечували їм умови для нормального існування. Проте не лише зовнішні чинники впливають на адаптацію сімей у війні. Важливим є внутрішній ресурс родини – здатність її членів підтримувати один одного в умовах великої напруги. Спільна діяльність, як наприклад

пошук рішень для побутових проблем чи забезпечення емоційної підтримки, є основою, яка допомагає родинам адаптуватися до умов війни. Ті родини, що можуть зберегти єдність і солідарність у таких складних ситуаціях, мають більше шансів на успішну адаптацію до нових умов. Вони частіше знаходять способи вирішення проблем і можуть долати труднощі з меншою шкодою для свого психічного та фізичного здоров'я. На рівні державної політики необхідно активно працювати над підтримкою родин у кризових ситуаціях. Державні програми, що включають фінансову підтримку, медичну допомогу, допомогу з житлом, психологічні послуги, можуть значно полегшити процес адаптації родин до нових умов. Водночас важливо розуміти, що допомога має бути адресною і відповідати реальним потребам тих чи інших сімей. В умовах війни така підтримка набуває особливої важливості, оскільки без неї родини можуть втратити можливість для виживання та відновлення [6]. Не можна забувати й про проблеми, що стосуються безпеки дітей в умовах війни. Військові дії часто призводять до травмування дітей, їх переміщення та евакуації з небезпечних зон. Це створює серйозні виклики не лише для батьків, але й для органів опіки, які повинні забезпечити безпеку та права дітей. Стрес, спричинений війною, може мати довготривалі наслідки для психічного здоров'я дітей, зокрема викликати посттравматичний стресовий розлад.

Висновки. Загалом, важливо розуміти, що соціальна адаптація сімей у умовах війни вимагає комплексного підходу, який включає не лише підтримку на рівні держави та суспільства, але й готовність самих родин до адаптації. В умовах постійного стресу, фінансових труднощів, соціальних проблем, емоційних та психологічних навантажень сім'ям необхідна гнучкість, підтримка та ресурси для того, щоб знайти оптимальні шляхи для вирішення своїх проблем і зберегти своє благополуччя. Зазначимо, що соціальна адаптація сімей, які опинилися в складних життєвих обставинах, визначає не тільки здатність до функціонування в суспільстві, а й загальний рівень благополуччя кожного її члена.

Список використаних джерел:

1. Бориченко К. В. Соціальний захист сімей з дітьми за законодавством України : дис канд. юрид. наук. Одеса, 2015. 245 с.
2. Зайцева З. Г., Трубавіна І. М. Соціальна підтримка сім'ї : комплексні програми центрів ССМ. Київ : УДЦССМ, 2011. 217 с.
3. Яцина О. Ф. Трансформації практик шлюбно-сімейного партнерства та батьківства : монографія. Ужгород : Карпати, 2018. 280 с.
4. Полянська Н. Реалізація державної соціальної політики України щодо підтримки молодих сімей. *Могилянські читання – 2018 : досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні : глобальний, національний та регіональний аспекти* : зб. тез XXI Всеукр. наук.-метод. конф. (Миколаїв, 12-17 лист. 2018 р.). Миколаїв : ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. С. 107-109.
5. Довга М. М. Основи соціально-правового захисту молодих сімей : метод. реком. Івано-Франківськ : НАІР, 2021. 127 с.

6. Петришин Л. Й., Лещук Г. В. Змістові аспекти соціально-педагогічної роботи із вимушеними переселенцями та їх сім'ями в сучасних соціальних умовах. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія*, 2016. № 1(11). С. 40-46

*Анастасія Супрунюк,
здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,
спеціальність 231 Соціальна робота,
Волинський національний університет імені Лесі Українки*

*Науковий керівник: Вікторія Степаненко,
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи,
Волинський національний університет імені Лесі Українки*

ПСИХОАКТИВНІ РЕЧОВИНИ ТА ЇХ ВПЛИВ НА РЕПРОДУКТИВНЕ ЗДОРОВ'Я

Постановка проблеми. Психоактивні речовини (ПАР) є значним чинником, що впливає на здоров'я сучасної людини. Вони здатні змінювати психічний стан, поведінку та фізіологічні процеси. Зловживання ПАР створює не лише соціальні і медичні проблеми, але й підвищує ризик порушень репродуктивного здоров'я. Тема ПАР є надзвичайно актуальною, оскільки в Україні, за даними Центру громадського здоров'я МОЗ, збільшується кількість молодих людей, які мають досвід їхнього вживання [5].

Виклад основного матеріалу дослідження. Психоактивні речовини – це хімічні сполуки або суміші, які, потрапляючи в організм людини, впливають на діяльність центральної нервової системи (ЦНС), змінюючи психічний стан, сприйняття, настрої і поведінку. До них належать як легальні речовини (алкоголь, кофеїн, тютюн, певні лікарські засоби), так і заборонені – наркотики й психотропні сполуки. Вони використовуються з різними цілями: від медичних і ритуальних до рекреаційних. Однак, безконтрольне або надмірне вживання ПАР призводить до формування залежності, порушень у роботі мозку, нервової, серцево-судинної та репродуктивної систем [2; 4].

Під поняттям «репродуктивне здоров'я» розуміють стан фізичного, психічного і соціального благополуччя людини у всьому, що стосується функцій і процесів репродуктивної системи. Це не лише відсутність захворювання, а й можливість мати дітей, планувати сім'ю, підтримувати гармонійні стосунки між статями. Репродуктивне здоров'я є одним із ключових показників соціального розвитку держави, адже воно визначає якість життя нинішніх і майбутніх поколінь [6].

ПАР класифікують за різними критеріями. За характером впливу на ЦНС виділяють: стимулятори, які підвищують активність мозку (наприклад, кофеїн, амфетамін, нікотин, кокаїн); депресанти, що гальмують нервову діяльність (алкоголь,