

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА  
НАЦІОНАЛЬНА КОМІСІЯ З РАДІАЦІЙНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНА ЕКОЛОГІЧНА АКАДЕМІЯ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ТА УПРАВЛІННЯ  
КИЇВСЬКИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА ТА ПОЛІТОЛОГІЇ  
УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

# **ПРОТИДІЯ ТЕРОРИСТИЧНИМ АКТАМ У МІСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

**ЗБІРНИК  
МАТЕРІАЛІВ НАУКОВОГО ФОРУМУ**

*21 червня 2023 року*

Київ  
Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова  
2023

Рекомендовано до друку Вченою радою  
Навчально-наукового інституту права та політології  
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова  
(протокол № 3 від 19.06.2023 р.)

**Редакційна колегія:**

- Андрущенко Віктор Петрович** – доктор філософських наук, професор, ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, член-кореспондент Національної академії наук України, академік Національної академії педагогічних наук України;
- Горінов Павло Валерійович** – кандидат юридичних наук, директор Навчально-наукового інституту права та політології, доцент кафедри правознавства та галузевих юридичних дисциплін Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, заслужений працівник соціальної сфери України;
- Дранушко Ростислав Григорович** – кандидат філософських наук, проректор з науково-педагогічної роботи (адміністративно-господарська діяльність), доцент кафедри соціальної філософії, філософії освіти та освітньої політики УДУ імені Михайла Драгоманова, заслужений працівник соціальної сфери України;
- Сопілко Ірина Миколаївна** – доктор юридичних наук, професор, керівник апарату Національної комісії з радіаційного захисту населення України, головний науковий співробітник Науково-дослідного центру «Інститут сімейної та молодіжної політики імені Олександра Яременка» ННІ права та політології УДУ імені Михайла Драгоманова, заслужений юрист України;
- Торбін Григорій Мирославович** – доктор фізико-математичних наук, професор, проректор з наукової роботи Українського державного університету імені Михайла Драгоманова;
- Чемакіна Октябринна Володимирівна** – кандидат архітектури, доцент Українського гуманітарного інституту.

П 83 **ПРОТИДІЯ ТЕРОРИСТИЧНИМ АКТАМ У МІСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ:** збірник матеріалів Наукового форуму. Навчально-науковий інститут права та політології УДУ імені Михайла Драгоманова (м. Київ, 21 червня 2023 р.). – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. – 396 с.

ISBN 978-966-931-281-5

Збірник матеріалів Наукового форуму «Протидія терористичним актам у міському середовищі» присвячено комплексному вивченню проблеми протидії тероризму у міському середовищі. У збірнику представлено результати досліджень, що детально розглядають правові аспекти боротьби з тероризмом у міському середовищі, екологічні наслідки терористичних актів і стратегії екологічного відновлення, психологічні наслідки для місцевого населення та підходи до психологічної реабілітації, соціальні наслідки тероризму та розвиток стійкого соціального середовища, а також архітектурні рішення для забезпечення безпеки та мінімізації наслідків терористичних актів.

Збірник розраховано для науковців, фахівців та інших зацікавлених осіб, які досліджують проблематику протидії терористичним актам з правових, екологічних, психологічних, соціальних, архітектурних аспектів та охорони здоров'я.

Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, правильність фактів і посилань несуть автори матеріалів.

УДК 343.326-048.66(477-21)  
DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-NF\\_NNIPiP\\_2023](https://doi.org/10.31392/UDU-NF_NNIPiP_2023)

ISBN 978-966-931-281-5

© Автори публікацій, 2023  
© Навчально-науковий інститут права та політології, 2023  
© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023

**ЧАНЧИКОВ ІЛЛЯ КОСТЯНТИНОВИЧ,**

*доктор філософії з психології,*

*викладач кафедри практичної психології Педагогічного факультету  
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*

## **ПІДТРИМКА ТА ВІДНОВЛЕННЯ ЖИТТЄВОЇ СТІЙКОСТІ ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД ТЕРОРИЗМУ**

Терористичні події мають серйозний вплив на життя людей, викликаючи психологічну травму, втрату безпеки та сенсу життя. Відновлення життєстійкості є процесом, який допомагає постраждалим подолати ці негативні наслідки та відновитись після важких переживань.

Життєстійкість – це комбінація установок і переконань, які спонукають людину до наполегливої і важливої роботи навіть в умовах стресу і складних ситуацій. Концепція життєстійкості були розроблені С. Маді, і він виділив такі чотири компоненти цього явища: контроль – це віра і дії, що людина може впливати на події свого життя; залученість – означає схильність брати участь у життєвій діяльності, проявляти щирий інтерес і цікавість до світу навколо; прийняття ризику – це переконання, що зміни, а не стабільність, створюють можливості для особистісного зростання, а не загрозу безпеці; комунікація – ефективне спілкування з іншими людьми, дає можливість отримати підтримку, пораду та розуміння, що сприяє здатності впоратися зі стресом та складними ситуаціями [2, 3].

Тож, якщо говорити про відновлення життєстійкості постраждалих від тероризму людей, то ми маємо на увазі відновлення та розвиток відповідних компонентів життєстійкості.

Контроль є ключовим аспектом відновлення життєстійкості осіб, які постраждали від тероризму. Внаслідок терористичного акту постраждалі можуть втратити почуття контролю над своїм життям та навколишнім середовищем. Вони можуть почуватися безсилими та безпорадними. Відновлення життєстійкості потребує відновлення цього контролю.

Постраждалі повинні усвідомлювати, що вони можуть впливати на своє життя та приймати активні рішення, спрямовані на відновлення та зростання. Контроль може бути відновлений через розвиток навичок прийняття рішень, планування та управління своїми емоціями. Свідоме прийняття відповідальності за своє життя та поступове відновлення контролю над нею допомагає постраждалим відновити та зміцнити свою життєстійкість.

Залученість є ще одним важливим аспектом відновлення життєстійкості. Постраждалі повинні знаходити сенс і мету у своїх діях, відчувати, що їхнє життя має значення. Це може бути досягнуто шляхом відновлення втрачених інтересів, розвитку нових навичок і заняття діяльністю, що приносить радість та задоволення. Залучення до активності, які виходять за рамки травматичного досвіду, допомагає постраждалим відчути себе живими та відновити свою

життєстійкість.

Прийняття ризику також є невід'ємною частиною відновлення життєстійкості постраждалих. Після терористичного акту постраждалі можуть відчувати страх і невпевненість у майбутньому. Однак, для досягнення повного відновлення, вони мають наважитися виходити із зони комфорту та впоратися з новими викликами. Це може включати встановлення нових цілей, подолання перешкод та здійснення змін у своєму житті. Прийняття ризику дозволяє постраждалим розширити свої можливості та пережити особисте зростання.

Зрештою, комунікація відіграє важливу роль у відновленні життєстійкості постраждалих від тероризму. Постраждалі потребують підтримки близьких, друзів, спільноти та спеціалістів, щоб почуватися більш спокійно та несамотньо. Соціальна підтримка надає емоційну врівноваженість, інформаційні ресурси, практичну допомогу та підтримуюче середовище, що сприяє відновленню життєстійкості. Постраждалі відчувають себе більш захищеними та впевненими, що допомагає їм долати труднощі та відновлюватися після терористичного акту.

Однією з найважливіших складових психологічної підтримки є розробка індивідуальних планів допомоги. Це дозволяє фахівцям, таким як психологи та психотерапевти, взяти до уваги унікальні потреби кожного потерпілого та розробити персоналізований підхід до їх відновлення. Індивідуальні плани допомоги можуть включати різні методики та стратегії, такі як когнітивно-поведінкова терапія, психонавчання, техніки релаксації та інші, спрямовані на зниження симптомів тривоги, депресії та стресу.

Варто відмітити, що часто недостатньо лише психологічної допомоги. Важливо притримуватись інтегрованого підходу до підтримки та відновлення життєстійкості постраждалих від тероризму, і це є необхідним для забезпечення ефективної допомоги. Такий підхід поєднує різні аспекти допомоги, такі як: психологічна допомога, соціальна підтримка та професійна допомога в єдину систему.

Психологічна допомога грає ключову роль у процесі відновлення життєстійкості. Постраждалі від тероризму можуть зіткнутися з різними психологічними наслідками, такими як: посттравматичний стресовий синдром, тривожність та депресія. Психологи та психотерапевти допомагають постраждалим розібратися у своїх емоціях, обробити травматичні події, розвинути стратегії справлення та відновлення, а також повернутися до нормального життя, розвиваючи при цьому компоненти життєстійкості.

Соціальна підтримка також відіграє важливу роль у відновленні життєстійкості постраждалих. Підтримка близьких, друзів, спільноти та організацій допомагає постраждалим почуватися підтриманими та неоднозначними. Вони можуть надавати емоційну підтримку, практичну допомогу та інформаційні ресурси, що допомагають постраждалим справлятися з труднощами та долати виклики, що стоять перед ними.

Крім того, професійна допомога є необхідною складовою інтегрованого підходу. Це може включати допомогу юристів, фахівців із зайнятості, консультантів з реабілітації та інших професіоналів, які можуть допомогти постраждалим відновити своє професійне та соціальне життя. Вони допомагають постраждалим отримати необхідні ресурси, навички та підтримку для успішної адаптації та відновлення.

Інтегрований підхід дозволяє об'єднати всі ці аспекти допомоги в єдину систему, забезпечуючи постраждалим усі необхідні ресурси та підтримку для відновлення та розвитку їхньої життєстійкості. Він враховує унікальні потреби кожного потерпілого та пропонує персоналізований план підтримки, що дозволяє ефективно впоратися з травмою та відновитися після терористичного акту.

Загалом відновлення життєстійкості постраждалих від тероризму – це довгостроковий процес, який вимагає інтегрованого підходу, що включає психологічну, соціальну та медичну допомогу. Він спрямований на допомогу постраждалим повернутися до нормального життя, набутти сенсу та відновити свою життєстійкість навіть після важких випробувань.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Kobasa S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *J. Pers. Soc. Psychol.* 37:1. Doi: 10.1037//0022-3514.37.1.1
2. Maddi S. R. «The story of hardiness: twenty years of theorizing, research, and practice», in *The Praeger Handbook on Stress and Coping*, eds A. Monat R. S. Lazarus, and G. M. Reevy (Owings Mills, MD: Praeger), 2007.
3. Maddi S. R. and Khoshaba D. M. *Resilience at Work: How to Succeed No Matter What Life Throws at You*. New York, NY: Amacom Books, 2005.