

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я  
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ  
ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я  
Кафедра загальної та медичної психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА ВИПУСКНА РОБОТА**

на тему:

**«Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у  
міцях позбавлення волі»**

Виконав: здобувач вищої освіти 6 курсу, групи 9902  
напряму підготовки (спеціальності)  
225 «Медична психологія»  
Росоха Ю.Ю.

Керівник: кандидат медичних наук, доцент  
Скоробогатова О.В.

Рецензент: кандидат педагогічних наук, доцент  
Прудка Л.М.

Київ – 2025 рік

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>2</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ.....</b>	<b>6</b>
1.1. Ресоціалізація особистості як предмет наукових досліджень.....	6
1.2. Характеристика психологічних особливостей осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.....	8
1.3. Особливості ресоціалізації як процесу соціально-психологічного і морально-духовного розвитку осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.....	11
<b>Висновки до розділу 1.....</b>	<b>14</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ.....</b>	<b>16</b>
2.1. Особливості організації та проведення емпіричного дослідження.....	16
2.2. Методи та методики емпіричного дослідження.....	18
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	24
<b>Висновки до розділу 2.....</b>	<b>38</b>
<b>РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ.....</b>	<b>41</b>
3.1. Розробка та впровадження програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.....	41
3.2. Аналіз ефективності програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.....	45
<b>Висновки до розділу 3.....</b>	<b>57</b>
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>59</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>63</b>

**ДОДАТКИ.....69**

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Проблема ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, є однією з ключових у сучасній пенітенціарній практиці та психології. Ефективна реінтеграція цих осіб у суспільство не лише сприяє зниженню рівня рецидивної злочинності, але й позитивно впливає на загальний соціально-психологічний клімат, забезпечуючи більш безпечне та гармонійне співіснування громадян. Адже неуспішна ресоціалізація часто призводить до рецидиву кримінальних правопорушень, що тягне за собою нові соціальні та економічні витрати для держави.

В умовах складної соціально-економічної ситуації та сучасної повномасштабної війни на теренах нашої держави, процес повернення до суспільства осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, стає особливо складним і потребує глибокого наукового осмислення. Окрім того, недостатня ефективність існуючих програм ресоціалізації колишніх ув'язнених часто пов'язана з відсутністю глибокого розуміння їхніх індивідуальних психологічних потреб та особливостей. Дослідження домінуючих емоційних станів, рівня соціальної підтримки, особистісних змін та основних побоювань цієї категорії осіб на початковому етапі після звільнення є критично важливим для розробки більш адресних та дієвих подальших втручань.

Не слід забувати й про те, що аналіз рівня задоволеності життям та соціально-психологічної адаптації на початковому етапі ресоціалізації дозволить отримати об'єктивну картину психологічного благополуччя цієї категорії осіб та визначити ключові сфери, які потребують першочергової психологічної корекції та підтримки. До того ж, розуміння психологічних механізмів процесу ресоціалізації цієї категорії осіб є необхідною умовою для побудови більш справедливого та безпечного суспільства.

Проблематикою ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі займалися як вітчизняні, так і зарубіжні вчені. Серед них варто виділити прізвища наступних: Б. Адамс, І. Андрусак, Л. Браун, Г. Гандзілевська,

В. Голіна, О. Зайцев, М. Іванова, Н. Карпенко, Г. Кістяківська, Я. Ковальчук, У. Нікітчук, Я. Олійник, М. Петренко, К. Роджерс, І. Сидоренко, С. Щербак та багато інших. Поряд з тим, проблематика саме психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, сьогодні є практично не розробленою.

Беручи до уваги зазначене вище, виникає гостра необхідність у теоретичному та емпіричному обґрунтуванні психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі. Зазначене дає можливість вести мову про неабияку актуальність дослідження теми даної випускної кваліфікаційної роботи.

**Мета кваліфікаційної роботи** полягає у комплексному і всебічному дослідженні і аналізі психологічних особливостей процесу ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, а також розробці на цій основі відповідної профілактично-корекційної програми.

Дана мета стала причиною виокремлення наступних **завдань дослідження**:

- 1) дослідити сутність ресоціалізації та здійснити характеристику психологічних особливостей осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі;
- 2) проаналізувати особливості ресоціалізації як процесу соціально-психологічного і морально-духовного розвитку осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі;
- 3) описати особливості організації та проведення емпіричного дослідження, а також методичний інструментарій емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі;
- 4) викласти аналіз та інтерпретацію результатів емпіричного дослідження;
- 5) розробити та впровадити програму ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, а також здійснити аналіз її ефективності.

**Об'єкт:** психологічні особливості осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.

**Предметом кваліфікаційної роботи** є психологічні особливості, що впливають на процес ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.

У процесі дослідження було використано комплекс **методів:** *теоретичні методи:* аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури з досліджуваної проблеми; *емпіричні методи:* анкетування (авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі»), методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS), Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс і Р. Даймонд), фокус-групова дискусія, педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний та контрольний етапи); *методи статистичної обробки даних:* кількісний та якісний аналіз отриманих результатів, порівняльний аналіз.

**Наукова новизна дослідження** полягає у: систематизації теоретичних підходів до розуміння психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі; виявленні специфічних емоційних станів, рівня соціальної підтримки, особистісних змін, основних побоювань та психологічних перешкод в процесі ресоціалізації; емпіричному обґрунтуванні ефективності розробленої корекційно-розвивальної програми, спрямованої на оптимізацію процесу ресоціалізації.

**Теоретичне значення дослідження** полягає у поглибленні наукових знань про психологічні механізми ресоціалізації осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, а також розширенні теоретичної бази пенітенціарної психології. Отримані результати можуть бути використані для подальших наукових розвідок у даній галузі.

**Практичне значення дослідження** полягає у можливості використання отриманих емпіричних даних та розробленої корекційно-розвивальної програми у діяльності центрів пробації, соціальних служб та інших установ, що займаються ресоціалізацією колишніх ув'язнених. Практичні рекомендації, сформульовані за

результатами дослідження, можуть сприяти підвищенню ефективності психологічного супроводу процесу ресоціалізації та зниженню рівня рецидивної злочинності.

**Структура та обсяг кваліфікаційної випускної роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, які вміщують в себе вісім підрозділів, висновків до кожного із розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

Загальний обсяг роботи становить – 74 сторінки. Список використаних джерел розміщений на 6 сторінках та становить 65 найменувань.

Робота містить 4 додатків, що розміщені на 6 сторінках, а також 22 рисунки.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ

### 1.1. Ресоціалізація особистості як предмет наукових досліджень

Проблема девіантної поведінки та її наслідків для суспільства зумовлює постійний науковий інтерес до процесів ресоціалізації особистості. У складному переплетінні соціальних, психологічних та правових аспектів, ресоціалізація постає не просто як повернення індивіда до прийнятих норм, а як глибока трансформація його світогляду, цінностей, установок та моделей поведінки. Саме тому, вивчення ресоціалізації є важливим напрямом міждисциплінарних наукових досліджень.

У науковому дискурсі ресоціалізація розглядається як багатогранний процес, що охоплює декілька ключових аспектів. Соціологічний підхід акцентує увагу на впливі соціального середовища, інститутів соціалізації (сім'я, освіта, праця) та соціальних зв'язків на процес адаптації особистості [9, с. 55-63]. Дослідження в цій площині зосереджуються на вивченні ефективності пенітенціарних систем, пробаційних програм, волонтерських ініціатив та громадських організацій у підтримці ресоціалізації [19, с. 78-85].

Психологічний вимір ресоціалізації досліджує внутрішні механізми особистісних змін [1, с. 11-15]. Вивчаються когнітивні та емоційні аспекти девіантної поведінки, психологічні травми, залежності та розлади, що можуть перешкоджати процесу ресоціалізації. Психологічні дослідження спрямовані на розробку та оцінку ефективності індивідуальних та групових психотерапевтичних інтервенцій, спрямованих на корекцію деструктивних установок, розвиток емпатії, самоконтролю та соціальних навичок [15, с. 112-119].

Педагогічний аспект ресоціалізації фокусується на навчанні та вихованні як ключових інструментах формування нових соціально прийнятних моделей

поведінки [12, с. 10-15; 64, с. 101-107]. Вченими досліджуються можливості формальної та неформальної освіти, професійної підготовки, розвитку життєвих навичок та громадянської відповідальності. Педагогічні дослідження аналізують вплив освітніх програм на зниження рівня рецидивної злочинності та підвищення рівня соціальної адаптації звільнених осіб [2, с. 11-19].

Функціонування системи пробації є важливим елементом процесу ресоціалізації [5; 16]. Нормативно-правове регулювання соціального супроводу звільнених осіб відображено у відповідних постановах [17]. Міжнародні стандарти також відіграють значну роль у визначенні підходів до поводження з ув'язненими [14].

Сучасні наукові дослідження в галузі ресоціалізації характеризуються зростаючою міждисциплінарністю та використанням емпіричних методів. Активно застосовуються кількісні та якісні методи дослідження, мета-аналізи для оцінки ефективності різних програм та інтервенцій тощо [65]. Особлива увага приділяється вивченню індивідуальних відмінностей у процесі ресоціалізації, визначенню факторів ризику та протективних факторів [58], а також розробці індивідуалізованих підходів до ресоціалізації.

Проте, незважаючи на значний обсяг наукових досліджень, проблема ресоціалізації залишається складною та багатогранною. Існують виклики, пов'язані з недостатньою координацією між різними інституціями, стигматизацією осіб, які відбули покарання, обмеженими ресурсами та складністю оцінки довгострокових результатів ресоціалізаційних програм.

Отже, ресоціалізація особистості залишається актуальним та важливим предметом наукових досліджень, що потребує подальшого глибокого вивчення для розробки ефективних стратегій повернення особистості до повноцінного соціального життя та забезпечення безпеки суспільства. Наукові розвідки в цій галузі мають безпосереднє практичне значення для вдосконалення пенітенціарної системи, розвитку соціальних служб та формування гуманної та справедливої соціальної політики.

## **1.2. Характеристика психологічних особливостей осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі**

Перебування в пенітенціарних установах являє собою складний та інтенсивний досвід, що неминуче накладає глибокий та багатогранний відбиток на психологічний стан кожної особистості. Цей вплив є результатом взаємодії численних стресових факторів, серед яких домінують обмеження фундаментальних прав і свобод, специфічне та часто вороже соціальне оточення, жорсткі режимні вимоги, тривале відчуження від звичного зовнішнього світу, розрив соціальних зв'язків та неминуча стигматизація після звільнення. Ретельне дослідження психологічних особливостей осіб, які пройшли через цей досвід, є не лише важливим для глибокого розуміння складних процесів їхньої подальшої ресоціалізації, але й для розробки ефективних та науково обґрунтованих програм психологічної підтримки, спрямованих на мінімізацію негативних наслідків ув'язнення та запобігання рецидивній злочинності [1, с. 18-22].

Однією з найбільш помітних характеристик є глибока деформація особистісної сфери. Тривале перебування в умовах соціальної ізоляції, позбавлення самостійності у прийнятті рішень та постійний вплив стресових ситуацій можуть призводити до розвитку цілого спектру негативних рис. Серед них часто спостерігаються підвищена тривожність, неконтрольована дратівливість, нестійкість емоційного фону (емоційна лабільність) та значне зниження рівня самооцінки, що ускладнює процес прийняття себе та свого минулого [54, с. 45-52]. Крім того, в умовах ув'язнення формується специфічна «тюремна субкультура» зі своїми неписаними законами, цінностями та нормами поведінки, яка може глибоко впливати на ціннісні орієнтації та соціальні установки особистості, нерідко сприяючи закріпленню негативних поведінкових моделей, що суперечать загальноприйнятим соціальним нормам [4, с. 75-81]. Ця субкультура може характеризуватися підвищеною агресивністю, цинізмом та недовірою до представників влади та інших соціальних інститутів.

Не менш значущими є когнітивні зміни, що відбуваються внаслідок тривалого перебування в обмеженому середовищі. Відсутність достатньої інтелектуальної стимуляції, монотонність повсякденного життя та обмеження інформаційних потоків можуть призводити до зниження когнітивної гнучкості, погіршення пам'яті та здатності до концентрації уваги [7, с. 115-121]. Водночас, в окремих випадках, як адаптаційна реакція на умови виживання, у осіб, які відбувають покарання, може спостерігатися розвиток специфічних когнітивних стратегій, таких як підвищена пильність, здатність до швидкого розпізнавання потенційних загроз та глибока недовіра до оточуючих, що може ускладнювати подальшу соціальну взаємодію після звільнення. Також можуть спостерігатися зміни у часовій перспективі, зосередженість на сьогоднішні та труднощі з плануванням майбутнього [37, с. 86-101].

Емоційна сфера осіб, які пережили досвід ув'язнення, часто несе на собі відбиток глибоких психологічних травм, пов'язаних як з обставинами вчинення кримінального правопорушення, так і з негативним досвідом перебування у місцях позбавлення волі [11, с. 67-73]. Поширеними емоційними станами є інтенсивні почуття провини перед потерпілими та суспільством, відчуття сорому за скоєне, накопичення образи на систему правосуддя або інших ув'язнених, а також апатія та глибоке почуття безнадійності щодо свого майбутнього [44, с. 98-105]. Відчуження від важливих соціальних зв'язків, втрата підтримки з боку сім'ї та друзів можуть значно посилювати ці негативні емоційні стани, ускладнюючи процес емоційного відновлення [20, с. 130-136]. Тривале перебування у стресовому середовищі може призводити до емоційного вигорання та зниження здатності до емпатії [34].

Процес соціально-психологічної адаптації після звільнення з місць позбавлення волі є надзвичайно складним та багатогранним. Особи, які відбули покарання, часто стикаються зі значними труднощами у відновленні колишніх соціальних зв'язків, налагодженні нових, пошуку стабільної роботи, організації побуту та прийнятті нових соціальних ролей у суспільстві [8, с. 42-48; 59, с. 287-308]. Значну перешкоду на шляху до повноцінної реінтеграції становить

стигматизація з боку суспільства, упереджене ставлення роботодавців та оточуючих, що може призводити до почуття ізоляції та соціальної відчуженості [42; 63]. Правові аспекти соціальної адаптації, такі як обмеження у правах та необхідність дотримання умов пробації, також впливають на цей процес.

Наукові дослідження також послідовно виявляють підвищену схильність осіб, які відбули покарання, до розвитку різноманітних психічних розладів, включаючи депресивні стани, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), різні види тривожних розладів та розлади особистості [30, с. 697-705; 37, с. 86-101]. Наявність супутніх проблем із залежностями, таких як алкогольна чи наркотична залежність, може значно ускладнювати процес ресоціалізації, підвищувати ризик рецидивної поведінки та потребувати комплексного підходу до лікування та реабілітації [22; 41]. Нерідко спостерігається коморбідність психічних розладів та залежностей, що потребує інтегрованих програм лікування [56].

Важливо також підкреслити, що психологічні особливості осіб, які пройшли через ув'язнення, не є однорідними та демонструють значну гетерогенність. На їх формування впливає ціла низка факторів, серед яких важливу роль відіграють тривалість перебування у місцях позбавлення волі, вид скоєного кримінального правопорушення, індивідуальні психологічні характеристики особистості, наявність та якість психологічної підтримки як під час відбування покарання, так і після звільнення, а також соціальне оточення після повернення до суспільства [43; 51]. Важливим є також врахування вікових особливостей та гендерних відмінностей у прояві психологічних наслідків ув'язнення [47].

Таким чином, психологічні наслідки ув'язнення є складними та багатогранними, вони мають наслідком глибоку деформацію особистості, когнітивні зміни, емоційні травми, труднощі соціальної адаптації та підвищений ризик психічних розладів. Ці особливості є гетерогенними та залежать від багатьох індивідуальних та ситуаційних факторів, що потребує глибокого наукового вивчення для розробки ефективних стратегій ресоціалізації. Врахування всього спектру психологічних особливостей цієї вразливої категорії осіб є не лише важливим елементом гуманного ставлення, але й ключовою умовою для побудови

більш справедливої та ефективної системи кримінальної юстиції, спрямованої на зниження рівня злочинності та забезпечення безпеки суспільства.

### **1.3. Особливості ресоціалізації як процесу соціально-психологічного і морально-духовного розвитку осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі**

Процес ресоціалізації осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, являє собою багатогранний і складний шлях відновлення соціальних зв'язків, психологічної рівноваги та морально-духовного становлення. Відбування покарання глибоко впливає на особистість, призводячи до відчуження від звичного соціального контексту, деформації ціннісних орієнтирів та втрати соціальних навичок [54, с. 45]. Ефективна ресоціалізація вимагає цілісного підходу, що охоплює не лише соціальну адаптацію, але й психологічну підтримку та сприяння морально-духовному зростанню.

Однією з найважливіших перешкод на шляху ресоціалізації є глибоко вкорінена в суспільстві стигматизація колишніх ув'язнених [24, с. 78]. Негативні стереотипи та упередження ускладнюють їхнє працевлаштування, відновлення родинних зв'язків та інтеграцію в громаду [61, с. 112]. Подолання цієї стигми потребує системної інформаційно-просвітницької роботи, спрямованої на формування в суспільстві розуміння складності процесу ресоціалізації та необхідності підтримки тих, хто повертається до законослухняного життя [27, с. 91]. Важливо доносити інформацію про успішні випадки ресоціалізації та руйнувати негативні міфи.

Соціально-психологічна адаптація є ключовим аспектом ресоціалізації. Тривала ізоляція призводить до атрофії соціальних навичок, труднощів у комунікації, у розв'язанні конфліктів та розумінні мінливих соціальних норм [33, с. 135]. Програми психологічної підтримки, індивідуальні та групові консультації, тренінги соціальної компетентності відіграють вирішальну роль у відновленні цих

навичок та адаптації до нових соціальних ролей [45, с. 62]. Особливої уваги потребують особи з посттравматичним стресовим розладом, спричиненим перебуванням у місцях позбавлення волі, оскільки нерозв'язані психологічні травми можуть стати серйозною перешкодою на шляху до повноцінної реінтеграції [62, с. 189]. Важливим є також навчання навичок саморегуляції та емоційної стійкості.

Морально-духовний розвиток є фундаментом для стійкої ресоціалізації. Переосмислення минулих вчинків, формування нових етичних принципів та усвідомлення особистої відповідальності за своє майбутнє є критично важливими кроками [38, с. 201]. У цьому контексті програми духовної підтримки, етичного виховання, залучення до благодійної та волонтерської діяльності набувають особливого значення [57, с. 234]. Релігійні та громадські організації можуть виступати важливими партнерами у цьому процесі, надаючи духовну підтримку, сприяючи формуванню позитивних цінностей та допомагаючи знайти сенс життя поза кримінальним середовищем [46, с. 267]. Важливим є також розвиток емпатії та здатності до співчуття.

Підтримка соціального оточення відіграє незамінну роль у процесі ресоціалізації [35, с. 90]. Відновлення та зміцнення сімейних зв'язків, налагодження нових, здорових соціальних контактів, відчуття прийняття та приналежності до громади значно підвищують шанси на успішну реінтеграцію [36, с. 115]. Державні та недержавні організації повинні активно сприяти підтримці таких зв'язків, надаючи консультації сім'ям, організовуючи зустрічі та допомагаючи у вирішенні конфліктів [60, с. 142]. Важливим є також залучення волонтерів, які можуть стати наставниками та прикладом позитивної соціальної поведінки.

Питання працевлаштування є одним з наріжних каменів успішної ресоціалізації. Стабільна робота не лише забезпечує фінансову незалежність, але й сприяє відновленню самоповаги, соціальній інтеграції та відчуттю власної значущості [21]. Державні програми сприяння зайнятості, професійна перепідготовка з урахуванням потреб ринку праці, підтримка підприємницьких

ініціатив колишніх ув'язнених та налагодження співпраці з роботодавцями є ключовими елементами для вирішення проблеми безробіття серед цієї категорії осіб [26]. Важливо також боротися з дискримінацією при прийомі на роботу.

Особливої уваги потребує ресоціалізація осіб, які відбували покарання за тяжкі злочини або мають значний тюремний стаж. Їхня реінтеграція є особливо складною і вимагає інтенсивної, довготривалої та висококваліфікованої підтримки [40]. Індивідуалізовані програми ресоціалізації, розроблені з урахуванням особистісних особливостей, потреб та ризиків кожного, є вкрай важливими [48]. У таких випадках може знадобитися більш глибока психологічна допомога та спеціалізовані програми соціальної адаптації.

Ефективність системи ресоціалізації залежить від злагодженої взаємодії державних органів (пенітенціарної служби, соціальних служб, центрів зайнятості), громадських організацій, волонтерських ініціатив та самих осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі [50, с. 275]. Створення сприятливого законодавчого поля, розробка та фінансування комплексних міжвідомчих програм, обмін кращими практиками та проведення наукових досліджень у цій сфері є важливими передумовами для підвищення ефективності процесу ресоціалізації [49].

Отже, ресоціалізація осіб, які відбули покарання, є багатовимірним процесом, що охоплює соціально-психологічні та морально-духовні аспекти їхнього повернення до повноцінного життя. Вона вимагає комплексного підходу, спрямованого на їхню соціально-психологічну та морально-духовну реабілітацію. Головними перешкодами є суспільна стигматизація та втрата соціальних навичок, які необхідно долати через інформаційно-просвітницьку роботу та програми психологічної підтримки. Морально-духовний розвиток, відновлення соціальних зв'язків та працевлаштування є ключовими факторами успішної реінтеграції. Ефективна ресоціалізація залежить від скоординованої взаємодії держави, громади та самих колишніх ув'язнених.

## Висновки до розділу 1

За підсумками проведеного в рамках першого розділу дослідження, варто зазначити, що ресоціалізація особистості залишається актуальним та важливим предметом наукових досліджень, що потребує подальшого глибокого вивчення для розробки ефективних стратегій повернення особистості до повноцінного соціального життя та забезпечення безпеки суспільства. Наукові розвідки в цій галузі мають безпосереднє практичне значення для вдосконалення пенітенціарної системи, розвитку соціальних служб та формування гуманної та справедливої соціальної політики.

Стало зрозуміло, що психологічні наслідки ув'язнення є складними та багатогранними, вони мають наслідком глибоку деформацію особистості, когнітивні зміни, емоційні травми, труднощі соціальної адаптації та підвищений ризик психічних розладів. Ці особливості є гетерогенними та залежать від багатьох індивідуальних та ситуаційних факторів, що потребує глибокого наукового вивчення для розробки ефективних стратегій ресоціалізації. Врахування всього спектру психологічних особливостей цієї вразливої категорії осіб є не лише важливим елементом гуманного ставлення, але й ключовою умовою для побудови більш справедливої та ефективної системи кримінальної юстиції, спрямованої на зниження рівня злочинності та забезпечення безпеки суспільства.

Переконалися, ресоціалізація осіб, які відбули покарання, є багатовимірним процесом, що охоплює соціально-психологічні та морально-духовні аспекти їхнього повернення до повноцінного життя. Вона вимагає комплексного підходу, спрямованого на їхню соціально-психологічну та морально-духовну реабілітацію. Головними перешкодами є суспільна стигматизація та втрата соціальних навичок, які необхідно долати через інформаційно-просвітницьку роботу та програми психологічної підтримки. Морально-духовний розвиток, відновлення соціальних зв'язків та працевлаштування є ключовими факторами успішної реінтеграції. Ефективна ресоціалізація залежить від скоординованої взаємодії держави, громади та самих колишніх ув'язнених.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ

#### 2.1. Особливості організації та проведення емпіричного дослідження

Організація емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, розпочалася з етапу розробки деталізованого плану дослідження та підготовки необхідного методичного інструментарію.

На цьому підготовчому етапі було визначено ключові принципи проведення дослідження, серед яких:

- принцип об'єктивності, що передбачав мінімізацію суб'єктивного впливу дослідника на процес збору та інтерпретації даних;
- принцип системності, який полягав у розгляді ресоціалізації як складного багаторівневого процесу;
- принцип етичності, що зумовив неухильне дотримання прав та гідності учасників дослідження.

Емпіричне дослідження проводилося в три основні етапи:

- констатувальний етап;
- формувальний етап;
- контрольний етап.

Вибірку дослідження склали 30 респондентів, які на момент проведення дослідження перебували на обліку в Дрогобицькому районному відділі філії Державної установи «Центр пробації» у Львівській області та відповідали попередньо встановленим критеріям включення (зокрема, визначений термін після звільнення з місць позбавлення волі, добровільна згода на участь у дослідженні). Формування вибірки здійснювалося за сприяння співробітників Центру пробації з

урахуванням репрезентативності щодо основних соціально-демографічних характеристик досліджуваної категорії.

Перед початком етапу збору емпіричних даних кожен учасник був детально проінформований щодо мети, процедури та етичних засад дослідження, включаючи гарантування анонімності наданих відповідей та конфіденційності отриманої інформації. Від кожного респондента було отримано письмову інформовану згоду на участь у дослідженні відповідно до чинних етичних норм та положень.

Збір даних відбувався в атмосфері, що сприяла встановленню довірливих відносин та відкритості учасників. Дослідник дотримувався нейтральної позиції спостерігача, здійснював активне слухання та стимулював респондентів до надання розгорнутих відповідей. У разі потреби, дослідник надавав необхідні роз'яснення щодо процедури заповнення методик.

Після завершення етапу первинного збору даних усі отримані емпіричні матеріали були підготовлені до подальшої статистичної обробки та якісного аналізу. На цьому етапі здійснювалася систематизація отриманих даних з метою забезпечення їхньої достовірності.

Отже, емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, було успішно проведено на базі Дрогобицького районного відділу Центру пробації. Вибірка емпіричного дослідження склала 30 респондентів і була сформована відповідно до визначених критеріїв за активного сприяння співробітників установи. Збір первинних даних здійснювався індивідуально з кожним учасником з неухильним дотриманням принципів анонімності та конфіденційності. Ретельна організаційно-методична підготовка та дотримання етичних норм стали ключовими факторами успішної реалізації дослідження в умовах пробаційної установи. В наступному підрозділі буде проведено аналіз та інтерпретацію отриманих результатів емпіричного дослідження.

## 2.2. Методи та методики емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження психологічних особливостей процесу ресоціалізації осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, є багатогранним завданням, що потребує застосування різноманітних методологічних підходів для отримання цілісного розуміння цього складного соціально-психологічного феномену.

Емпіричне дослідження передбачає використання широкого спектру методів збору та аналізу даних, кожен з яких має свої переваги та обмеження. Коротко охарактеризуємо їх нижче.

*1. Метод опитування (включаючи анкетування):* Цей метод передбачає збір інформації про думки, почуття, установки та досвід респондентів за допомогою стандартизованих письмових опитувальників (анкетування) або усних запитань [28, с. 89; 32, с. 87]. Анкетування дозволяє охопити значну кількість респондентів та отримати кількісні дані щодо різних аспектів ресоціалізації, таких як рівень тривожності, самооцінка, соціальна підтримка та готовність до працевлаштування [25, с. 115]. Усні опитування (інтерв'ю), у свою чергу, надають можливість отримати глибинну якісну інформацію про індивідуальні переживання та труднощі, з якими стикаються колишні ув'язнені в процесі реінтеграції [53, с. 181]. Комбінування цих підходів забезпечує як широту, так і глибину дослідження.

*2. Метод спостереження:* Спостереження дозволяє фіксувати поведінку респондентів у природних або контрольованих умовах. Включене або невключене спостереження може надати цінну інформацію про соціальну взаємодію, адаптаційні механізми та поведінкові моделі колишніх ув'язнених у процесі їхньої реінтеграції [55, с. 327].

*3. Аналіз документів:* Вивчення вже існуючих письмових або електронних матеріалів, таких як особисті справи, звіти соціальних служб, листування та публікації, може надати контекстуальну інформацію та виявити тенденції, пов'язані з процесом ресоціалізації [23].

4. *Фокус-групове дослідження*: Організовані групові дискусії під дозволяють виявити колективні думки, спільний досвід та ставлення до проблем ресоціалізації серед різних зацікавлених сторін [39].

5. *Метод експерименту*: Експериментальний метод використовується для встановлення причинно-наслідкових зв'язків між впровадженням певних інтервенцій (наприклад, програм психологічної підтримки) та змінами в психологічному стані або поведінці колишніх ув'язнених [29, с. 280]. Ретельний контроль змінних є ключовим для забезпечення валідності експериментального дослідження.

6. *Якісні методи обробки емпіричних даних*: Для аналізу нечислових даних, отриманих за допомогою якісних методів, застосовуються такі підходи, як контент-аналіз, тематичний аналіз, нарративний аналіз та дискурс-аналіз, що дозволяють глибоко інтерпретувати смисли та контексти, пов'язані з ресоціалізацією.

7. *Кількісні методи обробки емпіричних даних*: Числові дані, отримані за допомогою анкетування, стандартизованих тестів або експериментів, аналізуються, зокрема, за допомогою описової статистики, що дозволяє виявляти статистично значущі закономірності та взаємозв'язки між досліджуваними змінними [31, с. 375].

Отже, ефективне емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації вимагає зваженого підходу до вибору та комбінування різноманітних методів збору та аналізу даних. Застосування як якісних, так і кількісних методів у рамках одного дослідження забезпечує більш повне та глибоке розуміння складної динаміки процесу ресоціалізації.

Окрім того, в рамках даного дослідження нами були використані наступні емпіричні методики:

1) Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха) (Додаток А);

2) Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, The Satisfaction with Life Scale) (Додаток Б);

3) Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд) (Додаток В);

4) Фокус-групова дискусія з особами, які відбули покарання у місцях позбавлення волі щодо особливостей їхньої ресоціалізації.

Нижче наведемо короткі характеристики кожної з них.

**1) Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха)**

Дана анкета, розроблена для дослідження різних психологічних аспектів ресоціалізації людей, які відбули покарання в місцях позбавлення волі. Вона являє собою ретельно підібраний набір з 9 питань, що охоплюють ключові етапи та емоційні стани цього складного періоду. Її унікальність полягає у спробі зазирнути за зовнішні прояви ресоціалізації, досліджуючи внутрішні переживання, страхи та надії, які супроводжують повернення до звичного життя.

Перші питання анкети фокусуються на миттєвих емоційних реакціях, що виникають одразу після звільнення, а також на сприйнятті підтримки чи відчуження з боку найближчого соціального оточення. Це дозволяє зрозуміти первинний емоційний фон та рівень соціальної інтеграції на початковому етапі.

Наступні питання спрямовані на виявлення внутрішніх змін, що могли відбутися під час перебування у місцях позбавлення волі, та їх впливу на сьогоднішній день. Досліджуються також майбутні очікування та побоювання, що є важливими індикаторами психологічного стану та спрямованості особистості. Окрему увагу приділено питанню самоідентифікації та її трансформації після пережитого досвіду.

Важливим аспектом анкети є дослідження психологічних труднощів, з якими стикаються респонденти, таких як тривожність, депресія чи почуття провини. Питання про вплив спогадів про минуле на емоційний стан допомагає оцінити ступінь психологічної травматизації та її довгострокові наслідки.

Завершальні питання анкети стосуються бачення майбутнього, наявності планів та цілей, а також потреб у психологічній та соціальній підтримці. Останнє

питання є своєрідним підсумком, що дозволяє респондентам висловити власне розуміння ключових факторів успішної реінтеграції.

Загалом, ця анкета є спробою створити цілісну картину психологічного стану особи, яка повертається до суспільства після відбуття покарання, з акцентом на її внутрішніх переживаннях, соціальних взаємодіях та баченні майбутнього. Її структура та зміст питань розроблені таким чином, щоб отримати не лише формальні відповіді, але й спонукати до рефлексії та самоаналізу, що є цінним для глибокого розуміння процесу ресоціалізації.

## **2) Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, *The Satisfaction with Life Scale*)**

Дана методика розроблена Е. Дінером із співавторами і являє собою валідний та надійний психометричний інструмент, спрямований на оцінку глобального когнітивного судження індивіда про задоволеність власним життям. На відміну від інструментів, що фокусуються на окремих сферах життєдіяльності, SWLS забезпечує інтегративну оцінку суб'єктивного благополуччя, відображаючи узагальнене сприйняття особистістю якості свого життя в цілому.

Інструментарій SWLS складається з п'яти лаконічних тверджень, що формулюються таким чином, аби охопити широке поле оцінки власного життєвого досвіду. Респондентам пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням за семибальною шкалою Лікерта, варіюючись від «абсолютно не згоден» до «абсолютно згоден». Ключовими елементами, що лежать в основі тверджень шкали, є: відповідність життєвих умов індивідуальним стандартам, загальне відчуття задоволеності перебігом життя, усвідомлення значущості власного існування, прогрес у досягненні особистісно важливих цілей та відсутність вираженого прагнення до фундаментальних змін у житті [3].

Завдяки своїй психометричній обґрунтованості, лаконічності та кроскультурній валідності, SWLS набула широкого застосування в різноманітних галузях психологічних досліджень, включаючи вивчення суб'єктивного благополуччя, психологічного здоров'я, адаптаційних процесів та якості життя різних соціальних груп. Її здатність надавати швидку та надійну оцінку глобальної

задоволеності життям робить її цінним інструментом як для фундаментальних, так і для прикладних досліджень [3].

Отже, у контексті дослідження ресоціалізації осіб, які відбули покарання, SWLS може бути використана для оцінки їхнього загального відчуття задоволеності життям на різних етапах адаптації до нових соціальних умов.

### ***3) Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд)***

Методика діагностики соціально-психологічної адаптації Карла Роджерса та Розалінди Даймонд являє собою інструмент для проникнення у складний внутрішній світ особистості. Її мета – не стільки навісити ярлик «адаптований» чи «не адаптований», скільки розкрити індивідуальну картину того, як людина взаємодіє із соціумом, як вона сприймає себе в цьому контексті та наскільки комфортно вона себе почуває у своєму власному «я» і серед інших людей [52].

Структурно, ця методика зазвичай включає в себе ряд тверджень, що охоплюють різні аспекти соціально-психологічної адаптації. Ці твердження можуть стосуватися самосприйняття, прийняття інших, рівня емоційного комфорту, здатності до встановлення близьких стосунків, реакції на соціальні норми та цінності, а також відчуття власної ефективності у соціальних ситуаціях. Респонденту пропонується оцінити ступінь своєї згоди чи незгоди з кожним твердженням за певною шкалою, найчастіше – шкалою Лікерта, що дозволяє отримати кількісні дані, які відображають якісні характеристики [18].

Особлива цінність цієї методики полягає в її здатності виявляти не лише загальний рівень адаптованості, але й окремі «зони ризику» або сфери, де людина може відчувати значні труднощі. Наприклад, низькі бали за шкалою «прийняття себе» можуть свідчити про внутрішню невпевненість та самокритику, тоді як низькі показники за шкалою «прийняття інших» можуть вказувати на складнощі у встановленні довірливих і близьких стосунків. Високі бали за шкалою «емоційний дискомфорт» можуть бути індикатором внутрішньої напруги та тривожності, що ускладнюють повноцінну соціальну взаємодію.

Отже, методика Роджерса та Даймонд є не просто діагностичним засобом, а й цінним інструментом для розуміння глибинних психологічних процесів, що лежать в основі соціальної адаптації. Вона допомагає не лише констатувати наявність проблем, але й окреслити шляхи до їх подолання, сприяючи особистісному зростанню та покращенню якості життя.

#### ***4) Фокус-групова дискусія з особами, які відбули покарання у місцях позбавлення волі щодо особливостей їхньої ресоціалізації***

Фокус-групова дискусія як метод дослідження являє собою «живу» розмову, керовану психологом, у якій беруть участь декілька осіб, об'єднаних спільним досвідом або характеристикою. У контексті вивчення особливостей ресоціалізації осіб, які повернулися з місць позбавлення волі, цей метод стає своєрідним «колективним інтерв'ю», де в невимушеній атмосфері розкриваються важливі нюанси та спільні закономірності їхнього повернення до суспільства [13].

Унікальність фокус-групи полягає в її здатності виявляти не лише індивідуальні думки та переживання, але й ті соціальні процеси та взаємодії, які формують досвід ресоціалізації. Взаємодія між учасниками, обмін думками, підтримка одних тверджень іншими або ж, навпаки, висловлення різних точок зору – все це створює багатий матеріал для аналізу. Модератор спрямовує розмову, задаючи ключові питання, але водночас залишає простір для спонтанних висловлювань та обговорень, які можуть відкрити несподівані аспекти досліджуваної проблеми.

Під час фокус-групової дискусії з особами, які відбули покарання, можуть порушуватися найрізноманітніші теми: від перших емоцій після звільнення та складнощів із працевлаштуванням до проблем у відновленні соціальних зв'язків та стигматизації з боку суспільства. Учасники можуть ділитися власними стратегіями подолання труднощів, розповідати про підтримку, яку вони отримали або якої потребували, а також висловлювати свої думки щодо того, що, на їхню думку, сприяє або перешкоджає успішній ресоціалізації.

Цінність цього методу полягає ще й у тому, що він дозволяє виявити не лише усвідомлені думки, але й глибинніші почуття та ставлення, які можуть бути

приховані за індивідуальними розповідями [13]. Спостерігаючи за динамікою групи, за мімікою, жестами та інтонаціями учасників, дослідник отримує додаткову інформацію, яка допомагає краще зрозуміти психологічні особливості процесу ресоціалізації та виявити спільні больові точки та потреби цієї соціальної групи. Фокус-група стає своєрідним майданчиком для відвертого діалогу, де голоси тих, хто часто залишається непочутим, можуть бути нарешті почуті.

Таким чином, для емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі нами було обрано та здійснено коротку характеристику чотирьох методик (Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха); Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, The Satisfaction with Life Scale); Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд); Фокус-групова дискусія з особами, які відбули покарання у місцях позбавлення волі щодо особливостей їхньої ресоціалізації).

### **2.3. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження**

У межах констатувального етапу емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, перш за все, було проведено анкетування 30 респондентів, що перебували на обліку в Дрогобицькому районному відділі Центру пробації, на основі *Авторської анкети «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха).*

Метою даного етапу стало виявлення домінуючих емоційних станів, рівня соціальної підтримки, особистісних змін, основних побоювань та психологічних перешкод, з якими стикаються особи на початковому етапі ресоціалізації. Отримані дані дозволяють сформувати первинну картину психологічного благополуччя

досліджуваної групи та обґрунтувати необхідність розробки та впровадження корекційно-розвивальної програми.

Аналіз відповідей на перше запитання анкети виявив широкий спектр емоційних переживань, які супроводжували респондентів у перші дні після звільнення з місць позбавлення волі.

Тривога та невпевненість стали найбільш часто згадуваними емоціями, їх відзначили 24 з 30 опитаних (80% осіб). Це свідчить про значний рівень внутрішньої напруги та невизначеності щодо майбутнього життя на волі, побоювання зіткнутися з невідомими викликами та труднощами ресоціалізації.

Другою за частотою виявилася самотність та відчуженість, яку відчували 18 респондентів (60% осіб). Цей результат може вказувати на послаблення або розрив соціальних зв'язків під час перебування у місцях позбавлення волі, а також на складність їх відновлення на початковому етапі ресоціалізації.

Почуття радості та полегшення від звільнення відчували 15 респондентів (50% осіб). Хоча це є позитивним емоційним маркером, його менша поширеність порівняно з тривогою та самотністю може свідчити про те, що радість звільнення часто затьмарюється іншими, більш тривожними переживаннями.

Здивування від змін у зовнішньому світі відзначили 10 респондентів (33,3% осіб). Тривалий період ізоляції міг призвести до того, що навіть звичайні аспекти повсякденного життя сприймалися як нові та незвичні, викликаючи почуття здивування.

Серед інших емоцій, які респонденти зазначали у вільному полі для відповіді, найчастіше зустрічалися розгубленість (пов'язана з необхідністю самостійно приймати рішення та організувати своє життя), страх перед засудженням з боку суспільства та надія на нове життя (як рушійна сила для подолання труднощів).

Відобразимо це на рис. 2.1.

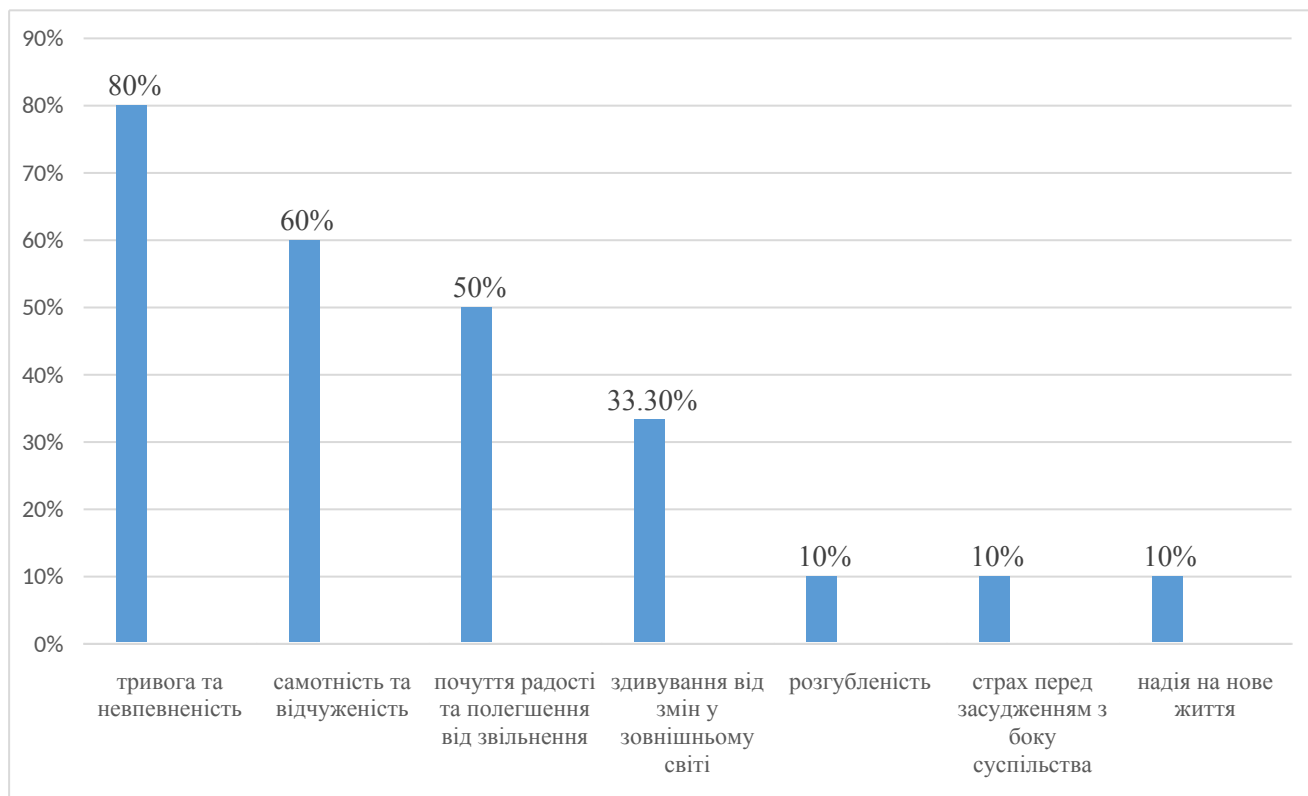


Рис. 2.1. Первинні емоційні переживання після звільнення

Отже, первинний емоційний фон після звільнення для значної частини респондентів характеризується переважанням негативних емоцій, таких як тривога, невпевненість, самотність та відчуженість, що вказує на складний психологічний стан на початковому етапі ресоціалізації.

Оцінка рівня підтримки з боку суспільства (родини, друзів, знайомих) у процесі ресоціалізації показала, що значна частина респондентів відчуває її недостатньо. Зовсім не відчувають підтримки 12 осіб (40%), а відчувають частково – 15 осіб (50%). Лише 3 респонденти (10%) зазначили, що відчувають підтримку в достатній мірі, і жоден респондент не відчув повної підтримки. Ці дані чітко демонструють низький рівень соціальної підтримки, який відчувають особи, що звільнилися з місць позбавлення волі, що може значно ускладнювати процес їхньої реінтеграції в суспільство (рис. 2.2).

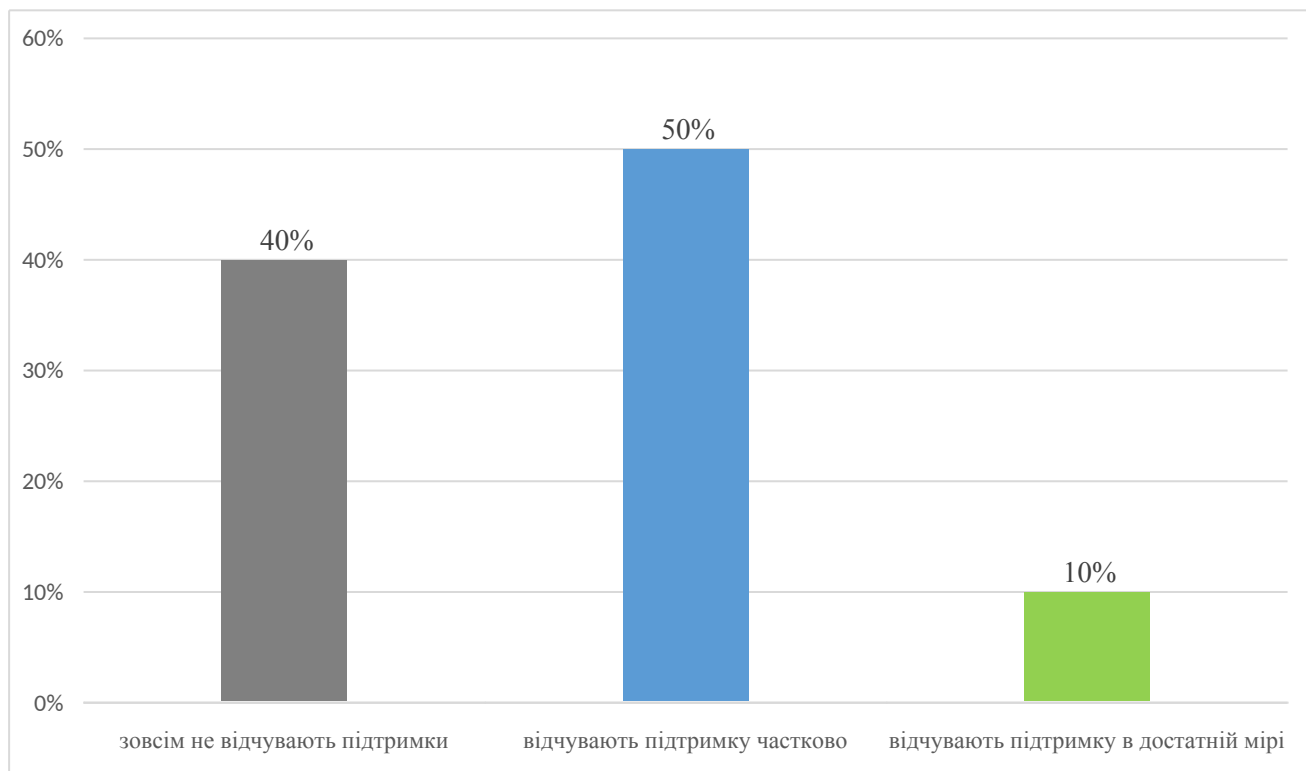


Рис. 2.2. Відчуття підтримки з боку суспільства

Аналіз відповідей на питання щодо впливу особистісних якостей або переконань, що сформувалися під час перебування у місцях позбавлення волі, на теперішнє життя виявив наступне. Найбільший вплив, за оцінками респондентів, має підвищена обережність та недовірливість (обрано 19 респондентами, 63,3%). Це може бути наслідком специфічних умов перебування в місцях позбавлення волі, де часто доводиться проявляти пильність та обережність у міжособистісних стосунках. Розвиток самодисципліни та відповідальності як якість, що впливає на теперішнє життя, відзначили 7 респондентів (23,3%), що є позитивним аспектом, але не є домінуючим. Посилення потреби у самотності відчувають 3 респонденти (10%), що може ускладнювати соціальну адаптацію. Зміну цінностей та пріоритетів як фактор впливу відзначила 1 особа (3,3%). Отже, негативні особистісні зміни, такі як підвищена обережність та недовірливість, мають значний вплив на життя осіб після звільнення (рис. 2.3).

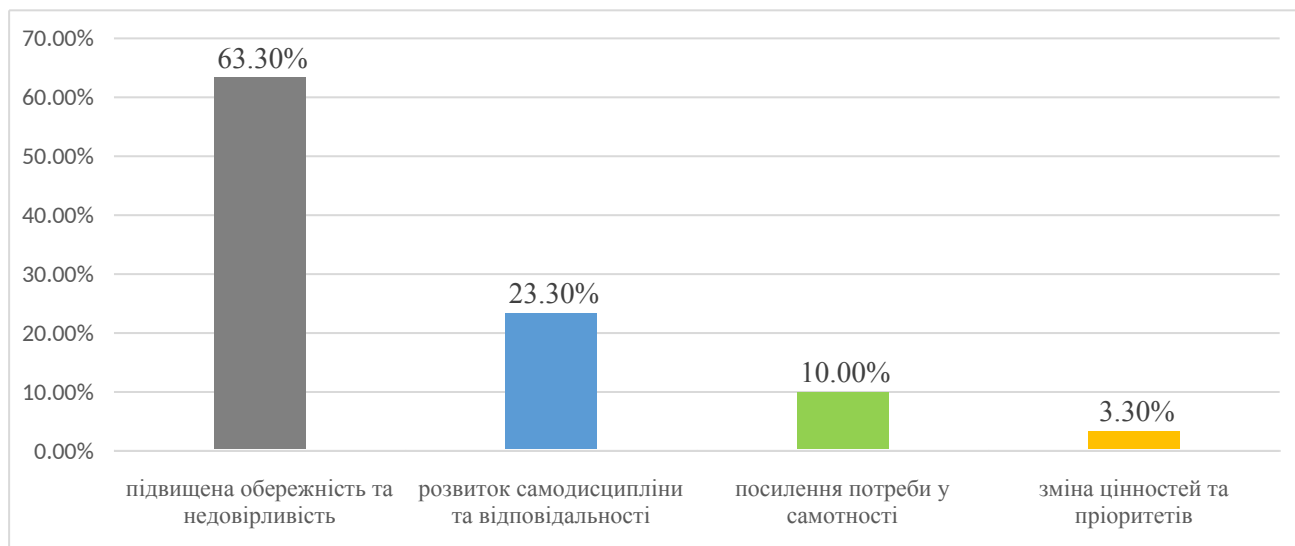


Рис. 2.3. Вплив особистісних якостей, сформованих у місцях позбавлення волі

Щодо основних побоювань стосовно майбутнього поза межами місць позбавлення волі, найбільш значущими виявилися труднощі з працевлаштуванням (обрано 22 респондентами, 73,3%) та неприйняття з боку суспільства (20 респондентів, 66,7%). Ці побоювання є цілком обґрунтованими, враховуючи існуючі стереотипи та упередження щодо осіб, які мають досвід перебування у місцях позбавлення волі. Ризик повернення до злочинної діяльності як основне побоювання зазначили 5 респондентів (16,7%), а самотність та відсутність підтримки непокоять 3 респондентів (10%). Отримані дані свідчать про значну тривогу щодо соціально-економічної інтеграції та стигматизації з боку суспільства (рис. 2.4).

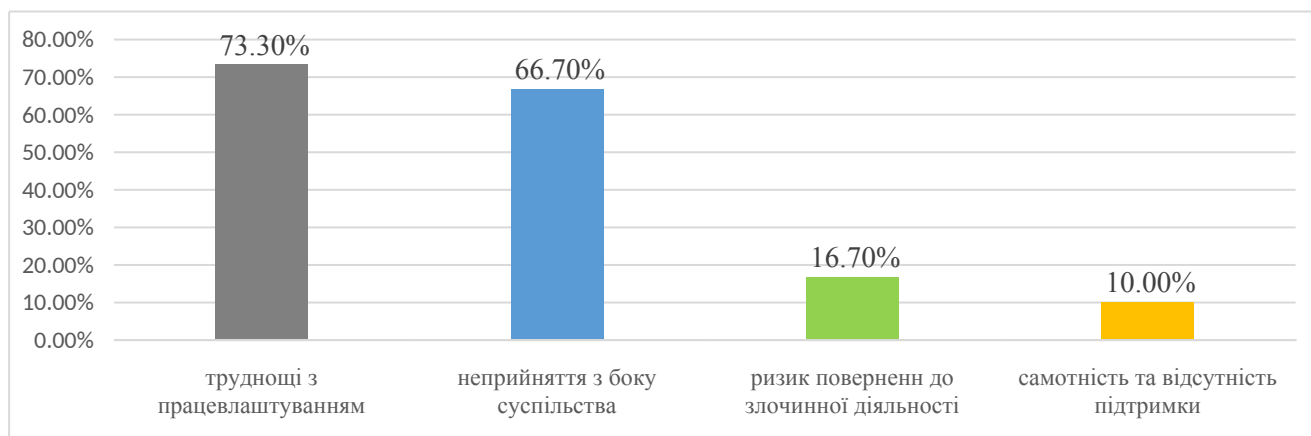


Рис. 2.4. Основні побоювання щодо майбутнього

Серед психологічних перешкод, з якими найчастіше стикаються респонденти у процесі ресоціалізації, домінують тривожність та нервозність (обрано 17 респондентами, 56,7%) та пригнічений настрій та апатія (10 респондентів, 33,3%). Почуття провини або сорому відчують 8 респондентів (26,7%), а труднощі у спілкуванні з людьми – 5 респондентів (16,7%). Ці дані вказують на значний емоційний дискомфорт та можливі проблеми з адаптацією до соціального життя (рис. 2.5).

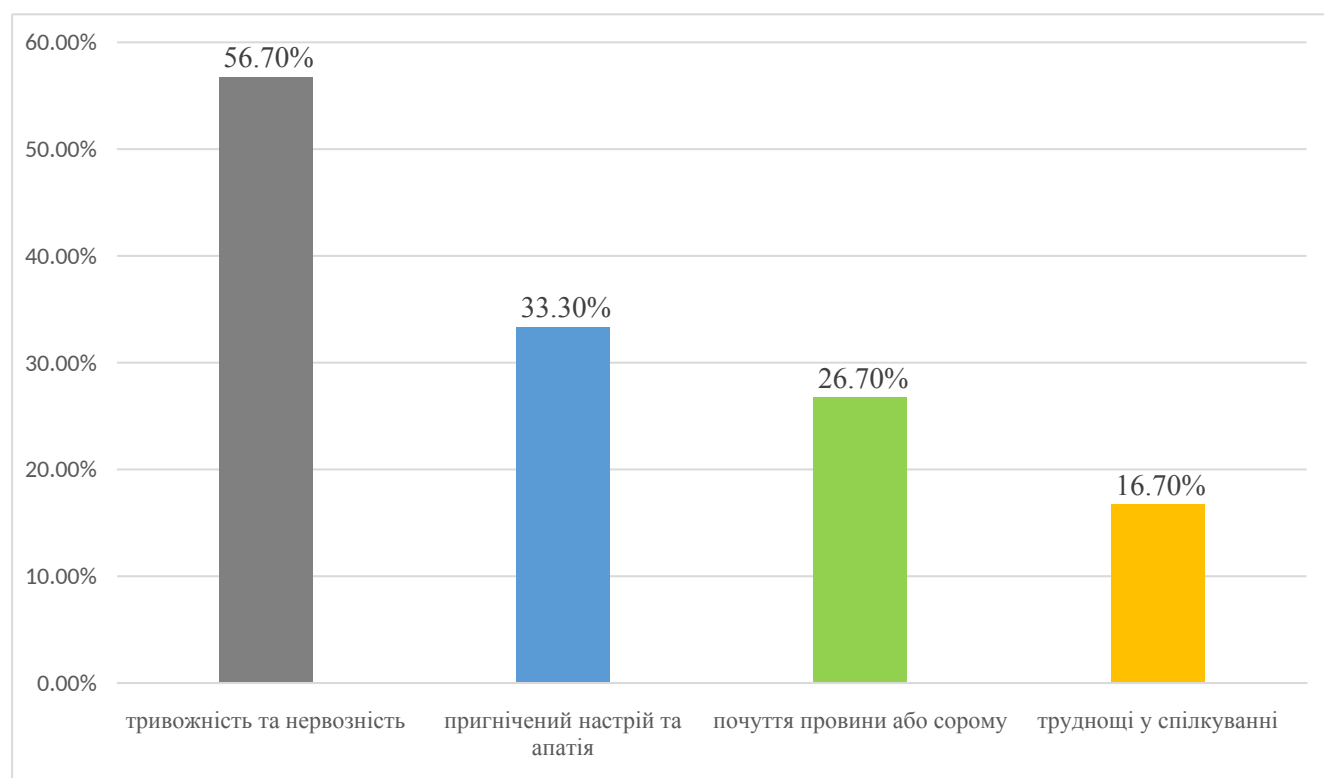


Рис. 2.5. Найчастіші психологічні перешкоди у процесі ресоціалізації

Частота впливу спогадів про перебування у місцях позбавлення волі на емоційний стан респондентів є досить високою. Дуже часто ці спогади впливають на емоційний стан 9 респондентів (30%), досить часто – 11 респондентів (36,7%). Іноді спогади впливають на емоційний стан 8 респондентів (26,7%), і лише 2 респонденти (6,7%) зазначили, що це відбувається рідко або ніколи. Це свідчить про те, що травматичний досвід перебування у місцях позбавлення волі продовжує мати значний вплив на емоційне благополуччя осіб після звільнення (рис. 2.6).

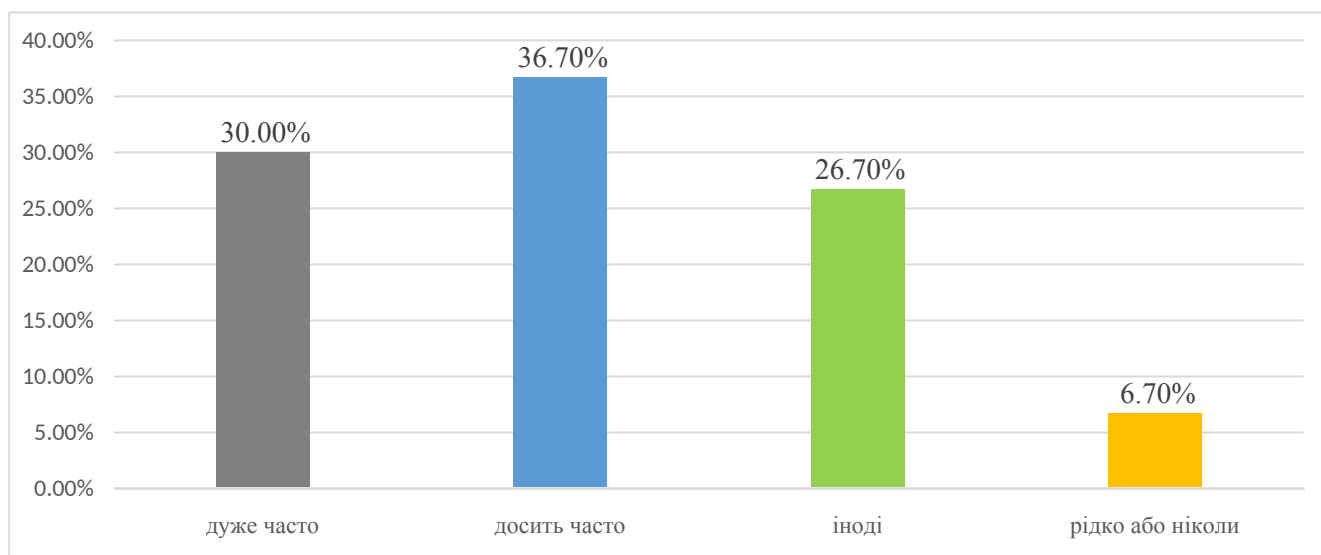


Рис. 2.6. Вплив спогадів про перебування у місцях позбавлення волі на емоційний стан

Оцінка чіткості бачення своїх цілей та планів на найближчі 5 років показала, що більшість респондентів не мають чіткого уявлення про своє майбутнє. Не бачать жодних чітких планів 14 респондентів (46,7%), а бачать деякі загальні напрямки – 12 респондентів (40%). Лише 4 респонденти (13,3%) зазначили, що мають досить чіткі плани у кількох сферах, і жоден респондент не має чітких планів у всіх основних сферах життя. Низький рівень сформованості життєвих планів може бути ознакою дезорієнтації та невпевненості у своїх можливостях (рис. 2.7).

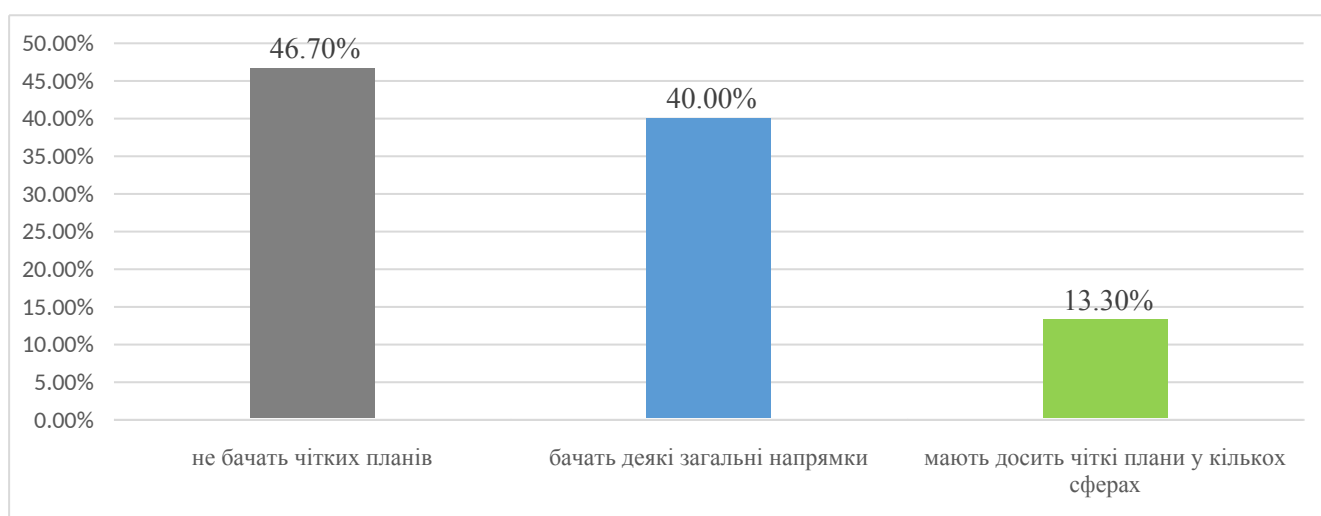


Рис. 2.7. Чіткість бачення цілей та планів на майбутнє

На питання щодо найбільш корисного виду психологічної або соціальної підтримки на даному етапі ресоціалізації, більшість респондентів відзначили

допомогу у працевлаштуванні та соціальній адаптації (обрано 16 респондентами, 53,3%). Індивідуальні консультації з психологом були б корисними для 8 респондентів (26,7%), групи підтримки для осіб з подібним досвідом – для 4 респондентів (13,3%), а підтримка з боку родини та друзів – для 2 респондентів (6,7%). Це підкреслює важливість практичної допомоги у відновленні соціального статусу та подоланні конкретних життєвих труднощів (рис. 2.8).

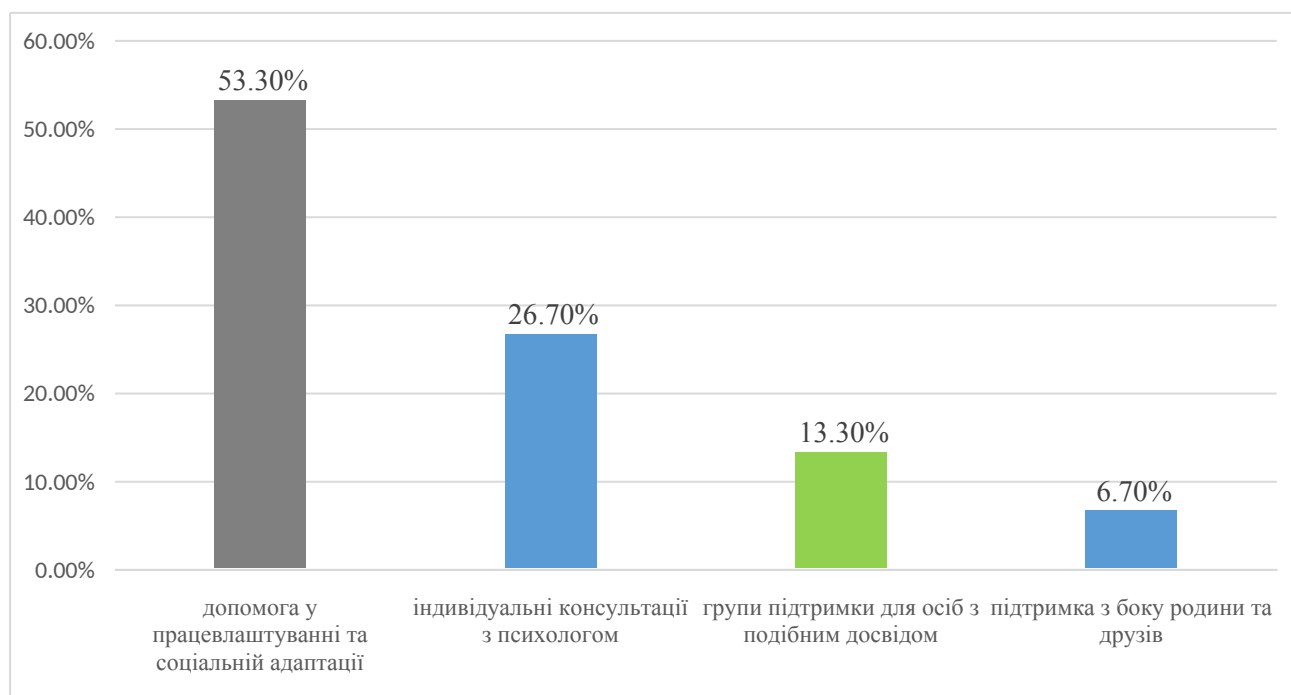


Рис. 2.8. Найбільш корисний вид психологічної або соціальної підтримки

На думку респондентів, внутрішнє бажання змінитися та докладання зусиль є найважливішим фактором для успішної реінтеграції особи у суспільство з психологічної точки зору (обрано 19 респондентами, 63,3%). Підтримку та розуміння з боку суспільства вважають ключовим 7 респондентів (23,3%), можливість знайти роботу та забезпечити себе – 3 респонденти (10%), а відновлення соціальних зв'язків та побудова нових – 1 респондент (3,3%). Це свідчить про розуміння респондентами власної відповідальності у процесі ресоціалізації, але також підкреслює важливість зовнішньої підтримки (рис. 2.9).

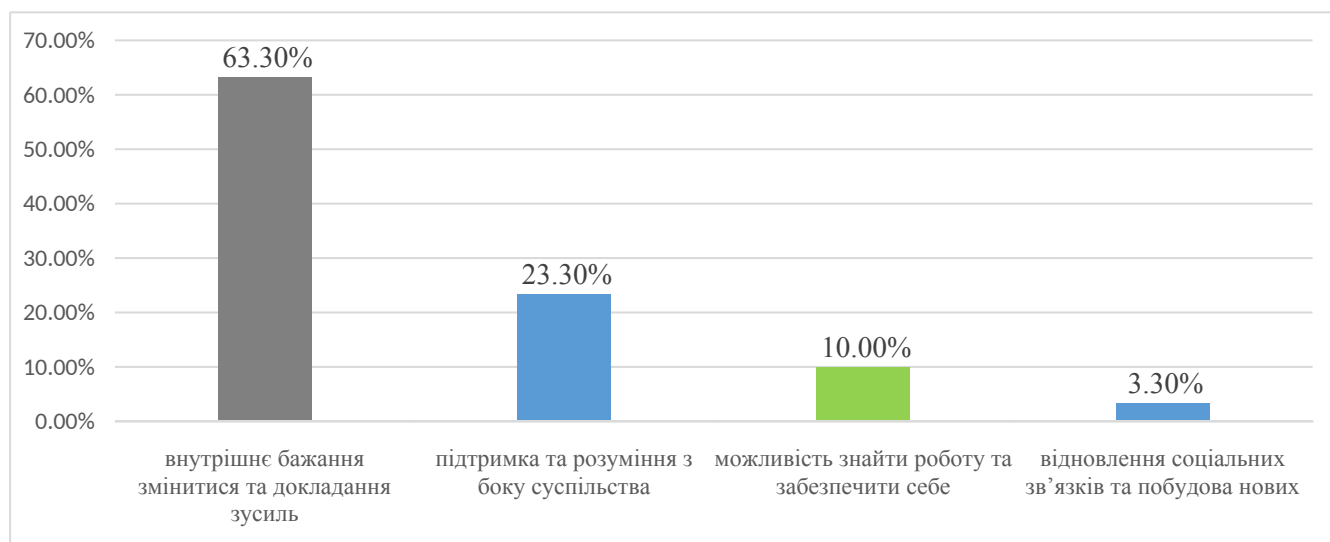


Рис. 2.9. Найважливіше для успішної реінтеграції з психологічної точки зору

Отже, результати проведеного на констатувальному етапі емпіричного дослідження опитування на основі авторської анкети «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» свідчать про наявність значних психологічних труднощів, з якими стикаються особи на початковому етапі ресоціалізації після звільнення з місць позбавлення волі. Домінуючими емоційними станами є тривога, невпевненість, самотність та відчуженість. Респонденти відчувають недостатній рівень соціальної підтримки та мають значні побоювання щодо свого майбутнього, зокрема щодо працевлаштування та неприйняття з боку суспільства. Психологічними перешкодами найчастіше виступають тривожність, нервозність та пригнічений настрій. Спогади про місця позбавлення волі часто негативно впливають на їхній емоційний стан, а більшість респондентів не мають чітких життєвих планів на майбутнє. Найбільш затребуваним видом підтримки є допомога у працевлаштуванні та соціальній адаптації.

Далі відобразимо результати констатувального етапу емпіричного дослідження за методикою «*Шкала задоволеності життям*» (*SWLS, The Satisfaction with Life Scale*)

З метою первинної оцінки рівня задоволеності життям у групі респондентів, які є об'єктом нашого дослідження, було застосовано методику «Шкала

задоволеності життям» (SWLS). Аналіз отриманих даних дозволив зафіксувати загальну картину сприйняття власного життя досліджуваною групою на констатувальному етапі.

Первинна обробка результатів передбачала підрахунок індивідуального сумарного балу за п'ятьма твердженнями шкали для кожного з 30 респондентів. Подальший статистичний аналіз дав змогу визначити розподіл респондентів за рівнями задоволеності життям, відповідно до інтерпретації, запропонованої авторами методики.

Отримані результати свідчать про те, що значна частина досліджуваної групи демонструє недостатньо високий рівень задоволеності життям. Розподіл респондентів за категоріями задоволеності життям виявився наступним:

*Низька задоволеність життям (15 балів і нижче):* Цю категорію склали 8 респондентів, що становить 26,7% від загальної кількості досліджуваних. Отримані низькі бали вказують на виражене несприйняття респондентами більшості аспектів власного життя як таких, що відповідають їхнім ідеалам та очікуванням. Вони схильні вважати умови свого життя незадовільними та відчують брак важливих для себе речей. Більше того, значна частина респондентів цієї групи висловила бажання суттєво змінити своє минуле життя, якби мали таку можливість.

*Деяко низька задоволеність життям (16 – 20 балів):* До цієї групи увійшли 12 респондентів, що становить 40% вибірки. Ці результати свідчать про певну невдоволеність досліджуваних різними сферами свого життя. Хоча їхні оцінки не є критично низькими, вони вказують на наявність значних розбіжностей між бажаним та дійсним станом речей. Респонденти цієї категорії можуть відчувати часткову незадоволеність умовами життя та досягнутими результатами.

*Середня задоволеність життям (21 – 25 балів):* 7 респондентів (близько 23,3%) продемонстрували середній рівень задоволеності життям. Це означає, що вони загалом позитивно оцінюють своє життя, проте не відчують повної гармонії та задоволення у всіх його аспектах. Їхні відповіді можуть свідчити про ситуативну задоволеність окремими сферами при наявності певних проблем чи невирішених питань.

*Висока задоволеність життям (26 – 30 балів):* Лише 3 респонденти (близько 10%) показали високий рівень задоволеності життям. Ці особи загалом позитивно сприймають своє життя, вважають його умови чудовими та відчують, що досягли важливих для себе цілей. Вони менш схильні до жалю про минуле та в більшості аспектів наближаються до власного ідеалу.

*Надзвичайно висока задоволеність життям (31 – 35 балів):* Жоден з респондентів не набрав балів, що відповідали б цій категорії.

Відобразимо це на рис. 2.10.

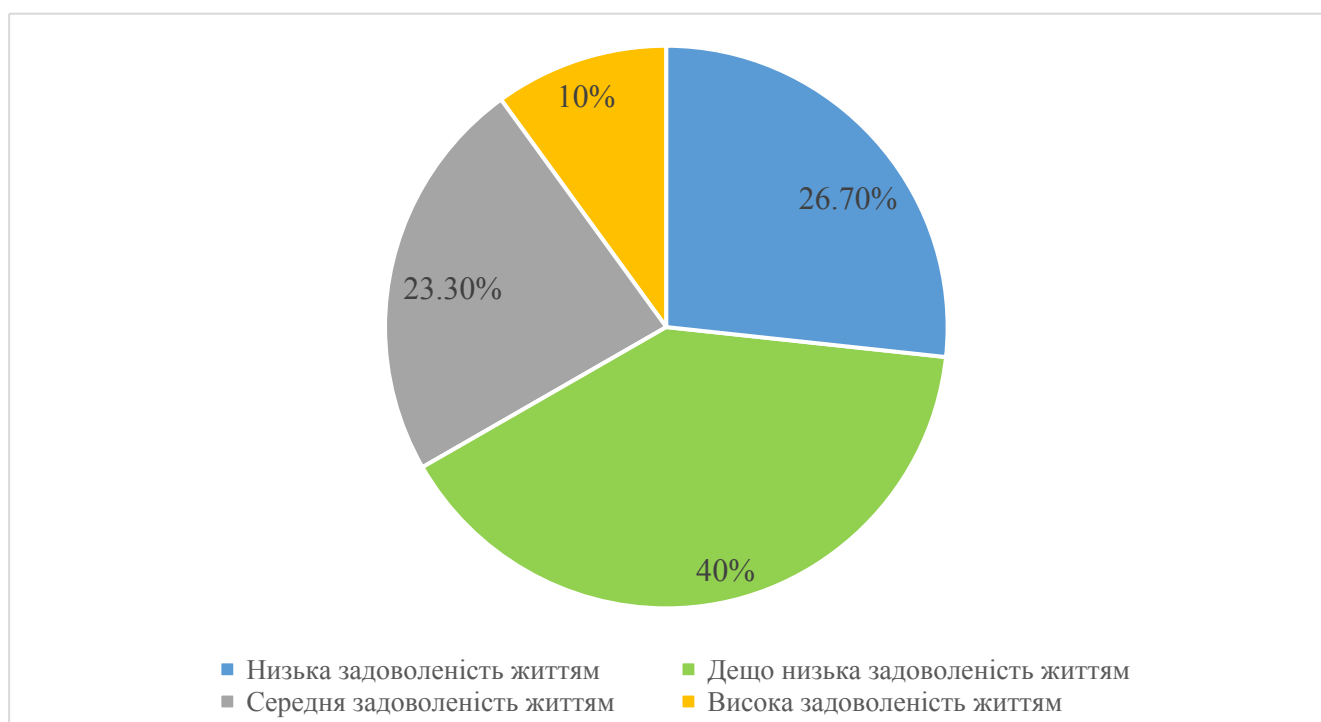


Рис. 2.10. Рівень задоволеності респондентів життям

Отже, результати первинного дослідження за методикою «Шкала задоволеності життям» чітко демонструють, що переважна більшість респондентів на констатувальному етапі мають низький або дещо низький рівень задоволеності життям (сумарно 66,7%). Лише незначна частина респондентів виявила високий або середній рівень задоволеності. Відсутність респондентів з надзвичайно високим рівнем задоволеності життям підкреслює загальну тенденцію до негативного сприйняття власного життєвого досвіду досліджуваною групою.

З метою отримання первинної оцінки рівня соціально-психологічної адаптації досліджуваної групи на констатувальному етапі емпіричного дослідження було використано *Методику психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації* (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд). Завданням даного етапу було виявлення наявного рівня адаптованості досліджуваних до соціального середовища, їхнього сприйняття себе та інших, а також особливостей їхньої соціальної взаємодії.

Первинна обробка даних передбачала підрахунок сумарного балу за десятьма твердженнями методики для кожного з 30 респондентів. На основі отриманих індивідуальних балів було проведено якісний та кількісний аналіз, що дозволив визначити загальний рівень соціально-психологічної адаптації досліджуваної групи та розподіл респондентів за відповідними категоріями.

Аналіз отриманих результатів засвідчив, що значна частина досліджуваних на початковому етапі демонструє недостатньо високий рівень соціально-психологічної адаптації. Розподіл респондентів за рівнями адаптації виявився наступним:

*Дуже низький рівень соціально-психологічної адаптації (10 – 19 балів):* До цієї категорії увійшли 5 респондентів, що становить 16,7% від загальної кількості досліджуваних. Отримані низькі бали вказують на наявність серйозних проблем у соціальній сфері цих осіб. Вони, ймовірно, відчують глибоку ізоляцію, мають значні труднощі з самоприйняттям та сприйняттям інших, а також можуть переживати значний дискомфорт у соціальних взаємодіях.

*Низький рівень соціально-психологічної адаптації (20 – 29 балів):* Найбільша частина досліджуваної групи, а саме 14 респондентів (близько 46,7%), продемонструвала низький рівень соціально-психологічної адаптації. Ці результати свідчать про значні труднощі у соціальній взаємодії, негативне самосприйняття, відчуття відчуження або нерозуміння з боку оточуючих. Респондентам цієї групи може бути складно встановлювати та підтримувати близькі стосунки, приймати соціальні норми та адаптуватися до змін.

*Середній рівень соціально-психологічної адаптації (30 – 39 балів):* 9 респондентів (близько 30%) показали середній рівень соціально-психологічної адаптації. Це означає, що вони демонструють загалом задовільний рівень пристосування до соціального середовища, проте можуть відчувати певні труднощі в окремих аспектах соціального життя або мати потенціал для подальшого розвитку адаптивних можливостей.

*Високий рівень соціально-психологічної адаптації (40 – 50 балів):* Лише 2 респонденти (близько 6,7%) продемонстрували високий рівень соціально-психологічної адаптації. Ці особи, ймовірно, відчують себе добре інтегрованими в соціальне середовище, мають позитивні міжособистісні стосунки, приймають себе та інших, є відкритими до нового досвіду та здатними до гнучкості у соціальних взаємодіях.

Відобразимо відповідні результати на рис. 2.11.

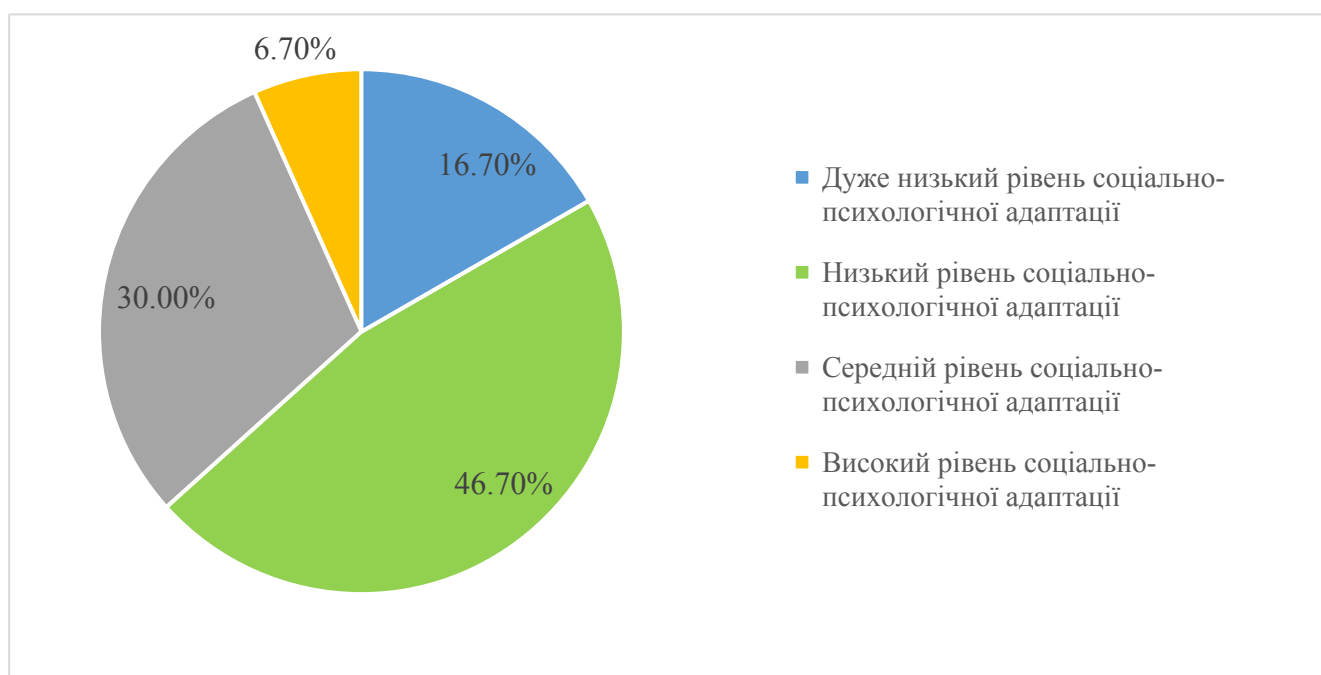


Рис. 2.11. Рівні соціально-психологічної адаптації респондентів

Отже, результати констатувального етапу дослідження за Методикою психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонд чітко вказують на те, що переважна більшість досліджуваних (сумарно 63,4%) мають низький або дуже низький рівень соціально-психологічної адаптації.

Тобто, у переважаючої більшості спостерігалися ознаки розладів адаптації, яким МКХ-10 відповідає F43.2. Лише незначна частина респондентів демонструє високий рівень адаптованості. Переважання низьких показників свідчить про наявність значних труднощів у соціальній сфері досліджуваної групи.

З метою глибинного вивчення особливостей процесу ресоціалізації осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, на констатувальному етапі нашого дослідження було проведено *фокус-групову дискусію*. Участь у дискусії взяли 30 респондентів, які мають досвід відбування покарання. Основною метою цього етапу було виявлення ключових проблем, з якими стикаються особи після звільнення, їхніх потреб та бар'єрів на шляху до повноцінного повернення до суспільного життя. Отримані якісні дані є важливим доповненням до результатів попередніх методик дослідження та слугуватимуть основою для розробки ефективної програми сприяння ресоціалізації.

Зазначимо, що процес фокус-групової дискусії був організований таким чином, щоб створити атмосферу відкритості та довіри, сприяючи вільному обміну думками та досвідом між учасниками. Обговорення охоплювало широке коло питань, пов'язаних із соціальною адаптацією після звільнення, працевлаштуванням, відновленням сімейних зв'язків, стигматизацією з боку суспільства та доступом до необхідної підтримки.

Аналіз фокус-групової дискусії виявив низку проблем, що свідчать про складність та проблематичність процесу ресоціалізації для більшості учасників на початковому етапі:

1. *Стигматизація та упереджене ставлення*: Більшість респондентів відчують постійну стигму минулого, що ускладнює працевлаштування та соціальні контакти. Відмови у роботі через судимість викликають зневіру.

2. *Труднощі з працевлаштуванням та економічна нестабільність*: Відсутність роботи через судимість та брак кваліфікації є значною перешкодою, що призводить до фінансової залежності та соціальної ізоляції.

3. *Проблеми з відновленням соціальних зв'язків та самотність:* Відновлення стосунків з родиною та друзями є складним, відчувається нерозуміння та втрата колишніх контактів.

4. *Недостатність підтримки:* Респонденти відзначають брак ефективної психологічної та соціальної допомоги після звільнення, що ускладнює адаптацію.

5. *Внутрішні психологічні труднощі:* Почуття провини, тривожність та низька самооцінка є значними внутрішніми бар'єрами.

Отже, результати фокус-групи показують, що особи після звільнення стикаються зі значними перешкодами у ресоціалізації, включаючи стигматизацію, проблеми з роботою та соціальними зв'язками, недостатню підтримку та внутрішні психологічні труднощі. Ці та попередні дані обґрунтовують необхідність розробки та впровадження програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі для сприяння їхній успішній інтеграції в суспільство.

## **Висновки до розділу 2**

Підсумовуючи проведене в 2 розділі дослідження, варто зазначити, що емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, було успішно проведено на базі Дрогобицького районного відділу Центру пробації. Вибірка емпіричного дослідження складала 30 респондентів і була сформована відповідно до визначених критеріїв за активного сприяння співробітників установи. Збір первинних даних здійснювався індивідуально з кожним учасником з неухильним дотриманням принципів анонімності та конфіденційності. Ретельна організаційно-методична підготовка та дотримання етичних норм стали ключовими факторами успішної реалізації дослідження в умовах пробаційної установи.

Ефективне емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації вимагало зваженого підходу до вибору та комбінування різноманітних методів збору та аналізу даних. Застосування як якісних, так і

кількісних методів у рамках одного дослідження забезпечує більш повне та глибоке розуміння складної динаміки процесу ресоціалізації. Анкетування та опитування надають широку картину поширеності певних явищ, інтерв'ю та фокус-групи розкривають індивідуальні та групові переживання, спостереження фіксує реальну поведінку, а експеримент дозволяє оцінити ефективність втручань. Ретельний аналіз зібраних даних, відповідно до обраних методів, є запорукою отримання науково обґрунтованих та практично значущих результатів у сфері підтримки осіб, які ресоціалізуються до суспільства після відбуття покарання.

Для емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі нами було обрано та здійснено коротку характеристику чотирьох методик (Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха); Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, The Satisfaction with Life Scale); Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд); Фокус-групова дискусія з особами, які відбули покарання у місцях позбавлення волі щодо особливостей їхньої ресоціалізації).

Комплексний аналіз результатів чотирьох діагностичних методик на констатувальному етапі дослідження виявив значні психологічні та соціально-адаптаційні труднощі в осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі. Відтак, авторська анкета показала домінування тривоги, невпевненості, самотності та відчуження, а також недостатній рівень соціальної підтримки та побоювання щодо працевлаштування й неприйняття. Психологічними перешкодами є тривожність, нервозність і пригнічений настрій, а негативні спогади про ув'язнення впливають на емоційний стан. Головною потребою є допомога у працевлаштуванні та соціальній адаптації.

Методика «Шкала задоволеності життям» зафіксувала переважно низький рівень задоволеності життям, що свідчить про негативне сприйняття власного життєвого досвіду досліджуваною групою.

Методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонд виявила низький або дуже низький рівень адаптації у переважної більшості респондентів. Тобто, у переважаючої більшості спостерігалися ознаки розладів адаптації, яким МКХ-10 відповідає F43.2. Це проявляється у труднощах із соціальними контактами, негативному самосприйнятті та емоційному дискомфорту.

Фокус-групова дискусія висвітлила проблеми стигматизації, труднощі з працевлаштуванням та відновленням соціальних зв'язків, недостатність підтримки та внутрішні психологічні бар'єри.

Таким чином, результати констатувального етапу чітко демонструють наявність серйозних психологічних і соціальних проблем, що ускладнюють ресоціалізацію осіб після звільнення. Ці дані обґрунтовують необхідність розробки та впровадження програми ресоціалізації, спрямованої на покращення їхнього психологічного стану та рівня соціальної адаптації. Отримані результати є базовими для подальшої оцінки ефективності цієї програми.

## РОЗДІЛ 3

### ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ВІДБУЛИ ПОКАРАННЯ У МІСЦЯХ ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ

#### 3.1. Розробка та впровадження програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі

Зважаючи на виявлені значні труднощі в процесі ресоціалізації в осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, нами було розроблено та апробовано відповідну програму ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі *«Шлях до повернення. Перші кроки»* (формульований етап). Програма зосереджена на комплексному підході, що враховує індивідуальні потреби та сприяє першим крокам на шляху до ресоціалізації.

*Мета програми:* сприяння початковій психологічній підтримці та розвитку базових соціально-комунікативних навичок в осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі з метою їхньої ресоціалізації.

*Основні принципи програми:*

- 1) Доступність: Програма розроблена для реалізації одним студентом-психологом, що володіє відповідними знаннями, без залучення додаткових фахівців.
- 2) Практичність: Акцент на конкретних вправах та техніках, які можна опанувати самостійно.
- 3) Підтримка: Створення атмосфери емпатії та розуміння.
- 4) Поетапність: Програма поділена на чіткі, послідовні кроки [7; 10].

*Основні етапи та заходи програми (формат тренінгових зустрічей):*

Програма розрахована на 4 індивідуальні або групові зустрічі (залежно від можливостей та потреб дослідження), кожна тривалістю до 1.5 години.

**Зустріч 1:** «Знайомство та перші кроки до ресоціалізації» (Фокус: Стабілізація та Самопізнання)

Мета: Встановлення контакту, зниження початкової тривожності, сприяння усвідомленню власних емоцій та потреб.

Зміст:

Знайомство, обговорення формату роботи та принципів конфіденційності.

Вправа «Колесо Життя»: Візуалізація різних сфер життя (робота, стосунки, дозвілля, саморозвиток) та їх оцінка учасником. Обговорення пріоритетних сфер для відновлення.

Техніка «Квадрат Дихання»: Проста вправа для зниження рівня стресу та тривожності. Практичне освоєння.

Рефлексія: Обговорення відчуттів після вправ, відповіді на питання. Домашнє завдання: спостереження за своїми емоційними реакціями протягом тижня.

**Зустріч 2:** «Соціальні Зв'язки: Відновлення та Побудова» (Фокус: Комунікація та Підтримка)

Мета: Розвиток базових комунікативних навичок, усвідомлення важливості соціальної підтримки та способів її пошуку.

Зміст:

Обговорення домашнього завдання, обмін досвідом.

Вправа «Активне Слухання»: Практика навичок уважного слухання та емпатичного реагування в простих діалогах.

Рольова гра «Прохання про Допомогу»: Моделювання ситуацій звернення за підтримкою до близьких або соціальних служб.

Інформаційне повідомлення про доступні ресурси підтримки (на рівні міста/громади, якщо такі є і студент про них знає).

Рефлексія: Обговорення складностей та інсайтів. Домашнє завдання: спробувати ініціювати невелику розмову з кимось із оточення.

**Зустріч 3:** «Впевненість у Собі: Крок за Кроком» (Фокус: Самооцінка та Постановка Цілей)

Мета: Підвищення рівня самоповаги, формування позитивного образу «Я», навчання простим технікам постановки досяжних цілей.

Зміст:

Обговорення досвіду попереднього тижня.

Вправа «Мої Сильні Сторони»: Виявлення та усвідомлення власних позитивних якостей та досягнень (навіть невеликих).

Техніка «Маленьких Кроків»: Навчання розбивати великі завдання на менші, досяжні цілі. Практичне планування однієї-двох невеликих цілей на найближчий час.

Вправа «Позитивні Твердження (афірмації)»: Ознайомлення з простими позитивними твердженнями та їхнє практичне використання.

Рефлексія: Обговорення відчуттів та планів. Домашнє завдання: щоденне використання обраних позитивних тверджень та спроба реалізації запланованих маленьких кроків.

**Зустріч 4:** «Підсумки та Подальші Перспективи» (Фокус: Рефлексія та Планування Майбутнього)

Мета: Підведення підсумків програми, закріплення отриманих навичок, формування бачення подальших кроків до ресоціалізації.

Зміст:

Обговорення досвіду реалізації домашнього завдання.

Вправа «Мій Прогрес»: Порівняння самооцінки та відчуттів на початку та в кінці програми. Визначення ключових змін.

Техніка «Планування на Майбутнє»: Складання простого плану подальших дій у сфері соціальної адаптації (наприклад, пошук інформації про працевлаштування, відновлення контактів з родиною).

Надання інформації про можливі подальші джерела підтримки.

Завершення зустрічі, зворотний зв'язок від учасника щодо програми.

*Очікувані результати програми (на рівні початкових змін):*

- Зниження рівня емоційного дискомфорту та тривожності.
- Покращення розуміння власних емоцій та потреб.
- Розвиток базових навичок спілкування.
- Підвищення віри у власні сили та можливості.

- Формування перших кроків до постановки та досягнення невеликих цілей.
- Підвищення усвідомлення важливості соціальної підтримки.

Деякі зразки роздаткових матеріалів та короткого опису вправ, що були використані в рамках апробації цієї програми, викладено в Додатку Г.

Отже, процес впровадження розробленої програми включав серію індивідуальних та групових зустрічей з особами, які звільнилися з місць позбавлення волі, проведених у зручному та конфіденційному форматі. Кожна зустріч була чітко структурована та охоплювала заплановані вправи та обговорення, спрямовані на досягнення мети кожного етапу програми. Під час впровадження було створено атмосферу підтримки та відкритості, заохочуючи активну участь та рефлексію з боку учасників. Гнучкість програми дозволила адаптувати деякі елементи з урахуванням індивідуальних потреб та особливостей кожної особи.

Таким чином, нами була розроблена та апробована програма ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі «Шлях до повернення. Перші кроки». Її суть полягає в проведенні серії з чотирьох тренінгових зустрічей, спрямованих на початкову психологічну підтримку та розвиток базових соціально-комунікативних навичок. Програма фокусується на усвідомленні емоцій, відновленні соціальних зв'язків, підвищенні впевненості в собі та формуванні перших кроків до самостійного планування майбутнього. Унікальність підходу полягає в його доступності та акценті на конкретних практичних вправах, адаптованих для початкового етапу ресоціалізації. Очікується, що програма сприятиме зниженню емоційного дискомфорту та активізації процесу ресоціалізації учасників.

### **3.2. Аналіз ефективності програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі**

У межах контрольного етапу емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, після впровадження розробленої корекційно-розвивальної програми, повторно було проведено анкетування тих самих 30 респондентів, що перебували на обліку в Дрогобицькому районному відділі Центру пробації, на основі *Авторської анкети «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха)*.

Метою даного етапу стало фіксування позитивних змін у домінуючих емоційних станах, рівні соціальної підтримки, особистісних змінах, основних побоюваннях та психологічних перешкодах, які спостерігаються після впровадження програми. Порівняльний аналіз отриманих даних з результатами констатувального етапу дозволяє оцінити ефективність розробленої програми.

Аналіз відповідей на перше питання анкети виявив значне зменшення негативних емоційних переживань, які супроводжували респондентів на початковому етапі ресоціалізації. Відтак, тривога та невпевненість значно зменшилися, їх відзначили лише 8 з 30 опитаних (26,7% осіб). Це свідчить про зниження рівня внутрішньої напруги та зростання впевненості щодо майбутнього життя на волі, зменшення побоювань зіткнутися з невідомими викликами та труднощами ресоціалізації.

Самотність та відчуженість також істотно знизилися, їх відчували лише 5 респондентів (16,7% осіб). Цей позитивний результат може вказувати на відновлення або налагодження соціальних зв'язків завдяки впровадженій програмі.

Почуття радості та полегшення від звільнення зросло, його відзначили 22 респонденти (73,3% осіб). Збільшення позитивних емоційних маркерів свідчить про покращення загального емоційного стану респондентів.

Здивування від змін у зовнішньому світі практично зникло, його відзначили лише 2 респонденти (6,7% осіб). Це може свідчити про успішнішу адаптацію до повсякденного життя після тривалого періоду ізоляції.

Серед інших емоцій, які респонденти зазначали у вільному полі для відповіді, значно рідше зустрічалися розгубленість та страх перед засудженням. Натомість частіше згадувалася рішучість та оптимізм щодо майбутнього (рис. 3.1).

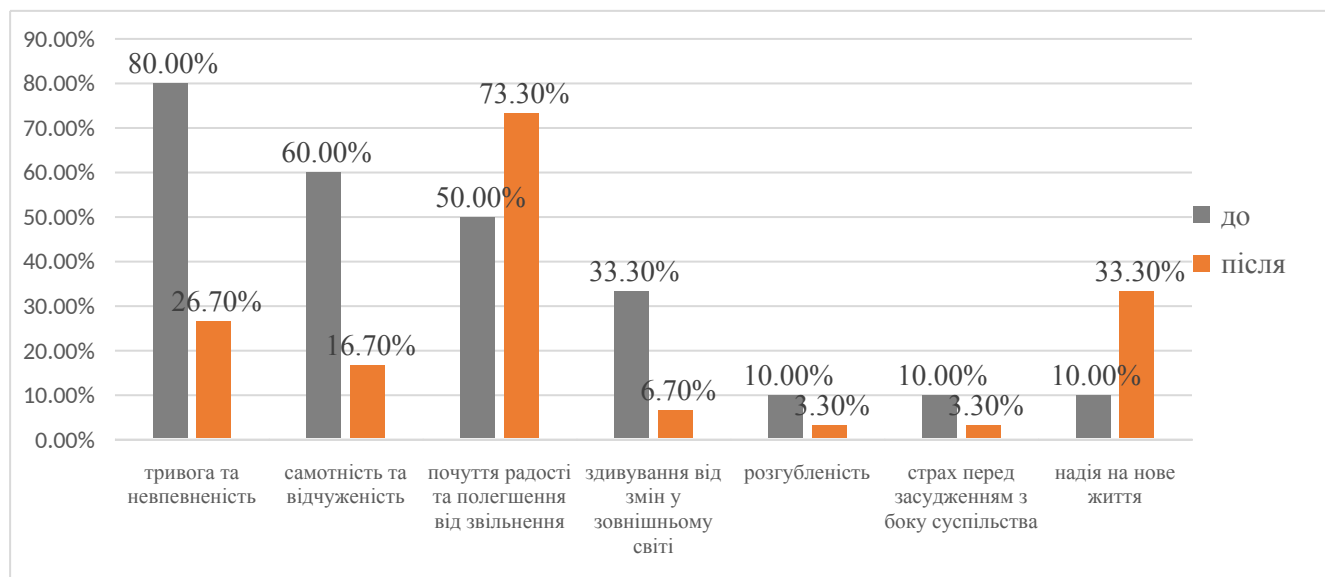


Рис. 3.1. Порівняння первинних емоційних переживань після звільнення до та після впровадження програми

Отже, повторний емоційний фон після впровадження програми для більшості респондентів характеризується переважанням позитивних емоцій та значним зниженням негативних переживань, що вказує на покращення психологічного стану.

Оцінка рівня підтримки з боку суспільства (родини, друзів, знайомих) у процесі ресоціалізації показала позитивну динаміку. Відтепер зовсім не відчувають підтримки лише 3 особи (10%), а відчувають частково – 12 осіб (40%). Кількість респондентів, які зазначили, що відчувають підтримку в достатній мірі, зросла до 10 осіб (33,3%), а 5 респондентів (16,7%) вперше відчули повну підтримку. Ці дані чітко демонструють зростання рівня соціальної підтримки, яку відчувають особи,

що звільнилися з місць позбавлення волі, що сприяє їхній успішнішій реінтеграції в суспільство (рис. 3.2).

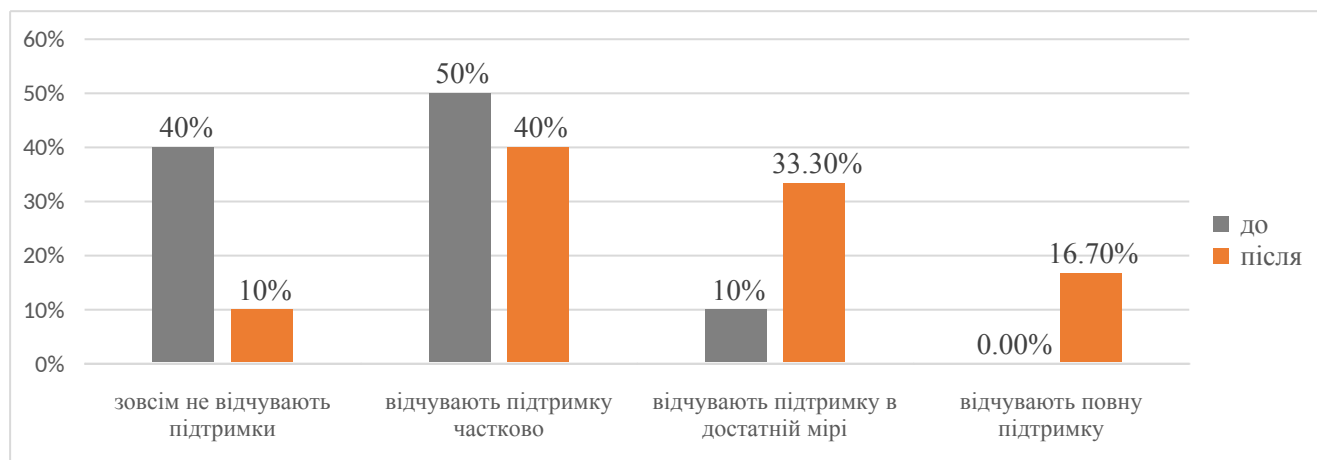


Рис. 3.2. Відчуття підтримки з боку суспільства (до та після впровадження програми)

Аналіз відповідей на питання щодо впливу особистісних якостей або переконань, що сформувалися під час перебування у місцях позбавлення волі, на теперішнє життя виявив позитивні зміни. Вплив підвищеної обережності та недовірливості значно зменшився (обрано 7 респондентами, 23,3%). Натомість розвиток самодисципліни та відповідальності як якості, що впливає на теперішнє життя, відзначили 18 респондентів (60%), що є значним позитивним зрушенням. Посилення потреби у самотності відчуває лише 1 особа (3,3%), а зміну цінностей та пріоритетів як фактор впливу відзначили 4 особи (13,3%), причому ці зміни мають переважно позитивний характер, спрямований на соціальну адаптацію. Отже, спостерігається зменшення впливу негативних особистісних змін і зростання позитивних, що сприяє кращій ресоціалізації осіб після звільнення (рис. 3.3).

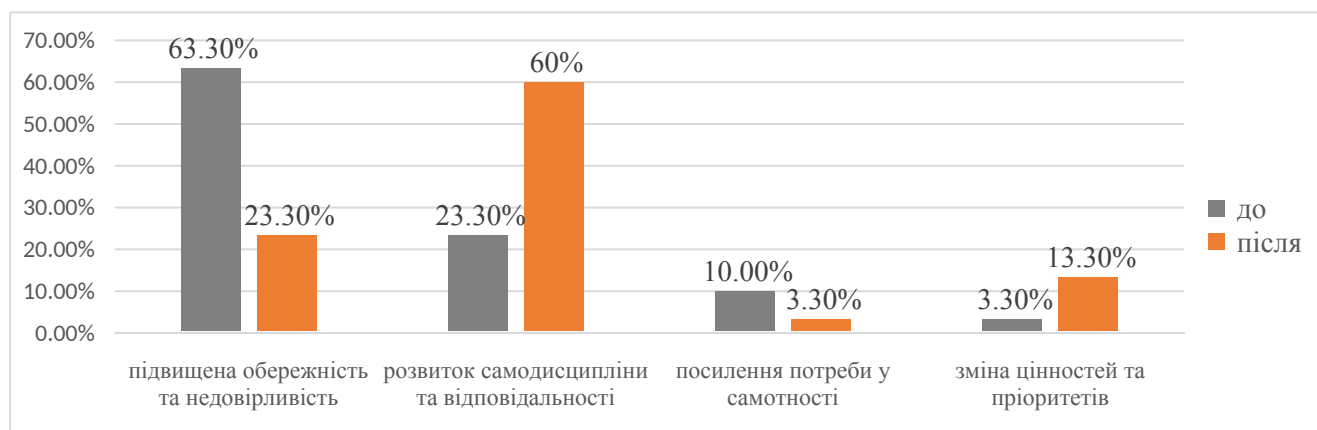


Рис. 3.3. Вплив особистісних якостей, сформованих у місцях позбавлення волі (до та після впровадження програми)

Щодо основних побоювань стосовно майбутнього поза межами місць позбавлення волі, їхня інтенсивність та поширеність значно зменшилися. Труднощі з працевлаштування турбують 10 респондентів (33,3%), а неприйняття з боку суспільства – 8 респондентів (26,7%). Ці показники свідчать про зниження рівня тривоги щодо соціально-економічної інтеграції та стигматизації. Ризик повернення до злочинної діяльності як основне побоювання зазначили лише 2 респонденти (6,7%), а самотність та відсутність підтримки непокоять лише 1 респондента (3,3%). Отримані дані свідчать про значне зниження тривоги щодо майбутнього та зростання впевненості (рис. 3.4).

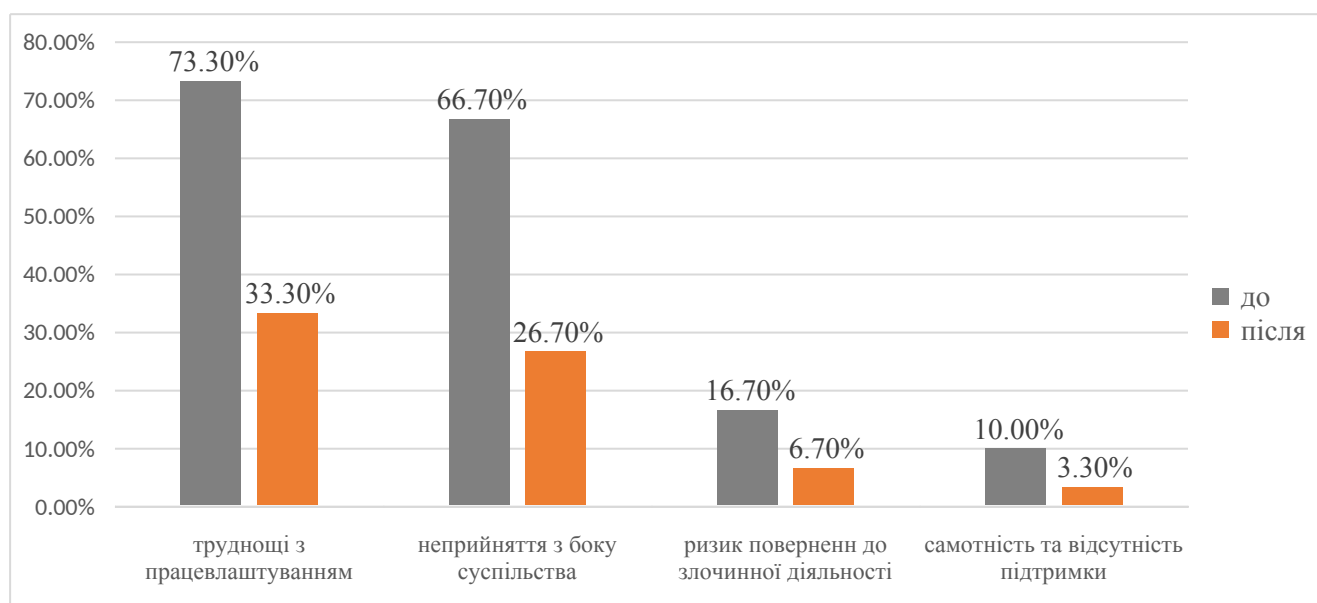


Рис. 3.4. Основні побоювання щодо майбутнього (до та після впровадження програми)

Серед психологічних перешкод, з якими стикаються респонденти у процесі ресоціалізації, спостерігається значне зменшення їхнього впливу. Тривожність та нервозність відзначили лише 6 респондентів (20%), а пригнічений настрій та апатію – 3 респонденти (10%). Почуття провини або сорому відчувають 2 респонденти (6,7%), а труднощі у спілкуванні з людьми – лише 1 респондент (3,3%). Ці дані вказують на значне покращення емоційного стану та зменшення проблем з адаптацією до соціального життя (рис. 3.5).

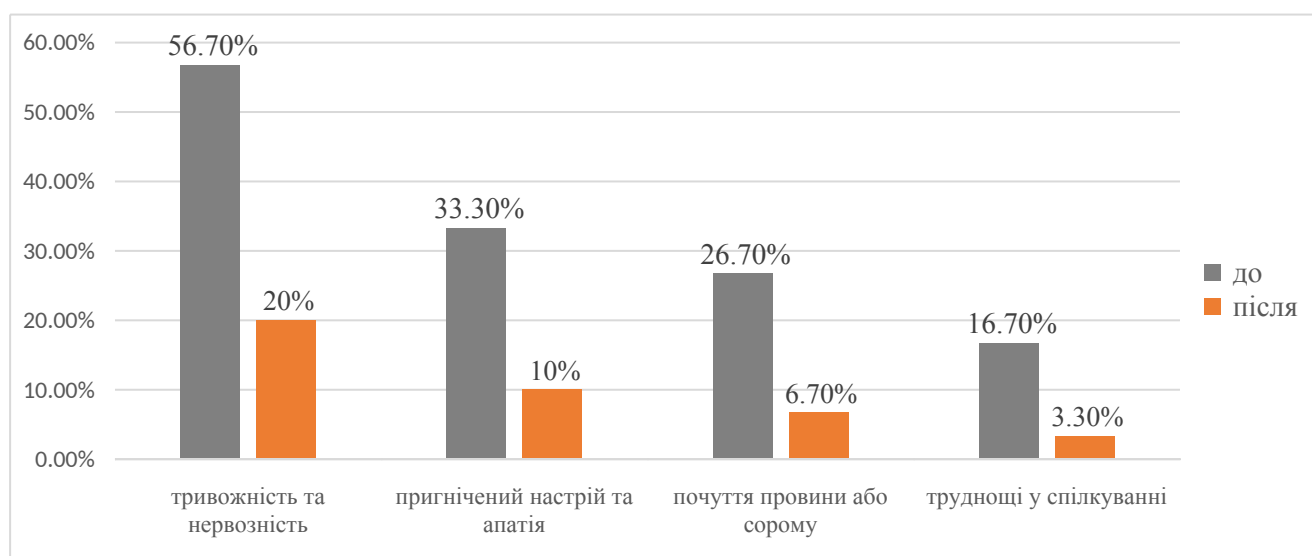


Рис. 3.5. Найчастіші психологічні перешкоди у процесі ресоціалізації (до та після впровадження програми)

Частота впливу спогадів про перебування у місцях позбавлення волі на емоційний стан респондентів також зменшилася. Дуже часто ці спогади впливають на емоційний стан лише 2 респондентів (6,7%), досить часто – 5 респондентів (16,7%). Іноді спогади впливають на емоційний стан 10 респондентів (33,3%), а значна частина – 13 респондентів (43,3%) зазначили, що це відбувається рідко або ніколи. Це свідчить про зменшення негативного впливу травматичного досвіду на емоційне благополуччя осіб після звільнення (рис. 3.6).

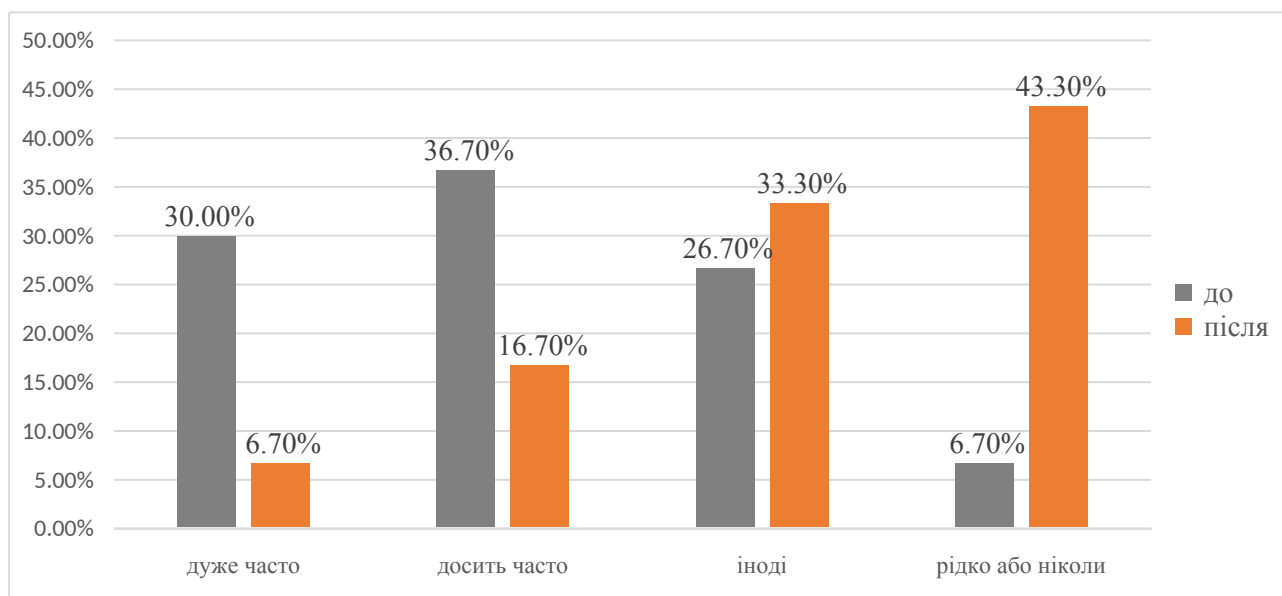


Рис. 3.6. Вплив спогадів про перебування у місцях позбавлення волі на емоційний стан (до та після впровадження програми)

Оцінка чіткості бачення своїх цілей та планів на найближчі 5 років показала значне покращення. Не бачать жодних чітких планів лише 4 респонденти (13,3%), а бачать деякі загальні напрямки – 10 респондентів (33,3%). Кількість респондентів, які зазначили, що мають досить чіткі плани у кількох сферах, зростає до 12 (40%), а 4 респонденти (13,3%) вперше відзначили наявність чітких планів у всіх основних сферах життя. Зростання рівня сформованості життєвих планів є ознакою покращення орієнтації та впевненості у своїх можливостях (рис. 3.7).

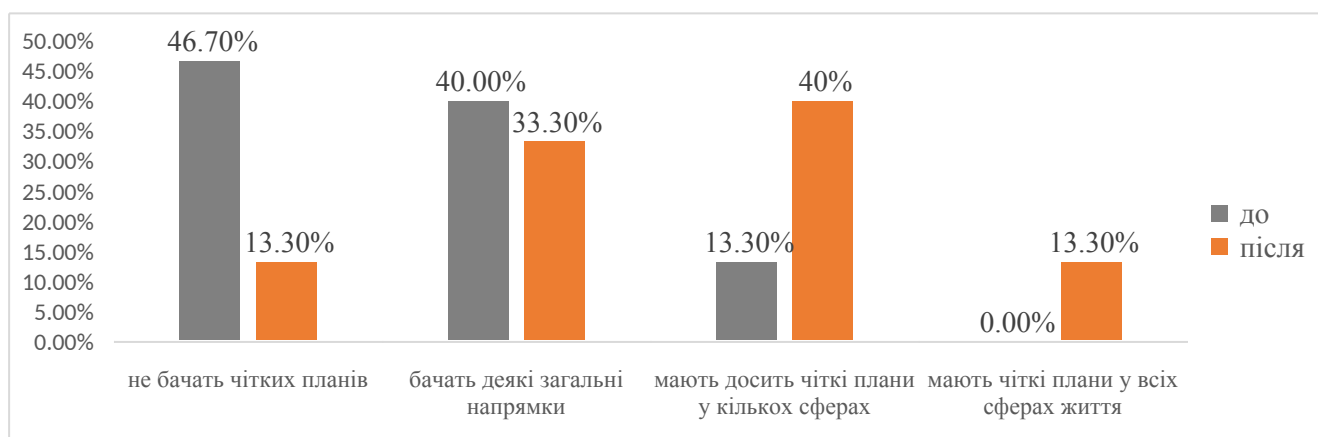


Рис. 3.7. Чіткість бачення цілей та планів на майбутнє (до та після впровадження програми)

На питання щодо найбільш корисного виду психологічної або соціальної підтримки на даному етапі ресоціалізації, більшість респондентів, як і раніше, відзначають допомогу у працевлаштуванні та соціальній адаптації (обрано 18 респондентами, 60%). Однак зросла кількість тих, хто відзначає користь індивідуальних консультацій з психологом (10 респондентів, 33,3%) та груп підтримки для осіб з подібним досвідом (6 респондентів, 20%), що свідчить про зростаюче розуміння важливості психологічної підтримки. Підтримка з боку родини та друзів залишається важливою для 2 респондентів (6,7%) (рис. 3.8).

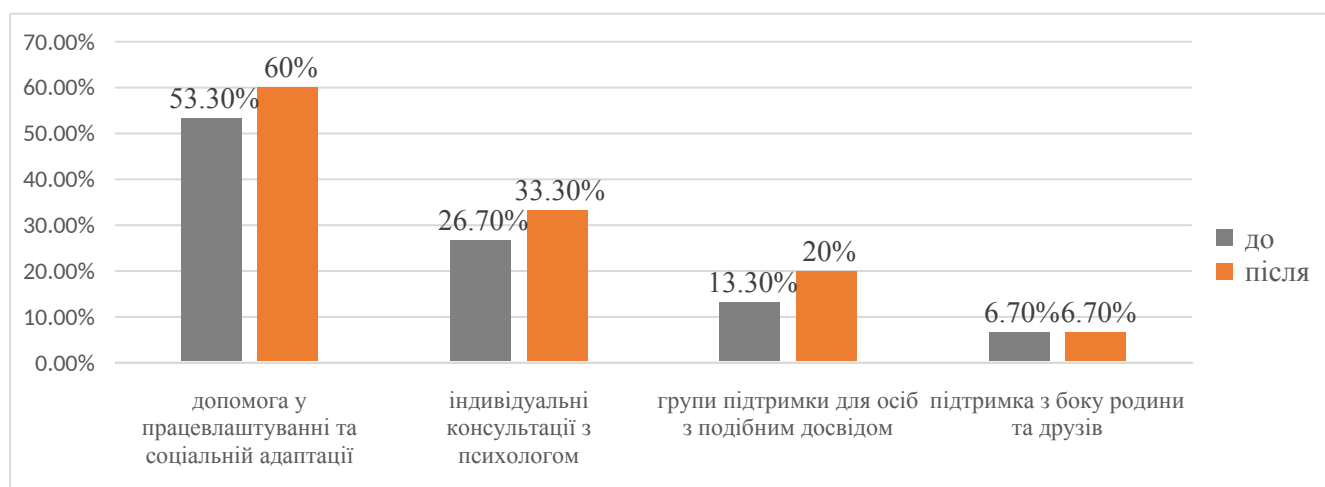


Рис. 3.8. Найбільш корисний вид психологічної або соціальної підтримки (до та після впровадження програми)

На думку респондентів, внутрішнє бажання змінитися та докладання зусиль залишається найважливішим фактором для успішної реінтеграції особи у суспільство з психологічної точки зору (обрано 21 респондентом, 70%). Зросла кількість тих, хто вважає ключовою підтримку та розуміння з боку суспільства (9 респондентів, 30%) та можливість знайти роботу та забезпечити себе (5 респондентів, 16,7%). Відновлення соціальних зв'язків та побудова нових залишається важливим для 1 респондента (3,3%). Це підкреслює не лише усвідомлення власної відповідальності, але й зростаюче розуміння важливості зовнішніх факторів (рис. 3.9).

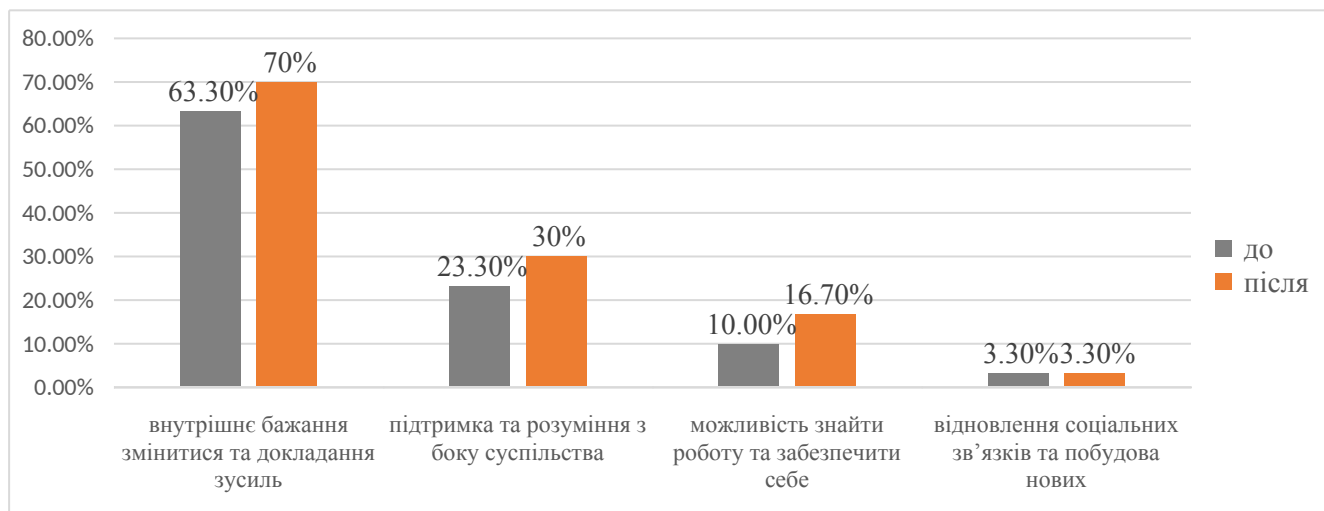


Рис. 3.9. Найважливіше для успішної реінтеграції з психологічної точки зору (до та після впровадження програми)

Отже, порівняльний аналіз результатів анкетування на констатувальному та контрольному етапах емпіричного дослідження на основі Авторської анкети «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» свідчить про значні позитивні зрушення у психологічному стані досліджуваної групи після впровадження корекційно-розвивальної програми. Спостерігається значне зниження рівня тривоги, невпевненості, самотності та відчуженості. Зросла кількість респондентів, які відчують радість та полегшення. Рівень соціальної підтримки, яку відчують респонденти, помітно збільшився. Зменшився негативний вплив особистісних змін, що сформувалися під час перебування у місцях позбавлення волі, та зросла роль позитивних якостей. Знизилися основні побоювання щодо майбутнього, зокрема щодо працевлаштування та неприйняття суспільством. Зменшилася частота та інтенсивність психологічних перешкод, таких як тривожність та пригнічений настрій. Спогади про місця позбавлення волі рідше негативно впливають на емоційний стан респондентів, а рівень сформованості життєвих планів значно зріс. Ці позитивні зміни свідчать про ефективність розробленої та впровадженої корекційно-розвивальної програми у покращенні психологічного благополуччя осіб на етапі ресоціалізації.

З метою повторної оцінки рівня задоволеності життям у групі респондентів після впровадження корекційно-розвивальної програми було застосовано методику *«Шкала задоволеності життям» (SWLS)*. Аналіз отриманих даних дозволив зафіксувати зміни у загальному сприйнятті власного життя досліджуваною групою на контрольному етапі.

Відтак, повторна обробка результатів передбачала підрахунок індивідуального сумарного балу за п'ятьма твердженнями шкали для кожного з 30 респондентів. Подальший статистичний аналіз дав змогу визначити новий розподіл респондентів за рівнями задоволеності життям.

Отримані результати свідчать про значне зростання рівня задоволеності життям у досліджуваній групі після впровадження програми. Розподіл респондентів за категоріями задоволеності життям на контрольному етапі виявився наступним:

*Низька задоволеність життям (15 балів і нижче):* Цю категорію склали лише 2 респонденти, що становить 6,7% (порівняно з 26,7% на констатувальному етапі).

*Деяко низька задоволеність життям (16 – 20 балів):* До цієї групи увійшли 7 респондентів, що становить 23,3% (порівняно з 40%).

*Середня задоволеність життям (21 – 25 балів):* Кількість респондентів із середнім рівнем задоволеності зросла до 11 (близько 36,7%, порівняно з 23,3%).

*Висока задоволеність життям (26 – 30 балів):* Значно зросла кількість респондентів з високим рівнем задоволеності – 8 осіб (близько 26,7%, порівняно з 10%).

*Надзвичайно висока задоволеність життям (31 – 35 балів):* Вперше з'явилися респонденти з надзвичайно високим рівнем задоволеності життям – 2 особи (6,7%).

Відобразимо це на рис. 3.10.

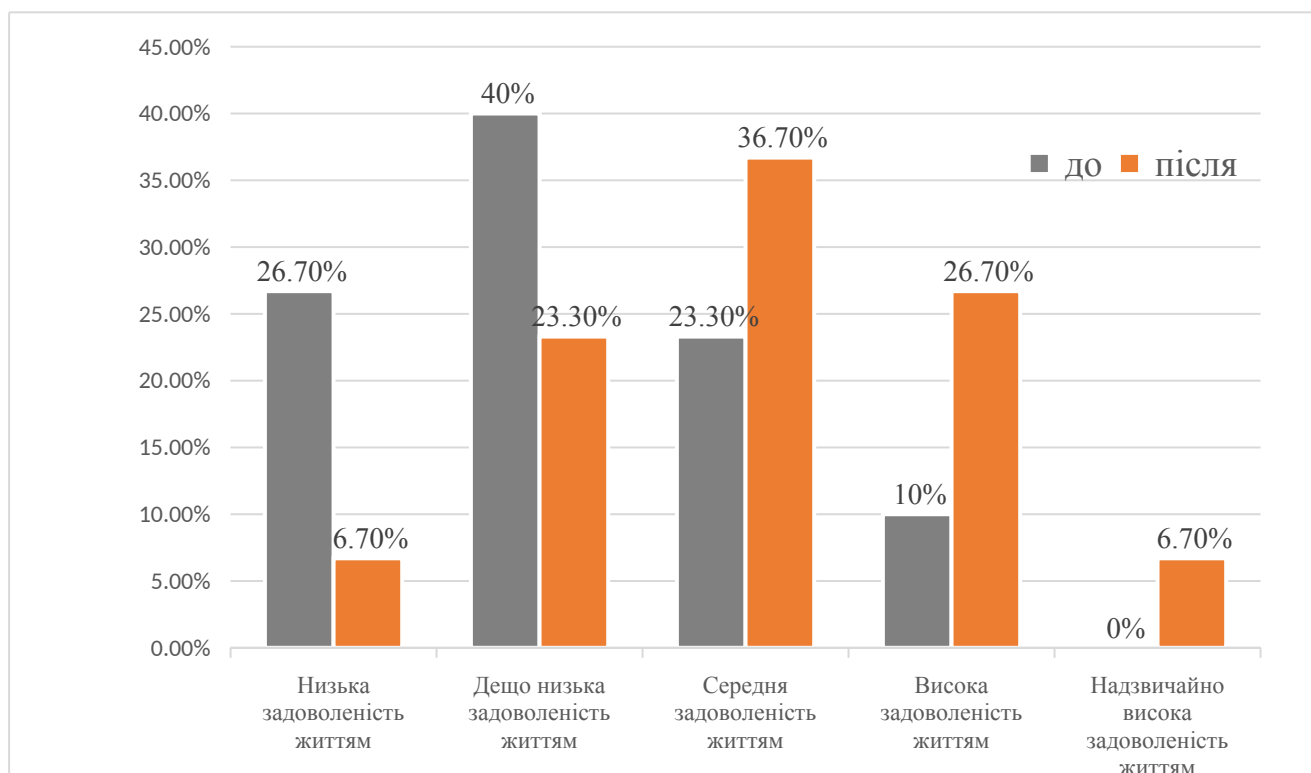


Рис. 3.10. Рівень задоволеності респондентів життям (до та після впровадження програми)

Отже, порівняльний аналіз результатів за методикою «Шкала задоволеності життям» на констатувальному та контрольному етапах чітко демонструє значне зростання рівня задоволеності життям у досліджуваній групі після впровадження корекційно-розвивальної програми. Відбулося значне зменшення кількості респондентів з низьким та дещо низьким рівнями задоволеності та збільшення кількості осіб із середнім та високим рівнями. Вперше виявлено респондентів з надзвичайно високим рівнем задоволеності життям. Ці зміни свідчать про позитивний вплив програми на загальне сприйняття власного життєвого досвіду респондентами.

З метою повторної оцінки рівня соціально-психологічної адаптації досліджуваної групи після впровадження корекційно-розвивальної програми було використано *Методику психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд)*. Завданням даного етапу було виявлення змін у рівні адаптованості досліджуваних до соціального середовища,

їхньому сприйнятті себе та інших, а також особливостях їхньої соціальної взаємодії.

Аналіз отриманих результатів засвідчив значне підвищення рівня соціально-психологічної адаптації досліджуваних після впровадження програми. Розподіл респондентів за рівнями адаптації на контрольному етапі виявився наступним:

*Дуже низький рівень соціально-психологічної адаптації (10 – 19 балів):* До цієї категорії увійшов лише 1 респондент, що становить 3,3% (порівняно з 16,7%).

*Низький рівень соціально-психологічної адаптації (20 – 29 балів):* Кількість респондентів з низьким рівнем адаптації зменшилася до 6 (близько 20%, порівняно з 46,7%).

*Середній рівень соціально-психологічної адаптації (30 – 39 балів):* Кількість респондентів із середнім рівнем зросла до 15 (близько 50%, порівняно з 30%).

*Високий рівень соціально-психологічної адаптації (40 – 50 балів):* Значно зросла кількість респондентів з високим рівнем соціально-психологічної адаптації – 8 осіб (близько 26,7%, порівняно з 6,7%).

Відобразимо це на рис. 3.11.

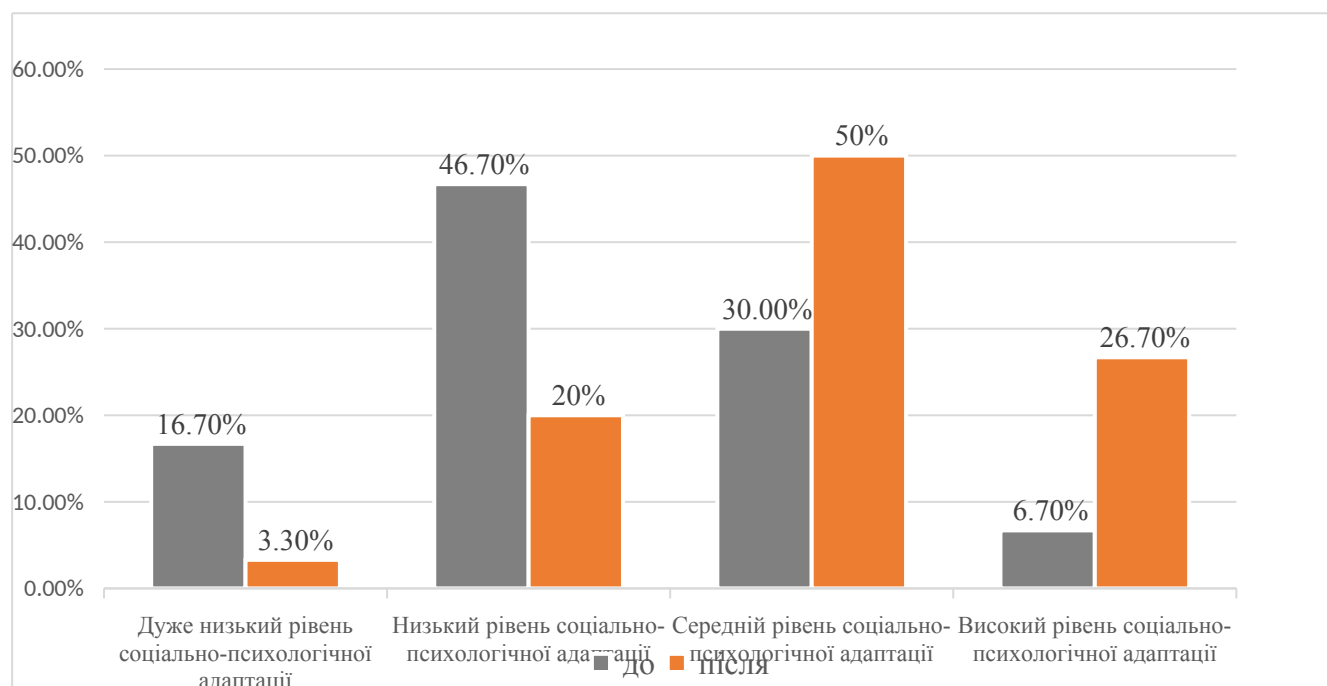


Рис. 3.11. Рівні соціально-психологічної адаптації респондентів (до та після впровадження програми)

Отже, порівняльний аналіз результатів за Методикою психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонд на констатувальному та контрольному етапах чітко вказує на значне підвищення рівня соціально-психологічної адаптації у досліджуваній групі після впровадження корекційно-розвивальної програми. Відбулося значне зменшення кількості респондентів з дуже низьким та низьким рівнями адаптації та збільшення кількості осіб із середнім та високим рівнями. Ці зміни свідчать про позитивний вплив програми на процес ресоціалізації респондентів.

Після впровадження корекційно-розвивальної програми з метою повторного вивчення особливостей процесу ресоціалізації осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі, було проведено повторну *фокус-групову дискусію* з тими ж 30 респондентами. Основною метою цього етапу було виявлення змін у ключових проблемах, потребах та бар'єрах на шляху до повноцінного повернення до суспільного життя після впровадження програми. Отримані якісні дані дозволяють оцінити вплив програми на суб'єктивне сприйняття процесу ресоціалізації учасниками.

Зазначимо, що процес повторної фокус-групової дискусії також був організований у атмосфері відкритості та довіри. Обговорення охоплювало ті самі питання, що й на констатувальному етапі, що дозволило порівняти отримані дані.

Аналіз повторної фокус-групової дискусії виявив позитивні зміни у сприйнятті процесу ресоціалізації більшістю учасників:

*Зменшення стигматизації та упередженого ставлення:* Більшість респондентів відзначили зменшення відчуття постійної стигми минулого. Деякі з них повідомили про успішні спроби працевлаштування та налагодження соціальних контактів. Зменшилася кількість згадок про відмови у роботі через судимість.

*Покращення ситуації з працевлаштуванням та економічною стабільністю:* Частина респондентів знайшли роботу, що сприяло їхній фінансовій незалежності та зменшенню соціальної ізоляції. Зросла кількість позитивних відгуків щодо отриманої допомоги у працевлаштуванні в рамках програми.

*Поліпшення відновлення соціальних зв'язків та зменшення самотності:* Більшість респондентів відзначили позитивну динаміку у відновленні стосунків з родиною та друзями. Зменшилося відчуття нерозуміння та зросла кількість згадок про підтримку з боку близьких.

*Зростання відчуття підтримки:* Респонденти частіше відзначали ефективність наданої психологічної та соціальної допомоги в рамках програми, що сприяло їхній ресоціалізації. Збільшилася кількість позитивних відгуків про індивідуальні консультації та групи підтримки.

*Зниження внутрішніх психологічних труднощів:* Респонденти рідше згадували почуття провини, тривожність та низьку самооцінку. Зросла кількість згадок про покращення емоційного стану та зростання впевненості у собі.

Отже, порівняльний аналіз результатів фокус-групових дискусій на констатувальному та контрольному етапах показує значні позитивні зміни у сприйнятті процесу ресоціалізації особами після звільнення. Спостерігається зменшення відчуття стигматизації, покращення ситуації з працевлаштуванням та соціальними зв'язками, зростання відчуття підтримки та зниження внутрішніх психологічних труднощів. Ці якісні дані підтверджують ефективність розробленої та впровадженої програми ресоціалізації.

### **Висновки до розділу 3**

Підсумовуючи результати проведеного в рамках 4 розділу дослідження, необхідно зазначити, що нами була розроблена та апробована програма ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі «Шлях до повернення. Перші кроки». Її суть полягає в проведенні серії з чотирьох тренінгових зустрічей, спрямованих на початкову психологічну підтримку та розвиток базових соціально-комунікативних навичок. Програма фокусується на усвідомленні емоцій, відновленні соціальних зв'язків, підвищенні впевненості в собі та формуванні перших кроків до самостійного планування майбутнього.

Результати контрольного етапу емпіричного дослідження, отримані за допомогою анкетування, методики «Шкала задоволеності життям», Методики соціально-психологічної адаптації та фокус-групової дискусії, демонструють значні позитивні зрушення у психологічних особливостях ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, після впровадження розробленої корекційно-розвивальної програми. Спостерігається покращення емоційного стану, зростання рівня соціальної підтримки, позитивні зміни в особистісних якостях, зниження рівня побоювань та психологічних перешкод, зменшення негативного впливу спогадів про місця позбавлення волі, зростання чіткості життєвих планів, підвищення рівня задоволеності життям та соціально-психологічної адаптації. Суб'єктивні оцінки учасників фокус-групи також підтверджують позитивний вплив програми на їхній процес ресоціалізації. Отримані результати є свідченням ефективності розробленої та впровадженої програми сприяння ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.

## ВИСНОВКИ

Проведене у кваліфікаційній випускній роботі теоретико-емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, дає можливість зробити наступні висновки.

1. Ресоціалізація особистості залишається актуальним та важливим предметом наукових досліджень, що потребує подальшого глибокого вивчення для розробки ефективних стратегій повернення особистості до повноцінного соціального життя та забезпечення безпеки суспільства. Наукові розвідки в цій галузі мають безпосереднє практичне значення для вдосконалення пенітенціарної системи, розвитку соціальних служб та формування гуманної та справедливої соціальної політики.

Стало зрозуміло, що психологічні наслідки ув'язнення є складними та багатограними, вони мають наслідком глибоку деформацію особистості, когнітивні зміни, емоційні травми, труднощі соціальної адаптації та підвищений ризик психічних розладів. Ці особливості є гетерогенними та залежать від багатьох індивідуальних та ситуаційних факторів, що потребує глибокого наукового вивчення для розробки ефективних стратегій ресоціалізації. Врахування всього спектру психологічних особливостей цієї вразливої категорії осіб є не лише важливим елементом гуманного ставлення, але й ключовою умовою для побудови більш справедливої та ефективної системи кримінальної юстиції, спрямованої на зниження рівня злочинності та забезпечення безпеки суспільства.

2. Ресоціалізація осіб, які відбули покарання, є багатовимірним процесом, що охоплює соціально-психологічні та морально-духовні аспекти їхнього повернення до повноцінного життя. Вона вимагає комплексного підходу, спрямованого на їхню соціально-психологічну та морально-духовну реабілітацію. Головними перешкодами є суспільна стигматизація та втрата соціальних навичок, які необхідно долати через інформаційно-просвітницьку роботу та програми психологічної підтримки. Морально-духовний розвиток, відновлення соціальних зв'язків та працевлаштування є ключовими факторами успішної реінтеграції.

Ефективна ресоціалізація залежить від скоординованої взаємодії держави, громади та самих колишніх ув'язнених. Успішна реінтеграція цих людей є не лише показником гуманності суспільства, але й важливим фактором зниження рівня повторної злочинності та забезпечення загальної соціальної безпеки та стабільності.

3. Емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, було успішно проведено на базі Дрогобицького районного відділу Центру пробації. Вибірка емпіричного дослідження складала 30 респондентів і була сформована відповідно до визначених критеріїв за активного сприяння співробітників установи. Збір первинних даних здійснювався індивідуально з кожним учасником з неухильним дотриманням принципів анонімності та конфіденційності. Ретельна організаційно-методична підготовка та дотримання етичних норм стали ключовими факторами успішної реалізації дослідження в умовах пробаційної установи.

Ефективне емпіричне дослідження психологічних особливостей ресоціалізації вимагало зваженого підходу до вибору та комбінування різноманітних методів збору та аналізу даних. Для емпіричного дослідження психологічних особливостей ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі нами було обрано та здійснено коротку характеристику чотирьох методик: Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха); Методика «Шкала задоволеності життям» (SWLS, The Satisfaction with Life Scale); Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд); Фокус-групова дискусія з особами, які відбули покарання у місцях позбавлення волі щодо особливостей їхньої ресоціалізації.

4. Комплексний аналіз результатів чотирьох діагностичних методик на констатувальному етапі дослідження виявив значні психологічні та соціально-адаптаційні труднощі в осіб, які звільнилися з місць позбавлення волі. Відтак, авторська анкета показала домінування тривоги, невпевненості, самотності та відчуження, а також недостатній рівень соціальної підтримки та побоювання щодо

працевлаштування й неприйняття. Психологічними перешкодами були тривожність, нервозність і пригнічений настрій, а негативні спогади про ув'язнення впливають на емоційний стан. Головною потребою була допомога у працевлаштуванні та соціальній адаптації.

Методика «Шкала задоволеності життям» зафіксувала переважно низький рівень задоволеності життям, що свідчить про негативне сприйняття власного життєвого досвіду досліджуваною групою.

Методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонд виявила низький або дуже низький рівень адаптації у переважної більшості респондентів. Тобто, у переважаючої більшості спостерігалися ознаки розладів адаптації, яким МКХ-10 відповідає F43.2. Це проявлялося у труднощах із соціальними контактами, негативному самосприйнятті та емоційному дискомфорту.

Фокус-групова дискусія висвітлила проблеми стигматизації, труднощі з працевлаштуванням та відновленням соціальних зв'язків, недостатність підтримки та внутрішні психологічні бар'єри.

Саме тому, результати констатувального етапу чітко продемонстрували наявність серйозних психологічних і соціальних проблем, що ускладнюють ресоціалізацію осіб після звільнення. Ці дані обґрунтували необхідність розробки та впровадження програми ресоціалізації, спрямованої на покращення їхнього психологічного стану та рівня соціальної адаптації. Отримані результати є базовими для подальшої оцінки ефективності цієї програми.

5. Нами була розроблена та апробована програма ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі «Шлях до повернення. Перші кроки». Її суть полягає в проведенні серії з чотирьох тренінгових зустрічей, спрямованих на початкову психологічну підтримку та розвиток базових соціально-комунікативних навичок. Програма фокусується на усвідомленні емоцій, відновленні соціальних зв'язків, підвищенні впевненості в собі та формуванні перших кроків до самостійного планування майбутнього. Унікальність підходу

полягає в його доступності та акценті на конкретних практичних вправах, адаптованих для початкового етапу ресоціалізації.

Результати контрольного етапу емпіричного дослідження, отримані за допомогою анкетування, методики «Шкала задоволеності життям», Методики соціально-психологічної адаптації та фокус-групової дискусії, демонструють значні позитивні зрушення у психологічних особливостях ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі, після впровадження розробленої корекційно-розвивальної програми. Спостерігається покращення емоційного стану, зростання рівня соціальної підтримки, позитивні зміни в особистісних якостях, зниження рівня побоювань та психологічних перешкод, зменшення негативного впливу спогадів про місця позбавлення волі, зростання чіткості життєвих планів, підвищення рівня задоволеності життям та соціально-психологічної адаптації. Суб'єктивні оцінки учасників фокус-групи також підтверджують позитивний вплив програми на їхній процес ресоціалізації. Отримані результати є свідченням ефективності розробленої та впровадженої програми сприяння ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрусyak I.B. Психологічні основи ресоціалізації засуджених. Львів: *ЛьвДУВС*. 2018. 196 с.
2. Батиргареева В.С., Зайцев О.В. Соціально-педагогічні аспекти ресоціалізації неповнолітніх правопорушників. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*, 2020. №2(33). С. 11-19.
3. Гандзілевська Г.Б., Нікітчук У.В. Психометричні властивості україномовної версії Шкали задоволеності життям (SWLS). *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, № 8, 2018. С. 37-44.
4. Голіна В.В. Вплив кримінального середовища на особистість засудженого. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціологія. Соціальна робота. Політологія»*, №32, 2015. С. 75-81.
5. Державна установа «Центр пробації». Аналітичний звіт про діяльність органів пробації у 2022 році. Київ: *ДУ «Центр пробації»*. 2023. URL: <http://surl.li/lbvbo>
6. Зайцев О.В., Іванова О.П. Когнітивні порушення у осіб, які відбували покарання у місцях позбавлення волі. *Психологічні науки: проблеми і перспективи*, № 9, 2019. С. 115-121. URL: <http://psciences.org.ua/archive/issue-9/18-Zaytsev-Ivanova.pdf>
7. Зайцев О.І., Ковальчук Я.О. Соціально-психологічні чинники успішної реінтеграції засуджених у суспільство. *Пенітенціарна педагогіка, психологія та право*, №(1-2), 2017. С. 105-111.
8. Іванова М.Ю. Соціально-психологічні аспекти адаптації осіб після звільнення з місць позбавлення волі. *Проблеми соціальної роботи*, №15(1), 2022. С. 42-48.

9. Іванова О.П., Петренко М.І. Вплив соціального середовища на процес ресоціалізації осіб, звільнених з місць позбавлення волі. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2019, №1. С. 55-63
10. Карпенко Н.Л., Сидоренко А.А. Застосування технік когнітивно-поведінкової терапії у роботі з особами, які пережили досвід ув'язнення. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, №(72), 2021. С. 45-53.
11. Карпенко О.Г. Психологічна травматизація як наслідок перебування у місцях позбавлення волі. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія», №12, 2020. С. 67-73.
12. Карпенко О.Г. Ресоціалізація як соціально-педагогічна проблема: теоретичний аспект. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка*, 2017. №1, с. 10-15.
13. Кістяківська Г.О. Застосування фокус-групової дискусії у соціально-психологічних дослідженнях. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження суспільства»*. № 35. 2015. С. 112-118.
14. Міжнародні стандарти у сфері поводження з ув'язненими (Правила Нельсона Мандели). *Організація Об'єднаних Націй*. 2015. URL: [https://www.unodc.org/res/justice-and-prison-reform/cpcj-prison-reform\\_html/UKR\\_final\\_Nelson\\_Mandela\\_Rules-E-ebook.pdf](https://www.unodc.org/res/justice-and-prison-reform/cpcj-prison-reform_html/UKR_final_Nelson_Mandela_Rules-E-ebook.pdf)
15. Олійник Я.В., Сидоренко І.П. Психокорекційні програми в процесі ресоціалізації осіб з залежною поведінкою. *Проблеми пенітенціарної теорії і практики*. №26(1). 2021. С. 112-119.
16. Про пробацію: Закон України від 05.02.2015 № 160-VIII. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2015, № 13, ст. 93. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/160-19#Text>
17. Про соціальну адаптацію осіб, які відбувають чи відбули покарання у виді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк: Закон України від

- 17.03.2011 № 3160-VI. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 2011, № 38, ст. 380. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3160-17#Text>
- 18.Роджерс К.Р. Погляд на психотерапію. Становлення людини (пер. з англ. М.О. Кравченко). *Заповіт*. 2004. С. 185-208
- 19.Щербак С.В. Волонтерство як фактор ресоціалізації засуджених. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Соціальна робота»*. 2022, №65. С. 78-85.
- 20.Щербак С.В. Вплив соціальної ізоляції на емоційний стан осіб, звільнених з місць позбавлення волі. *Соціальна робота: теорія та практика*, №2(6), 2021. С. 130-136.
- 21.Adams B. *Employment and Recidivism*. Atlanta: *Emory University Press*. 2015. 232 p.
- 22.Andrews D.A., Bonta J. *The Psychology of Criminal Conduct* (6th ed.). *Routledge*. 2017. 560 p. URL: <https://www.routledge.com/The-Psychology-of-Criminal-Conduct/Andrews-Bonta/p/book/9781138084495>
- 23.Bowen G.A. Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative research journal*, №9(2), 2009. P. 27-40.
- 24.Brown L. *Stigma and Reintegration*. London: *Routledge*. 2015. 288 p.
- 25.Bryman A. *Social research methods*. *Oxford university press*. 2016. 768 p.
- 26.Clark F. *Vocational Training for Ex-Offenders*. Detroit: *Wayne State University Press*. 2018. 264 p.
- 27.Davis M. *Public Perception of Ex-Offenders*. California: *Sage Publications*. 2018. 224 p.
- 28.De Vaus D.A. *Surveys in social research*. *Routledge*. 2014. 448 p.
- 29.Fairclough N. *Critical discourse analysis: The critical study of language*. *Longman*. 2010. 280 p.
- 30.Fazel S., Hayes A.J., Dooley E., Clerici M., Tursich M. Mental health of prisoners: prevalence, adverse outcomes, and clinical needs. *The Lancet Psychiatry*, №3(7), 2016. P. 697-705.

31. Field A. *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage publications. 2018. 1056 p.
32. Fowler Jr F.J. *Survey research methods*. Sage publications. 2013. 176 p.
33. Garcia R. *Social Skills Deficits in Inmates*. Texas: *Texas A&M University Press*. 2009. 256 p.
34. Goffman E. *Asylums: Essays on the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates*. *Routledge*. 2017. 336 p.
35. Green T. *The Importance of Social Support*. San Francisco: *Jossey-Bass*. 2019. 208 p.
36. Hall D. *Rebuilding Social Networks*. Baltimore: *Johns Hopkins University Press*. 2010. 240 p.
37. Haney C. The psychological impact of incarceration: Implications for post-prison adjustment. *Psychology, Crime & Law*, № 24(1), 2018. P. 86-101. URL: <https://doi.org/10.1080/1068316X.2017.1343413>
38. Johnson S. *Moral Development After Imprisonment*. Oxford: *Oxford University Press*. 2017. 320 p.
39. Krueger R.A., Casey M.A. *Focus groups: A practical guide for applied research*. Sage publications. 2014. 200 p.
40. Lewis G. *Reentry Challenges for Long-Term Inmates*. Miami: *University of Miami Press*. 2011. 368 p.
41. Lipton D.S. The effectiveness of correctional treatment. *Journal of Offender Rehabilitation*, №57(1-2), 2018. P. 5-26. URL: <https://doi.org/10.1080/10509674.2017.1393103>
42. Maruna S. *Making Good: How Ex-Offenders Rebuild Their Lives*. *American Psychological Association*. 2017. 304 p.
43. McGuire J. *Offender Rehabilitation: Theory, Research and Practice*. *John Wiley & Sons*. 2017. 416 p.
44. Melendez M., Ward T. *Emotional Regulation and Offending Behaviour*. London: *Routledge*. 2016. 288 p.

45. Miller A. Psychological Interventions for Reentry. Washington D.C.: *American Psychological Association*. 2014. 304 p.
46. Moore C. Faith-Based Initiatives in Corrections. New York: *Columbia University Press*. 2016. 336 p.
47. National Institute of Corrections. (2020). Transition From Jail to Community: The Psychological Impact. *U.S. Department of Justice, Office of Justice Programs*. 40 p. URL: <https://nicic.gov/transition-jail-community-psychological-impact>
48. Nelson H. Individualized Reentry Planning. Seattle: *University of Washington Press*. 2014. 216 p.
49. Phillips Q. Policy and Practice in Offender Reentry. Sacramento: *California State University Press*. 2019. 280 p.
50. Roberts I. Collaborative Approaches to Reentry. Richmond: *Virginia Commonwealth University Press*. 2017. 304 p.
51. Robinson D., Van Dieten P.M., Cann W. Individual differences in the psychological adjustment of released prisoners. *Aggression and Violent Behavior*, №45, 2019. P. 312-319. URL: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.003>
52. Ryff C.D., Keyes C.L. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, №69(4), 1995. P. 719-727.
53. Seidman I. Interviewing as qualitative research: A guide for researchers in education and the social sciences. *Teachers college press*. 2013. 240 p.
54. Smith J., Jones L. Understanding the Long-Term Psychological Impact of Incarceration. New York: *Springer*. 2017. P. 245.
55. Spradley J.P. The ethnographic interview. *Waveland press*. 2016. 368 p.
56. Steiner B., Tewksbury R. Correctional Psychology: Practice and Policy. *Anderson Publishing*. 2017. 480 p. URL: <https://rowman.com/ISBN/9781449688079/Correctional-Psychology-Practice-and-Policy>
57. Taylor E. The Role of Spirituality in Rehabilitation. Philadelphia: *Temple University Press*. 2013. 272 p.

58. United Nations Office on Drugs and Crime. Handbook on Dynamic Risk Assessment for Offender Management. Vienna: *UNODC*. 2018. URL: <https://www.unodc.org/unov/en/unodc.html>
59. Visher C.A., Travis J. Life after prison: What happens to formerly incarcerated people. *The Annual Review of Criminology*, №2, 2019. P. 287-308.
60. White N. Community-Based Reentry Programs. Denver: *University of Colorado Press*. 2012. 296 p.
61. Williams K. Social Barriers to Reentry. Chicago: *University of Chicago Press*. 2012. 416 p.
62. Wilson P. Trauma and Incarceration. Boston: *Allyn & Bacon*. 2011. 384 p.
63. Wormith J.S., Zamble E. The Aftermath of Imprisonment: Social Reintegration and Recidivism. Toronto: *University of Toronto Press*. 2018. 328 p.
64. Yukhymenko-Nazarchuk N.M., Hordiichuk O.M. The role of educational programs in the resocialization of prisoners. *Psychology and Education*, 2019. 56(3), c. 101-107.
65. Zamble E., Wormith J.S. Principles of Offender Assessment and Treatment. Cullompton: Willan Publishing. 2016. URL: <https://download.e-bookshelf.de/download/0000/5799/70/L-G-0000579970-0015278892.pdf>

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Авторська анкета «Психологічні особливості ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі» (авт. Ю. Росоха)

*Шановний учаснику!*

*Просимо Вас взяти участь у дослідженні, спрямованому на вивчення психологічних аспектів ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі. Ваші правдиві відповіді є надзвичайно важливими для отримання цінного розуміння цього процесу. Анонімність та конфіденційність Ваших відповідей гарантуються.*

*Будь ласка, уважно прочитайте кожне питання та оберіть варіант відповіді, який найкраще відображає Ваш досвід та думки.*

1. Які три основні емоції або почуття Ви найчастіше відчували, коли вперше опинилися на волі після відбуття покарання? *(Оберіть до трьох варіантів)*

- А) Радість та полегшення
- Б) Тривога та невпевненість
- В) Самотність та відчуженість
- Г) Здивування від змін
- Д) Інше (напишіть): \_\_\_\_\_

2. Наскільки сильно Ви відчуваєте підтримку з боку суспільства (родини, друзів, знайомих) у процесі Вашої ресоціалізації?

- А) Зовсім не відчуваю
- Б) Відчуваю частково
- В) Відчуваю в достатній мірі
- Г) Відчуваю повну підтримку

3. Яка особистісна якість або переконання, що сформувалися під час перебування у місцях позбавлення волі, найбільше впливає на Ваше теперішнє життя?

- А) Підвищена обережність та недовірливість
- Б) Розвиток самодисципліни та відповідальності
- В) Посилення потреби у самотності
- Г) Зміна цінностей та пріоритетів

4. Яке основне побоювання Ви маєте щодо свого майбутнього поза межами місць позбавлення волі?

- А) Труднощі з працевлаштуванням

- Б) Неприйняття з боку суспільства
- В) Ризик повернення до злочинної діяльності
- Г) Самотність та відсутність підтримки

5. З якою психологічною перешкодою Ви найчастіше стикаєтеся у процесі ресоціалізації?

- А) Тривожність та нервозність
- Б) Пригнічений настрій та апатія
- В) Почуття провини або сорому
- Г) Труднощі у спілкуванні з людьми

6. Як часто спогади про перебування у місцях позбавлення волі впливають на Ваш емоційний стан сьогодні?

- А) Рідко або ніколи
- Б) Іноді
- В) Досить часто
- Г) Дуже часто

7. Наскільки чітко Ви бачите свої цілі та плани на найближчі 5 років?

- А) Не бачу жодних чітких планів
- Б) Бачу деякі загальні напрямки
- В) Маю досить чіткі плани у кількох сферах
- Г) Маю чіткі плани у всіх основних сферах життя

8. Який вид психологічної або соціальної підтримки був би для Вас найбільш корисним на даному етапі?

- А) Індивідуальні консультації з психологом
- Б) Групи підтримки для осіб з подібним досвідом
- В) Допомога у працевлаштуванні та соціальній адаптації
- Г) Підтримка з боку родини та друзів

9. Що, на Вашу думку, є найважливішим для успішної реінтеграції особи у суспільство з психологічної точки зору?

- А) Внутрішнє бажання змінитися та докладання зусиль
- Б) Підтримка та розуміння з боку суспільства
- В) Можливість знайти роботу та забезпечити себе
- Г) Відновлення соціальних зв'язків та побудова нових

***Дякуємо за Вашу участь! Ваша думка є цінною для нашого дослідження.***

**Методики «Шкала задоволеності життям»  
(SWLS, The Satisfaction with Life Scale)**

**Інструкція:** Нижче наведено п'ять тверджень, що стосуються вашого життя в цілому. Будь ласка, уважно прочитайте кожне твердження та оберіть варіант відповіді, який найкраще відображає вашу особисту думку на даний момент. Для цього обведіть відповідну цифру за шкалою, де:

- 1 – Абсолютно не згоден
- 2 – Не згоден
- 3 – Скоріше не згоден
- 4 – Ні згоден, ні не згоден
- 5 – Скоріше згоден
- 6 – Згоден
- 7 – Абсолютно згоден

**Твердження:**

1. У більшості аспектів моє життя близьке до мого ідеалу.

1 2 3 4 5 6 7

2. Умови мого життя чудові.

1 2 3 4 5 6 7

3. Я задоволений своїм життям.

1 2 3 4 5 6 7

4. На даний момент я отримав/отримала важливі для себе речі у житті.

1 2 3 4 5 6 7

5. Якби я міг/могла прожити своє життя знову, я б майже нічого не змінив/змінила.

1 2 3 4 5 6 7

**Обробка результатів:**

Для отримання загального балу за шкалою, варто підсумувати бали, які було обведено для кожного з п'яти тверджень.

**Інтерпретація результатів:**

31 – 35 балів: Надзвичайно висока задоволеність життям.

26 – 30 балів: Висока задоволеність життям.

21 – 25 балів: Середня задоволеність життям.

16 – 20 балів: Дещо низька задоволеність життям.

15 балів і нижче: Низька задоволеність життям.

**Методика психологічної діагностики соціально-психологічної адаптації  
(авт. К. Роджерс і Р. Даймонд)**

***Інструкція:** Оцініть, наскільки кожне з наведених тверджень відображає вашу поведінку, почуття та ставлення до себе та інших. Використовуйте наступну шкалу:*

- 1 – Абсолютно не відповідає
- 2 – Скоріше не відповідає
- 3 – Важко сказати
- 4 – Скоріше відповідає
- 5 – Повністю відповідає

**Твердження/Питання:**

1. Я відчуваю себе прийнятим/прийнятою більшістю людей, з якими спілкуюся.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. Мені легко встановлювати нові контакти та будувати стосунки з іншими.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. Я відкрито виражаю свої почуття та думки у спілкуванні з іншими.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. Я здатний/здатна розуміти емоції інших людей та співпереживати їм.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Я приймаю себе таким/такою, яким/якою є, зі своїми сильними та слабкими сторонами.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Я вірю у власні сили та здатність справлятися з труднощами.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. Я відчуваю себе частиною спільноти або соціальної групи.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

8. Мені комфортно діяти відповідно до соціальних норм та правил.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

9. Я відчуваю, що мої потреби задовольняються у моєму соціальному оточенні.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

10. Я здатний/здатна гнучко адаптуватися до нових ситуацій та змін у житті.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

### **Обробка та інтерпретація результатів:**

**Підрахунок загального балу:** Після того, як респондент оцінив кожне з 10 тверджень за 5-бальною шкалою, необхідно підсумувати бали, обрані для всіх тверджень. Мінімальний можливий загальний бал становить 10 (якщо на кожне твердження обрано оцінку «1»), а максимальний – 50 (якщо на кожне твердження обрано оцінку «5»).

**Визначення рівня соціально-психологічної адаптації:** Отриманий загальний бал можна інтерпретувати, розділивши весь діапазон можливих значень на кілька рівнів. Ці рівні є орієнтовними і можуть бути адаптовані залежно від контексту дослідження та характеристик досліджуваної групи:

– **40 - 50 балів: Високий рівень соціально-психологічної адаптації.** Респонденти з такими балами, ймовірно, відчувають себе добре інтегрованими в соціальне середовище, мають позитивні міжособистісні стосунки, приймають себе та інших, є відкритими до нового досвіду та здатними до гнучкості у соціальних взаємодіях. Вони відчувають себе комфортно у суспільстві та задовольняють свої соціальні потреби.

– **30 - 39 балів: Середній рівень соціально-психологічної адаптації.** Респонденти з такими балами демонструють загалом задовільний рівень адаптації, проте можуть відчувати певні труднощі в окремих аспектах соціального життя або мати потенціал для подальшого розвитку адаптивних можливостей.

– **20 - 29 балів: Низький рівень соціально-психологічної адаптації.** Респонденти з такими балами можуть відчувати значні труднощі у соціальній взаємодії, мати негативне самосприйняття, відчувати відчуження або нерозуміння з боку оточуючих. Їм може бути складно встановлювати та підтримувати близькі стосунки, приймати соціальні норми або адаптуватися до змін.

– **10 - 19 балів: Дуже низький рівень соціально-психологічної адаптації.** Респонденти з такими балами, ймовірно, переживають серйозні проблеми у соціальній сфері, відчувають глибоке почуття ізоляції, можуть мати значні труднощі з самоприйняттям та сприйняттям інших. Їм може знадобитися значна підтримка та втручання для покращення їхньої соціально-психологічної адаптації.

## Додаток Г

**Зразки роздаткових матеріалів та короткого опису вправ, що були використані в рамках апробації програми ресоціалізації осіб, які відбули покарання у місцях позбавлення волі**

***Зразок роздаткового матеріалу до вправи «Колесо Життя» (Зустріч 1)***

**Інструкція:** *Будь ласка, оцініть кожну сферу вашого життя за шкалою від 0 до 10, де 0 означає повну незадоволеність, а 10 – повну задоволеність. З'єднайте позначені вами точки, щоб побачити загальну картину вашого «Колеса Життя».*

Робота/Зайнятість: _____	Фінанси: _____
Здоров'я: _____	Стосунки (родина, друзі): _____
Дозвілля/Відпочинок: _____	Саморозвиток/Навчання: _____
Особисте зростання: _____	Умови проживання: _____

*Питання для роздумів:*

Які сфери ви оцінили найвище?

Які сфери ви оцінили найнижче?

Які невеликі кроки ви могли б зробити найближчим часом для покращення однієї з менш задоволених сфер?

***Короткий опис техніки «Квадрат Дихання» (Зустріч 1)***

«Квадратне дихання» – це проста техніка, яка допомагає заспокоїти нервову систему та знизити рівень стресу. Виконуйте наступні кроки:

Вдих: Повільно вдихайте через ніс, рахуючи до чотирьох.

Затримка: Затримайте дихання на чотири рахунки.

Видих: Повільно видихайте через рот, рахуючи до чотирьох.

Пауза: Зробіть паузу на чотири рахунки перед наступним вдихом.

Повторюйте цей цикл кілька разів, зосереджуючись на рахунку та відчуттях у вашому тілі.

***Приклади позитивних афірмацій (Зустріч 3)***

Я заслуговую на повагу та гідне ставлення.

Я вірю у свої сили та здібності.

Я відкритий/відкрита до нових можливостей.

Я здатний/здатна долати труднощі.

Кожен мій день – це шанс для зростання.

**Інструкція:** *Оберіть кілька афірмацій, які вам найбільше подобаються, та повторюйте їх собі протягом дня, особливо у моменти, коли відчуваєте невпевненість.*