

VPLYV SOCIÁLNEJ OPORY NA JEDNOTLIVCA VO VOJNOVÝCH PODMIENKACH NA UKRAJINE

The influence of social support on an individual in wartime conditions in Ukraine

Lívia PASTRNÁKOVÁ

ABSTRAKT

Téma sociálnej opory je, z dôvodu pretrvávajúcej vojny na *Ukrajine*, vysoko aktuálna. Príspevok zdôrazňuje sociálnu oporu ako silný determinant vo vzťahu k jednotlivcovi, ktorý žije vo vojnových podmienkach na *Ukrajine*. Predkladaný príspevok odpovedá na dva stanovené ciele. Prvým cieľom je teoreticky analyzovať a charakterizovať špecifické črty vplyvu sociálnej opory jednotlivca a druhým cieľom je analyzovať črty sociálnej opory pre jednotlivca na mikro, mezo a makroúrovni vo vojnových podmienkach. Základnou aplikovanou výskumnou metódou je metóda obsahovej analýzy vybraného zahraničného dokumentu s fokusom na kontext implikácií pre sociálnu prácu.

Kľúčové slová: Sociálna opora. Jednotlivec. Vojnové podmienky. *Ukrajina*. Mikroúroveň. Mezoúroveň. Makroúroveň. Sociálna práca.

ABSTRACT

The topic of social support is highly topical due to the ongoing war in *Ukraine*. The paper emphasizes social support as a strong determinant in relation to an individual living in war conditions in *Ukraine*. The presented contribution responds to two set goals. The first goal is to theoretically analyze and characterize specific features of the influence of social support of an individual, and the second goal is to analyze the features of social support for an individual at the micro, meso, and macro levels in wartime conditions. The basic applied research method is the method of content analysis of a selected foreign document with a focus on the context of implications for social work.

Key words: Social support. Individual. Wartime conditions. *Ukraine*. Micro level. Intermediate level. Macro level. Social work.

ÚVOD

Vojna vedie k neustálemu napätiu, emocionálnym zmenám, masovému ľudskému utrpeniu a zníženiu úrovne psychickej pohody. Pozorujeme narastajúce množstvo dôkazov dokumentujúcich negatívne dôsledky vojny pre duševné a fyzické zdravie každého Ukrajinca. Tureckí výskumníci Snoubar a Hawal (2021, [cit. 2024-05-10]) poukazujú na to, že mladí ľudia, ktorí boli ovplyvnení vojnou, môžu mať v budúcnosti množstvo chronických zdravotných problémov, keďže ich obklopovala nestabilná atmosféra a nedostatok fyzickej, psychickej a sociálnej opory.

Zastrow (2008, 2010) poznamenáva, že mladí ľudia, ktorí boli v zóne vojnových konfliktov majú dlhodobý pocit depresie, odcudzenia a strachu a vyžadujú vážne klinické intervencie.

Výskumníci Layne, Pynoos a Saltzman et al. (2001) zdôrazňujú, že výsledky správ klinických lekárov, ktorí pracovali s bosnian-skými adolescentmi naznačujú, že majú množstvo problémov. Najčastejšie pozorované boli: neochota študovať; nízka akademická výkonnosť; nedostatok túžby zvoliť si povolanie v budúcnosti alebo si plánovať rodinný život.

Cieľom príspevku je:

- 1) Teoreticky analyzovať a charakterizovať **špecifické črty vplyvu sociálnej opory** jednotlivca, ktorý žije v prostredí vojnového konfliktu na *Ukrajine*.
- 2) Analyzovať **črty sociálnej opory** pre jednotlivca na **mikro, mezo a makroúrovni** vo vojnových podmienkach.

1 Sociálna opora ako determinant duševného zdravia človeka vo vojne

Vo všeobecnosti sa môžeme stretnúť s tromi dominantnými smermi, ktoré popisujú sociálnu oporu. Prvým je *sociologický*

pohľad, ktorý za základ považuje diagnostiku sociálnych vzťahov a sociálnych sietí jedinca. *Psychologický pohľad*, ktorý sa zaoberá subjektívnym vnímaním a subjektívnym hodnotením sociálnej opory zo strany jedinca a napokon *komunikačno-interakčný prístup*, v kontexte ktorého sa hodnotí prijímanie, priebeh a využívanie sociálnej opory (Roy 2011).

Analýza zahraničných štúdií poukazuje na fakt, že problém dôležitosti sociálnej opory pre jednotlivca počas vojny priťahuje pozornosť viacerých odborníkov z rôznych profesií (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])), ktorých znázorňuje Obr. č. 1.



Obr. č. 1: Sociálna opora ako multidisciplinárny konštrukt

Zdroj: vlastné spracovanie

Na základe pozorovaného môžeme skonštatovať, že sociálni pracovníci a sociálne pracovníčky úzko participujú na riešení zložitej životnej situácie ľudí, ktorá je spojená s vojnou na *Ukrajine*.

Holistické poňatie sociálnej opory potvrdzuje tiež pilotáž zahraničnej literatúry,

ktorá je uvedená na Obr. č. 2. Ukrajinskí autori Gorbunova (2016), Tsarenko (2018) a Tytarenko (2017, 2018) poukazujú na súvislosť sociálnej opory a vznikom posttraumatickej stresovej poruchy (ďalej *PTSD*), resp. traumy a krízy (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])).

Gorbunova (2016)	Tsarenko (2018)	Tytarenko (2017)	Tytarenko (2018)	Turinina (2017)	Hall (2009)	Zastrow (2010, 2008)	Snoubar (2021)
PTSD	KRÍZA	TRAUMA	TRAUMA	TRAUMA	SOC. OPORA	EMPOWERMENT	INTEGRÁCIA
Promoting the social environment to the recovery and growth of the individual in post-traumatic states and disorders.	Fundamentals of rehabilitation psychology: Overcoming the effects of the crisis.	Ways to increase the social and adaptive capabilities of man in experiencing the consequences of traumatic events.	Psychological health of the individual: Means of self-help in terms of long-term trauma.	Psychology of traumatic situations.	Utilizing social support to conserve the fighting strength: Important considerations for military social workers.	Introduction to social work and social welfare empowering people.	Social work practices and enabling the integration of students from war and conflict zones.

Obr. č. 2: Sociálna opora v spektre výskumov z oblasti psychológie a sociálnej práce

Zdroj: vlastné spracovanie

V druhej časti tabuľky sú uvedení autori Hall (2009), Zastrow (2008, 2010) a Snoubar (2021, [cit. 2024-05-10]), ktorí sú predstaviteľmi z oblasti sociálnej práce. Vo svojich publikáciách sa venujú vplyvu sociálnej opory na vojenských sociálnych pracovníkov (*military social workers*), zmocňovaniu ľudí (*empowering people*) a integračnej politike sociálnej práce (a fokusom na *integráciu*) vo vzťahu k študentom a študentkám z vojnových a konfliktných zón.

Pojem „sociálna opora“ je zložitý a nejednoznačný konštrukt. Ukrajinskí psychológovia interpretujú sociálnu oporu ako **fyzickú a emocionálnu pohodu**, ktorá vytvára blízke prostredie pre človeka: rodinu, priateľov a kolegov. To pomáha človeku uvedomiť si, že je súčasťou milujúcej a starostlivej spoločnosti (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])). Viacerí zahraniční výskumníci považujú sociálnu oporu jednotlivca za **súčasť „sociálneho kapitálu“**, ktorý je investíciou pre jeho prístup k zdrojom a ich budúce využitie (Norris, Stevens, Pfefferbaum, Wyche a Pfefferbaum 2008, [cit. 2024-05-27])).

Množstvo výskumníkov dokazuje, že sociálna opora je akýmsi **nárazníkom medzi stresom a jeho ničivými následkami**. Pomáha znižovať dopad škodlivých skúseností na jednotlivca a získavať cenné zdroje na prekonanie stresu (Sarason, Sarason, Pierce 1990). Iní výskumníci ju považujú za dôležitú **stratégiu pomôcť ľuďom vyrovnat' sa s traumatickými zážitkami**. Na základe ich realizovaných výskumov je podstatné skonštatovať,

že **účinná sociálna opora je jedným z najvýznamnejších faktorov pohody človeka**, má pozitívny vplyv na jeho zdravie a prispieva k **prevencii stresu** (Dirkzwager, Bramsen, Henk a Ploeg 2003, [cit. 2024-05-27])).

1.1 Sociálno-ekologická teória ako základné teoretické východisko konceptu sociálnej opory

Autorka Hovanová (2023) vo svojej publikácii predstavuje niekoľko *teórií sociálnej opory* medzi ktoré zaradzuje podľa Likeya a Cohena (2000) a neskôr Křivohlavého (2001):

- Teóriu sociálnej opory ako nárazníka v boji so stresom,
- Teóriu sociálneho konštrukt,
- Teóriu podporných sociálnych vzťahov,
- Teóriu opornej siete a jej vplyv na zdravie členov tejto siete,
- Teóriu pripútania – attachmentu,
- Teóriu sociálnej opory ako zdravie podporujúceho faktora.

Domnievame sa však, že pre účely tohto príspevku sa ako najviac vhodná javí **sociálno-ekologická teória**, ktorá pokrýva celú oblasť života jedinca v jeho eko-sociálnom prostredí a bio-psycho-sociálnej a spirituálnej dimenzii, ktorú nemožno opomenúť v rámci jeho osobnosti a kontextoch sociálnej práce ako praktickej činnosti.

Ako uvádza Matoušek (2013) v *Encyklopedii sociálnej práce*, popredným autorom, ktorý vypracoval sociálno-ekologický model je americký psychológ Bronfenbrenner

(1979). Menovaný autor znázornil 5 systémov, ktoré determinujú každého jedinca ako kruhy, ktoré ovplyvňujú jeho život i seba navzájom. Rovnako ako človek, viac či menej

aktívne, ovplyvňuje systémy, ktoré ho obklopujú (Obr. č. 3).

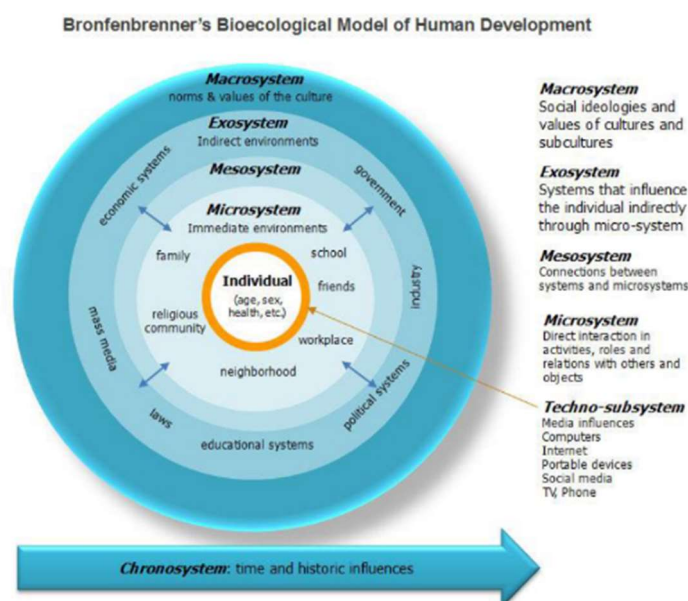


Figure 1: Bioecological Model of Human Development (Bronfenbrenner, 1979)

Obr. č. 3: Bronfenbrennerov bioekologický model ľudského vývinu

Zdroj: Predescu, Al Ghazi a Darjan (2018, [cit. 2024-05-29])

Bronfenbrenner rozlišuje päť základných systémov (Matoušek 2013):

- *mikrosystém* – tvorí najbližšie sociálne okolie človeka,
- *mezosystém* – zahrňuje vzťahy medzi jednotlivými mikrosystémami (medzi rodinou a školou, vrstovníkmi a rodinou a pod.),
- *exosystém* – v tomto systéme jedinec nie je aktívnym účastníkom, avšak zmeny v ňom ovplyvňujú jeho život (napr. pracovné prostredie rodičov ovplyvňuje život dieťaťa v mnohých hľadiskách – je pre dieťa exosystémom),
- *makrosystém* – tvorí rámec života človeka ako člena spoločnosti, zahŕňa etické, kultúrne, náboženské a ďalšie normy dané spoločnosťou,
- *chronosystém* – zachytáva zmeny prebiehajúce v čase z pohľadu jedinca a jeho prostredia (napr. zásadné zmeny v živote človeka). Patrí sem aj vedomie spoločensko-historického vývoja spoločnosti.

Zastávame názor, že vojnový konflikt na *Ukrajine* ovplyvňuje všetky menované systémy jednotlivca, a to od mikrosystému, čiže

najbližšej rodiny a jeho priateľov, až po chronosystémové zmeny vyplývajúce z vojny, ktoré výrazným spôsobom determinujú jedincovu existenciu, sociálne fungovanie či kvalitu jeho života. A preto sa domnievame, (a bolo to aj vo výskumoch potvrdené), že **úloha sociálnej opory je v tomto prípade kľúčová.**

2 Metodológia

Na základe cieľov stanovených v úvode práce je za hlavnú výskumnú metódu použitá obsahová analýza vybraného zahraničného dokumentu. Išlo konkrétne o vedeckú štúdiu *Social support of the individual in war conditions: Ukrainian and international experience* ukrajinskej autorky Liudmyli V., Piankivskej z roku 2022. Snahou tejto autorky bolo zaznamenať dôsledky vojny na *Ukrajine*, a to od jej samotných počiatkov (od februára 2022).

Analyzovaná vedecká štúdia poskytuje kľúčové výskumné zistenia ohľadom sociálnej opory a jej vplyvov na jednotlivca v ukrajinskom a zahraničnom priestore. Prezento-

vané výskumné zistenia môžu byť východiskom pre ďalší výskum v oblasti sociálnej opory v budúcnosti.

3 Výsledky práce a diskusia

V nasledujúcich častiach predloženej štúdie budú predstavené základné výsledky súvisiace so stanovenými cieľmi príspevku, a síce, črty sociálnej opory a jej základné charakteristiky s fokusom na jej mikro, mezo a makroúroveň. Menované bude podložené výsledkami zahraničných výskumov, ktoré ponúka autorka Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]).

3.1 Črty sociálnej opory vo vojnových podmienkach na Ukrajine

Na základe analýzy dostupných zdrojov z oblasti psychológie (viz. Obr. č. 2) autori definujú sociálnu oporu ako psychologické a materiálne zdroje, ktoré poskytujú sociálnu sieť na pomoc ľuďom pri zvládaní stresu. Môžeme skonštatovať, že táto definícia obsahuje množstvo významných štrukturálnych komponentov. Sociálna opora jednotlivca môže byť: *emocionálna* (starostlivosť, povzbudenie), *informačná* (informácie o službách, dôsledkoch liečby, poradenstvo), *skupinová* (zapojenie do rôznych podujatí, skupín vzájomnej pomoci), alebo *inštrumentálna* (pomoc dobrovoľníkov, humanitárna pomoc, osobné poradenstvo). Sociálna opora môže pochádzať od rodinných príslušníkov, priateľov, kolegov, susedov, organizácií, územných spoločenstiev, štátov atď. (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])).

Vo všeobecnosti ju autor Cohen, ako popisuje Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]), považuje za sociálnu sieť poskytujúcu psychologické a materiálne zdroje na udržanie schopnosti človeka vyrovnáť sa so stresom. Poznamenáva, že sociálna opora je mnohotvárna a zahŕňa: *štrukturálnu oporu jednotlivca* (rozsah sociálnej siete, frekvenciu sociálnych interakcií); *funkčnú oporu* (skúse-

nosť, jej užitočnosť v schopnosti uspokojovať emocionálne alebo funkčné potreby); *emocionálnu oporu* (pocit pohodia a bezpečia, ktoré posilňujú vieru, že človek je milovaný, rešpektovaný).

Sociálna opora je *mnohorozmerný a dynamický jav*. Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]) vo svojom článku zdôrazňuje, že typy požadovanej opory sa neustále menia spolu so zmenami v povahe a hodnotení problému. Z hľadiska antropológie je sociálna opora v čase vojny vnímaná ako podpora zameraná na *prevenciu* alebo *intervenciu*. Zameriava sa na dôležitosť toho, *kto a komu* poskytuje oporu, na *aké problémy*, *kedy* a na *akej úrovni*.

Turinina (2017) pri vývoji modelov úspešného prekonania *PTSD*²³ zdôrazňuje výnimočnosť potreby sociálnej opory ľudí, ktorí zažili traumatickú udalosť. Zdôrazňuje, že to, čo sa stane s človekom po traumatickej udalosti, zohráva významnú úlohu a má naňho väčší vplyv ako samotná trauma. Zástancovia psychosociálneho prístupu modelov k štúdiu posttraumatických porúch osobnosti medzi faktory, ktoré prispievajú k prevencii rozvoja *PTSD* a zmierneniu jej priebehu, rozlišujú *včasnú a dlhodobú sociálnu oporu* (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])).

Prax tiež zdôrazňuje sociálnu oporu typu *peer-to-peer* alebo *rovesnícku oporu*. Tá pôsobí ako určitá interakcia medzi ľuďmi, ktorí využívajú svoje vlastné skúsenosti, aby si navzájom pomáhali. Zdieľajú svoje vedomosti, svoje skúsenosti, podporujú sa a sú schopní navzájom prejavovať empatiu. Tento model opory sa používa na opis vzájomnej podpory medzi kolegami, blízkymi priateľmi, podpornými skupinami a online fórami. Menovaný typ interakcie ľudí predpokladá, že vzťah medzi nimi je rovnocenný.

Možno teda konštatovať, že vo všeobecnosti medzi výskumníkmi a odborníkmi existuje rôznorodosť vízií na pochopenie sociálnej opory jednotlivca. Závisí to od okolností, povahy a hodnotenia problému. Štúdia vo

²³ Množstvo zahraničných výskumníkov (E. MacGeorge, V. Sumter, B. Feng et al.) dokazuje, že **sociálna opora** pre **veteránov z vietnamskej vojny** pôsobí ako **ochranný faktor** po 20 rokoch aj po 40 rokoch (alebo napr. emocionálna opora a psychologická pomoc ľudí v prvých dvoch týždňoch po **teroristickom útoku v USA z 11. septembra 2001** mali **menej symptómov depresie ako tí, ktorí nemali sociálnu oporu**). Pozitívny

vplyv sociálnej opory a vzťahov si všímajú aj F. Nazzal, O. Cruz, F. Neto, D. Perlman, L. Peplau. Uvádzajú, že študenti, ktorí majú sociálnu podporu a sociálnu interakciu po tom, čo boli svedkami vojny, zažívajú menej úzkosti, depresie a pocitov osamelosti (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])).

všeobecnosti naznačuje, že sociálna opora je postavená na „sebapoňatí“ jednotlivca. Ide o extrémny a nepredvídateľný charakter udalostí počas vojny, ide o ťažké životné okolnosti, ktoré majú vysokú mieru rizika pre život a zdravie. V závere možno generalizovať, že sociálna opora dokáže udržať psychickú rovnováhu jednotlivca, zachovať vieru a zdroj na prežitie.

3.2 Črty sociálnej opory vo vojnových podmienkach na mikro, mezo a makroúrovni

V súlade s vybranou sociálno-ekologickou teóriou sociálnej práce stojí v centre nášho záujmu jednotlivec (Obr. č. 4), ktorý je obklopený mikro, mezo a makroúrovňou sociálnej opory. Ide o človeka silne determinovaného vojnovým konfliktom. Človeka, ktorý sa snaží zvládnuť náročné životné situácie spojené s vojnou. Človeka, ktorý sa usiluje o záchranu svojho života, ako aj života svojej rodiny. Čo všetko bude zahŕňať jeho sociálnu oporu? V rámci ktorej úrovne si nájde svoje uplatnenie sociálna práca? V čom môžu byť nápomocní jednotlivcovi sociálni pracovníci a sociálne pracovníčky? Práve na tieto otázky sa pokúsime nájsť v nasledujúcich častiach textu odpovede.

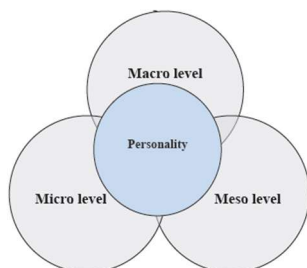


Figure 1. Model of features of social support of the individual in war conditions

Obr. č. 4: Úrovne sociálnej opory
Zdroj: Piankivska (2022, [cit. 2024-05-12])

Mikroúroveň sociálnej opory

Komplexný prieskum *Ratinggroup* v rámci projektu „Ukraine in war conditions“, realizovaný v prvých týždňoch začiatku vojny na Ukrajine, ukázal, že sociálna opora pomáha občanom stabilizovať psychoemocionálny stav, vyvoláva reakcie u obetí a poskytuje oporu iným. Výsledky menovanej štúdie, ktoré prezentuje Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]), potvrdili, že: 72 % občanov neustále komunikuje s príbuznými

a priateľmi; 48 % ľudí komunikuje s priateľmi; 38 % uprednostňuje susedov a napokon 28 % opýtaných preferuje kolegov. Nasledujúca štúdia, ktorá bola realizovaná v tom istom roku, preukazuje prejav pokojných vzťahov a interakcie s rodinou a priateľmi u 94 % skúmaných a 89 % so susedmi. Podľa výsledkov prieskumu analytického centra CEDOS sa zistilo, že väčšina občanov si v prvých dňoch vojny stanovila za prioritu informovať svojich príbuzných a priateľov o jej začiatku a tiež sa chceli uistiť, či sú ich rodinní príslušníci v bezpečí (podľa slov respondentov „v prvých dňoch začiatku vojny nepustili telefón z rúk“). Najvýznamnejšou zložkou komunikácie počas vojny je sociálna opora smerovaná k rodinným príslušníkom, blízkym ľuďom a susedom, ktorí prejavujú rôzne druhy starostlivosti, pretože v prípade strát v rodine trpí každý jej člen.

Zároveň prieskumy analytického centra CEDOS naznačujú aj odvrátenú stranu sociálnej opory. Medzi respondentmi sa vyskytli situácie zhoršenia vzťahov a objavenie sa alebo prehĺbenie konfliktov s príbuznými a blízkymi osobami, ktoré spolu žili. Takéto vzťahy najčastejšie vznikali v dôsledku všeobecného napätia a zhoršenia emocionálneho stavu spojeného s vojnou a v dôsledku rozdielnych názorov na bezpečnostné otázky medzi respondentmi a ich príbuznými a blízkymi. Viacerí zahraniční výskumníci poznamenávajú, že priame rodinné konflikty súvisiace s ekonomickými problémami, nedostatkom súkromia a zasahovaním cudzincov do utečeneckých osád ovplyvňujú dynamiku rodiny a komplikujú rodinný život.

Zaujímavá je aj vízia sociálnej opory autora Snoubara (2021, [cit. 2024-05-10]). Výsledky jeho výskumu ukazujú, že študenti a študentky, ktorí boli svedkami vojny, väčšinou žiadajú o pomoc svojej rodiny. V stresových situáciách zahraniční študenti a študentky najčastejšie hľadajú sociálnu oporu od rodiny, priateľov alebo iných ľudí, ktorí im ju poskytujú, skôr než vyhľadajú odbornú pomoc na prekonanie problémov.

Mezoúroveň sociálnej opory

K obnove psychickej pohody človeka okrem rodiny a priateľov prispieva aj členstvo v kluboch a spoločnostiach (napr. pra-

covné kolektívy, územné spoločenstvá, dobrovoľnícke organizácie). Najvýraznejší vplyv majú tzv. „priateľské emócie“ ľudí vo vzťahu k sebe navzájom a správanie zamerané na pomoc druhým. Snoubar (2021, [cit. 2024-05-10]) uvádza, že rozsiahly podporný systém poskytovaný sociálnymi pracovníkmi a sociálnymi pracovníčkami zohráva významnú úlohu v psychosociálnej rovnováhe osôb, ktorí prežili traumatické udalosti. Na základe prezentovaného preto konštatujeme, že najvýznamnejšiu úlohu sociálnej práce nachádzame práve v rámci mezoúrovne.

Výskumníci D. Somasundaram, S. Shivayokan (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]) potvrdzujú, že opatrenia na úrovni komunity prispievajú k osloveniu väčšej populácie na určitom území a súčasne vykonávajú množstvo preventívnych opatrení na zachovanie duševného zdravia človeka. Uvádzajú tiež, že prežívanie stresujúcich udalostí možno premeniť na stratégie prežitia práve na úrovni komunity, pretože sa ľudia naučili prežiť v extrémne stresujúcich podmienkach. Výsledky sociologickej štúdie *“Ukraine in war conditions”*, dokazujú zapojenie Ukrajincov do sociálnej pomoci a podpory obyvateľstva vo vojnových podmienkach. Zistilo sa, že 33,5 % opýtaných občanov *pomáha iným ľuďom*, ktorí to potrebujú; 18,8 % z opýtaných sa stalo *dobrovoľníkmi*. Prieskum analytického centra CEDOS ukázal, že u občanov, ktorí začali s dobrovoľníctvom počas vojny, sú hlavnými *motívmi* tejto činnosti: *vnútorná potreba* zapojiť sa do dobrovoľníckeho hnutia a udržiavať si vlastný psychoemocionálny stav; prejavenie *zmyslu pre solidaritu a túžbu pomáhať ľuďom*; *zmysel pre povinnosť a vlastenectvo*; *túžba prispieť k víťazstvu vo vojne*; *dostupnosť zdrojov* alebo určitých kompetencií na pomoc. Väčšina opýtaných občanov si zvolila *fyzickú pomoc na mieste* (zabezpečovanie prístreškov, príprava a výdaj potravín ľuďom, nákup potrebných liekov a potravín, triedenie humanitárnej pomoci a pod.), *koordináčné práce* cez existujúcu sieť kontaktov v štáte a v zahraničí a *poskytovanie finančných prostriedkov*. Menšia časť respondentov presmerovala svoje profesionálne aktivity na *dobrovoľníctvo* (psychológovia, prekladatelia, mediálni

pracovníci). Vo všeobecnosti si respondenti zvolili jednu z nasledujúcich stratégií dobrovoľníctva, a to buď sa *zapojili do aktivít existujúcich koordináčnych centier* alebo *poskytovali pomoc samostatne*. Domnievame sa a zároveň súhlasíme s konštatovaním Snoubara (2021, [cit. 2024-05-10].), ktorý vyzdvihuje úlohu sociálnych pracovníkov a sociálnych pracovníčok v menovaných úlohách v rámci komunitnej sociálnej práce.

Sociálna opora smerovaná k iným osobám počas vojny prispieva k zachovaniu integrity jednotlivca, udržiava vnútornú rovnováhu medzi jednotlivcom a spoločnosťou a pôsobí aj ako určitý zdroj sebaaktualizácie a charakteristika osobného rastu jednotlivca. Prostredníctvom sociálnej opory sa človek začleňuje do „nového sveta“ a uvedomuje si svoju vlastnú hodnotu pre spoločnosť. A preto možno konštatovať, že sociálna opora jednotlivca na mezoúrovni počas vojny prispieva k posilneniu hodnoty jednotlivca prostredníctvom prijatia, benevolencie vo vzťahu, starostlivosti, náklonnosti a osobného rastu. Pôsobí tiež ako indikátor integrácie jednotlivca do zmien v sociálnom prostredí a zdroj zachovania integrity.

Makroúroveň sociálnej opory

Čo tvorí makroúroveň sociálnej opory jednotlivca? Spoločnosť, médiá a kultúru možno zaradiť medzi tzv. silné makroúrovňové determinanty, ktoré či už priamo alebo nepriamo ovplyvňujú život človeka v jeho eko-systémovom prostredí. Na štátnej úrovni globálne pracujú *ministerstvá a rezorty* na poskytovaní sociálnej ochrany občanom. *The Ministry and the Committee for Digital Transformation of Ukraine (Ministerstvo a Výbor pre digitálnu transformáciu Ukrajiny)* vytvorili nové služby v aplikácii *Diia* na registráciu sociálnej pomoci pre tých, ktorí prišli o prácu počas vojny a pomoc občanom *Ukrajiny v Poľsku*. V prvých dňoch vojny, *the Ministry of Education and Science (Ministerstvo školstva a vedy)*, spustilo informačnú kampaň o tom, ako upokojiť deti počas vojny, projekty pre deti a dospelých v TV kanáli s názvom *„Take care of yourself”*, (*„Postarajte sa o seba”*), kde poskytujú odporúčania na udržanie duševného zdravia.

Ďalším je kanál „*Support the child*“, kde vyvinuli a organizovali množstvo webinárov, kurzov o psychologickej pomoci a distribuovali relevantné metodické odporúčania. Na základe uvedeného, sa dá skonštatovať, že išlo o dobre premyslenú makrosociálnu politiku, podporu organizácií, posilňovanie sociálnych sietí a väzieb so spoločnosťou a reformy, ktoré sú dôležité pre podporu ľudí, presadzovanie odolnosti komunity k obnove a pomoci. *The Ministry of Culture and Information Policy (Ministerstvo kultúry a informačnej politiky)* v roku 2022 vytvorilo nový projekt „*Zjednotená platforma kultúry a médií počas vojny*“. Tento projekt na štátnej úrovni poskytoval rozsiahlu a silnú sociálnu oporu, podporoval ukrajinský jazyk, kultúru a tradície ukrajinského ľudu, čím posilňoval vieru občanov v seba a svoje schopnosti, vieru v silu rodiny, jej hodnoty, všestrannosť ukrajinského národa, schopnosť vzájomne sa podporovať a prekonávať ťažkosti. Verejné hodnoty, presvedčenia a tradície môžu poskytnúť ochranu pred hromadnou traumou. Hobfoll poukazuje na to, že empiricky overené najúčinnnejšie intervenčné princípy pre včasnú a strednodobú prevenciu po masovej traume sú: opätovné „pripojenie“ (inak by sme to mohli nazvať opätovné kontaktovanie), sociálna opora a pocit kolektívnej účinnosti (Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27])).

Vzhľadom na skutočnosť, že vojna vytvára vysoké nároky obyvateľstva na neustálu informovanosť, na *Ukrajine* počas vojny vzrástla potreba včasných a spoľahlivých informácií o skutočnej situácii v krajine a vojenských udalostiach. Medzi opýtanými občanmi vzrástla dôvera v centrálnu televíziu, tiež kanály v messengeroch, ktoré boli dostupné 24 hodín denne, sa stali najbežnejším spôsobom, ako prijímať informácie včas. Výsledky ukázali, že 78 % starších ľudí dostávalo informačné správy prostredníctvom *tradičnej televízie*, 58 % ľudí v strednom veku – prostredníctvom *internetových stránok*, 62 % mladých ľudí do 35 rokov – predovšetkým prostredníctvom *skupín a kanálov v messengeroch*, ktoré pravdepodobne čiastočne nahradili sociálne médiá (od 49 % až 37 %). V tejto súvislosti stojí za pozornosť skutočnosť, že v prvých týždňoch vojny na

Ukrajine sa komunikácia zmenila a prispôbila vojnovým podmienkam na sociálny, podporný a užitočný obsah.

Autorka Piankivska (2022, [cit. 2024-05-27]) sa domnieva, že makroúrovňová sociálna opora jednotlivcov počas vojny pôsobí ako dôležitá štátna stratégia, ktorá pomáha ľuďom vyrovnať sa s traumatickými zážitkami, môže podporovať a inšpirovať ich rast, sebarozvoj a spoločenskú angažovanosť.

ZÁVER

Zastávame názor, že predložený príspevok naplnil ciele, ktoré boli stanovené v úvode. Je potrebné skonštatovať, že sociálna opora jednotlivca je *mnohorozmerný a dynamický jav*, ktorý sa prispôbuje meniacim podmienkam, ktoré so sebou vojna na *Ukrajine* prináša. Sociálna opora má svoju štruktúru, teda môže byť *emocionálna, informačná, skupinová* alebo *inštrumentálna*. Okrem tohto zistenia je nutné poznamenať, že vychádza od rôznych subjektov, či už od najbližších rodinných príslušníkov, príbuzných, priateľov či kolegov z práce, tak aj zo strany spoločnosti, štátu a kultúry. A preto možno dedukovať, že okrem mikroúrovne, zahŕňa tiež mezo a makroúrovinu. Názory odborníkov a výskumníkov na sociálnu oporu sa líšia, a síce, sociálna opora je vnímaná ako: preventívna aktivita, intervencia, sociálna sieť, ochranný faktor pred vznikom depresie, súčasť sociálneho kapitálu a zmierňujúci prvok symptómov *PTSD*. A napokon, čo je z nášho pohľadu veľmi významné, ako zmocňujúci, resp. posilňujúci prvok integrácie (integračnej politiky sociálnej práce) vo vzťahu k ľuďom, ktorí sú nútení vplyvom vojnového konfliktu opustiť svoje domovy a adaptovať sa na nové podmienky.

Na záver možno tvrdiť, že **komplexná sociálna opora** jednotlivca vo vojnových podmienkach môže nielen pomôcť vyhnúť sa objaveniu sa deštruktívnych následkov traumatických udalostí, ale **prispieť aj k zachovaniu integrity jednotlivca, jeho sebarozvoju, sebazdokonaľovaniu, posttraumatickému rastu a prehodnoteniu vlastného zmyslu života**. Práve s menovanými úlohami môžu jednotlivcom ovplyvneným vojnovým konfliktom pomôcť sociálni pracovníci a sociálne pra-

covníčky v rámci mezoúrovne, a to konkrétne na úrovni komunitnej sociálnej práce a v rámci dobrovoľníctva.

Zoznam bibliografických odkazov

- DIRKZWAGER, Anja J. E, Inge BRAMSEN a Henk M. van der PLOEG, 2003. Social support, coping, life events, and posttraumatic stress symptoms among former peacekeepers: a perspective study. In: *Personality and Individual Differences* [online]. Roč. 34, č. 8, s. 1545-1559 [cit. 2024-05-29]. doi: 10.1016/S0191-8869(02)00198-8. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/222832875_Social_support_coping_life_events_and_posttraumatic_stress_symptoms_among_former_peacekeepers_A_prospective_study
- HALL, J. Camille, 2009. Utilizing social support to conserve the fighting strength: Important considerations for military social workers. In: *Smith College Studies in Social Work* [online]. Roč. 79, č. 3, s. 335-343 [cit. 2024-05-29]. Dostupné z: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00377310903115465>
- HOVANOVÁ, Magdaléna, 2023. *Sociálna opora ako významná súčasť života adolescenta*. Košice: UPJŠ. ISBN 978-80-574-0198-8.
- LAYNE, Christopher, PYNOOS, Robert a William SALTZMAN et al., 2001. Trauma/grief-focused group psychotherapy: school-based post-war intervention with traumatized Bosnian adolescents. In: *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice* [online]. Roč. 5, č. 4, s. 277-290 [cit. 2024-05-29]. doi: 10.1037/1089-2699.5.4.277. Dostupné z: https://www.researchgate.net/profile/Christopher-Layne-4/publication/232597109_TraumaGrief-focused_group_psychotherapy_School-based_postwar_intervention_with_traumatized_Bosnian_adolescents/links/02bfe50e53adb1c8e2000000/Trauma-Grief-Focused-Group-Psychotherapy-School-Based-Postwar-Intervention-With-Traumatized-Bosnian-Adolescents.pdf
- MATOUŠEK, Oldřich, 2013. Sociálno-ekologická teória. In: O. MATOUŠEK et al. *Encyklopedie sociální práce*, s. 74-76. ISBN 978-80-262-0366-7.
- NORRIS, Fran H., Susan P. STEVENS, Betty PFEFFERBAUM, Karen F. WYCHE a Rose PFEFFERBAUM, 2008. Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. In: *American Journal of Community Psychology* [online]. Roč. 41, č. 1-2, s. 127-150 [cit. 2024-05-29]. doi: 10.1007/s10464-007-9156-6. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/5691020_Community_Resilience_as_a_Metaphor_Theory_Set_of_Capacities_and_Strategy_for_Disaster_Readiness
- PIANKIVSKA, Liudmyla V., 2022. Social support of the individual in war conditions: Ukrainian and international experience. In: *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"* [online]. Roč. 8, č. 2, s. 76-84. [cit. 2024-05-10]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/362244271_Social_Support_of_the_Individual_in_War_Conditions_Ukrainian_and_International_Experience
- PREDESCU, Mihai, Loredana Al GHAZI a Ioana DARJAN, 2018. An Ecological Approach of Autism Spectrum Disorders. In: *Journal of Educational Sciences* [online]. Roč. XIX, č. 2, s. 38 [cit. 2024-05-29]. ISSN 2457 – 8673. Dostupné z: https://rse.uvt.ro/pdf/2018/NR2/RSE%202-2018_complet%20edition.pdf
- ROY, Ranjan, 2011. *Social Support, Health, and Illness: A Complicated Relationship*. Toronto: University of Toronto Press. ISBN 978-1-4426-4035-1.
- SARASON, Barbara R., Irwin G. SARASON a Gregory R. PIERCE, 1990. *Social Support: An Interactional View*. New York: J. Wiley & Sons. ISBN 9780471606246.
- SNOUBAR, Yaser a Hamed HAWAL, 2015. Young communities and the impact of wars and conflicts on the healthy growth of young people: Middle East as a model study. In: *European Journal of Interdisciplinary Studies* [online]. Roč. 1, č. 1, s. 129-

136 [cit. 2024-05-10]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/318537861_Young_Communities_and_the_Impact_of_Wars_and_Conflicts_on_the_Health_Growth_of_Young_People_Middle_East_as_a_Model_Study

SNOUBAR, Yaser, 2021. Social work practices and enabling the integration of students from war and conflict zones. In: *Humanities & Social Sciences Communications* [online]. Roč. 8, č. 32, s. 3 [cit. 2024-05-10]. doi: 10.1057/s41599-021-01009-z. Available from: <https://qspace.qu.edu.qa/bitstream/handle/10576/26147/Social%20work%20practices%20and%20enabling%20the%20integration.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

ZASTROW, Charles, 2010, 2008. *Introduction to social work and social welfare empowering people*. Boston: Cengage Learning. ISBN-10 0-495-80952-7.

Afiliácia

Príspevok vznikol s podporou projektov VEGA č. 1/ 0535/23 *Integrácia ukrajinských migrantov a posúdenie náročnej životnej situácie spojenej s krízou vyvolanou vojnovým konfliktom optikou sociálnej práce*, KEGA č. 027PU-4/2022 *Transfer digitálnych technológií do inovácie metodiky odbornej praxe v pregraduálnej príprave študentov sociálnej práce*.

Kontaktné údaje

Mgr. Lívia PASTRNÁKOVÁ, PhD.

Inštitút edukológie a sociálnej práce
Filozofická fakulta
Prešovská univerzita v Prešove
Ul. 17. novembra č. 1, 080 01 Prešov
Email: livia.pastrnakova@unipo.sk