Sytuacja w jakiej znalazł się powiat słupski po jego zajęciu przez Armię Czerwoną w marcu 1945 r. była ciężka. Na porządku dziennym były gwałty, zabójstwa oraz grabieże mienie należącego do Niemców. Znacznemu pogorszeniu uległa aprowizacja i stan sanitarny ludności, wśród której wybuchły epidemie chorób zakaźnych oraz wenerycznych. W takich warunkach pierwsi przedstawiciele polskiego rządu przystąpili do budowania struktur własnej administracji publicznej oraz życia społeczno-politycznego, kulturalnego i gospodarczego. Od samego początku wszystkie działania Polaków wiązały się z dużymi problemami związanymi w dostępie do żywności, lekarstw, nieuregulowanym statusie przynależności Ziem Północnych i Zachodnim oraz stacjonowaniem wojsk sowieckich.

Dążąc do repolonizacji obszarów poniemieckich, rząd Polski przystąpił do wysiedlania ludności niemieckiej w następnych latach oraz osiedlania na ich miejsce przybyłych osadników polskich. Procesy te nie ominęły również powiatu słupskiego, w którym ludność niemiecka w 1945 r. stanowiła jedno z większych skupisk na Pomorzu Zachodnim. Wysiedlenie tak dużej liczby Niemców, stanowiło podstawę przyszłej polityki polskiej opartej na umocnieniu własnej władzy na zajmowanym obszarze.

Poza tym ożywioną działalność prowadziły partie polityczne, które za główny cel postawiły sobie pozyskanie jak największej liczby członków wywodzących się z przybyłych polskich osadników oraz upolitycznienie regionu. Początkowo komuniści wspierali rozwój powiatu pod względem gospodarczym, społecznym i kulturalnym, co uległo zmianie po 1947 r. wraz

z umocnieniem własnej pozycji w kraju oraz pokonanie głównego rywala do władz w postaci PSL. Od 1948 r. przystąpiono do procesu sowietyzacji społeczeństwa, a także wprowadzaniu kolejnych zmian społeczno-politycznych oraz nacjonalizacji gospodarki. Państwo przejmowało wówczas kontrolę nad wszystkimi dziedzinami życia swoich obywateli.

Kolejne zmiany w powiecie słupskim nastąpiły po 1950 r. Wtedy też zostały zniesione samorządy, a w ich miejsce wprowadzono rady narodowe, gwarantujące ingerowanie państwa w sprawy administracyjne. Ludność została poddana szerszej represji ze strony rządu oraz organów bezpieczeństwa. Wszelkie przejawy niezależnego myślenia zostały zniesione. Na skutek tych działań w 1956 r. doszło do daleko idących zmian politycznych w państwie, czego efektem były wystąpienia ludności oraz dojście do władzy Władysława Gomułki. Pod koniec roku w kraju nastąpiła długo oczekiwana odwilż polityczna.

W latach 1945-1956 powiat słupski przeszedł długi proces związany z odbudową oraz umocnieniem pozycji Polaków w regionie. Pomimo czynników politycznych czy administracji, nie należy zapominać, że dużą zasługę mieli zwykli obywatele, którzy często z trudem i dużym poświeceniem przyczynili się do ustabilizowania życia w powiecie słupskim.

The situation in the Słupsk poviat after its occupation by the Red Army in March 1945 was difficult. Rapes, murders and plunders of German property were on the agenda. The provisioning and sanitation of the population significantly deteriorated, among which epidemics of infectious and venereal diseases broke out. In such conditions, the first representatives of the Polish government began to build the structures of their own public administration and socio-political, cultural and economic life. From the very beginning, all Poles' activities were associated with large problems related to access to food and medicine, the unregulated status of belonging to Northern and Western Lands, and the stationing of Soviet troops.  
 Aiming at the repolonization of post-German areas, the Polish government began to deport the German population in the following years and to settle in its place Polish arrived settlers. These processes did not bypass the Słupsk poviat, in which the German population was one of the largest clusters in Western Pomerania in 1945. The displacement of such a large number of Germans was the basis for future Polish policy based on strengthening one's own power in the occupied area.

In addition, political parties conducted lively activities, whose main goal was to acquire as many members as possible from the arrived Polish settlers and politicize the region. Initially, the communists supported the development of the poviat in economic, social and cultural terms, which changed after 1947 along with strengthening his own position in the country and defeating the main rival to the authorities in the form of PSL. From 1948, the process of sovietization of the society began, as well as the introduction of further socio-political changes and the nationalization of the economy. The state took over control over all areas of life of its citizens.  
 Further changes in the Słupsk poviat took place after 1950. Then local governments were abolished and national councils were introduced in their place, guaranteeing the state's interference in administrative matters. The population was subjected to broader repression by the government and security authorities. All expressions of independent thinking have been abolished. As a result of these activities, in 1956 far-reaching political changes took place in the state, which resulted in the occurrence of the population and coming to power of Władysław Gomułka. At the end of the year, the country was in a long-awaited political thaw.  
In the years 1945–1956 the Słupsk poviat underwent a long process related to the reconstruction and strengthening of the position of Poles in the region. Despite political or administrative factors, it should not be forgotten that ordinary citizens had a great merit, who often with difficulty and dedication contributed to the stabilization of life in the Słupsk poviat.