

Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та
мистецтв
Кафедра загальної та практичної психології

Освітня програма: Практична психологія

Спеціальність: 053 Психологія

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

ПЕРЕЖИВАННЯ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ З ПТСР

Студента **Корнієнка Володимира**

Науковий керівник:

Литовченко Ніна Федорівна,
кандидат психологічних наук, доцент

Рецензенти:

Папуча Микола Васильович,
доктор психологічних наук, професор,
Щотка Оксана Петрівна,
кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту: ____ ____ 2023

Завідувач кафедри:

Проф. _____ **Папуча М.В.**

Ніжин-2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ I. ПЕРЕЖИВАННЯ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ ЯК ВНУТРІШНЯ АКТИВНІСТЬ СУБ'ЄКТА	
1.1 Сутність категорії „ситуація” в різних психологічних підходах і школах.....	9
2.2 Переживання як внутрішня активність суб'єкта.....	20
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ II. ПТСР ЯК РЕЗУЛЬТАТ ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІСТЬ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ	
2.1. Механізм формування посттравматичного стресового розладу.....	26
2.2. Чинники розвитку ПТСР	28
Висновки до розділу II.....	29
РОЗДІЛ III. РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ З ПТСР	
3.1 Підбір та обґрунтування психодіагностичного інструментарію.....	31
3.2. Інтерпретація отриманих даних та узагальнення результатів дослідження.....	35
Висновки до розділу III.....	48
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	55

АНОТАЦІЯ

Психологічне дослідження спрямоване на виокремлення, обґрунтування та опис особистісних особливостей переживання людиною критичних ситуацій.

У роботі обґрунтовано поняття «критична ситуація», уточнена його психологічна сутність у порівнянні з іншими використовуваними у сучасній психології поняттями. Суб'єктивні переживання виступають особливою формою внутрішньої діяльності, націленою на відновлення психологічної рівноваги, втраченої осмисленості буття. Особливості переживання залежать від того, які смисли людина вкладає в ситуацію, яку переживає.

У результаті проведеного емпіричного дослідження та порівняння особливостей переживання екстремальних ситуацій з переживанням життєвих подій виявлено суттєві, статистично значимі відмінності, пов'язані з переживанням комбатантами відчуття своєї місії в цьому світі, переконаністю у тому, що переживання важких подій сповнене смислу, з позитивною оцінкою пройденого життєвого шляху, задоволеністю тим, що вдалося досягнути і вирішити. У дослідженні показано, що переважній більшості досліджуваних, яким довелося пережити критичну ситуацію, властиві ціннісні переживання, які відзначаються формуванням нових смислів. Серед досліджуваних контрольної, студентської вибірки, навпаки, переважають реалістичні переживання, у ході яких особистість приймає реальність такою, як вона є, пристосовується до неї, відмовляється від того смислу життя, який був раніше.

Ключові слова: ситуація, критична ситуація, травмівна ситуація, переживання, смисл, військовослужбовці, комбатант.

ABSTRACT

Psychological research is aimed at identifying, justifying and describing the personal characteristics of a person's experience of critical situations.

The work substantiates the concept of "critical situation", specifies its psychological essence in comparison with other concepts used in modern psychology. Subjective experiences are a special form of internal activity aimed at restoring psychological balance, the lost meaningfulness of being. The specifics of the experience depend on what meanings a person puts into the situation he is experiencing.

As a result of the conducted empirical research and comparison of the features of experiencing extreme situations with the experience of life events, significant, statistically significant differences were found, related to the combatants' experience of a sense of their mission in this world, the conviction that the experience of difficult events is full of meaning, with a positive assessment of the past life path, satisfaction with what has been achieved and resolved. The research shows that the vast majority of the subjects who had to experience a critical situation are characterized by valuable experiences that are marked by the formation of new meanings. On the contrary, realistic experiences predominate among the subjects of the control, student sample, during which the individual accepts reality as it is, adapts to it, and renounces the meaning of life that existed before.

Key words: situation, critical situation, traumatic situation, experiences, meaning, servicemen, combatant.

ВСТУП

Актуальність теми. Переживання - переробка свідомістю людини подій її життя, перетворення їх на життєвий досвід. Таке розуміння переживання аналогічно англійській поняттю *experience*, що перекладається і як досвід, і як переживання. Крім формування життєвого досвіду особистості, процеси переживання сприяють прояву ставлення людини до подій власного життя, усвідомлення їх особистісних смислів. Переживання пов'язані з сенсом життя людини. За Віктором Франклом, цінності переживання є важливою сферою, в якій можливе набуття втраченого сенсу життя. На цьому заснований запропонований ним метод лікування ноогенних неврозів - логотерапія.

Переживання - особлива внутрішня діяльність, спрямована на подолання людиною дисгармонійного емоційного стану, пов'язаного з критичними життєвими ситуаціями, на підвищення гармонійності та свідомості життя. Подібні переживання становлять основу «роботи скорботи», «роботи гострого горя», викликаних тяжкою втратою. Ф. Ю. Василюк, аналізуючи поняття переживання, показав, що воно виконує захисну і компенсаторну функції, протікає за принципом захисних механізмів і має на меті: тут-і-тепер задоволення, реалізацію мотиву, впорядкування внутрішнього світу, самоактуалізацію. Типи переживань визначаються типологією життєвого світу особистості. Значення ситуації в цілому та її складових для життя та існування особистості є безперечним і визнаним фактично всіма підходами, що намагаються пояснити людську поведінку. Відрізняються вони тим, наскільки ситуаційні фактори можуть детермінувати поведінку людини.

Як поняття, „ситуація” нерідко взагалі не визначається в психологічній літературі, чи визначається досить розмито та неоднозначно. Розуміння ситуації як феномену в різних підходах визначається по-різному, залежно від парадигми, в який воно склалося.

Останнім часом психологія ситуації, а в більш широкому розумінні психологія середовища, є досить популярним напрямом. В цілому в період з 1920 р. до 1960 р. (1960-ті рр. прийнято вважати початком системного вивчення взаємодії людини з оточуючим середовищем, саме в рамках психологічної науки) цей підхід дуже активно розвивався в руслі просторової організації життєдіяльності людини, особливо відносно простору організації людського спілкування, традиції якого продовжила екологічна психологія. Більш персоналізованою була лінія дослідження особистісного простору людини. В самостійний напрям оформилась екологічна психологія, виникнення якої пов'язують з кризовим станом довілля, руйнівним впливом цивілізації на людину.

За даними різних джерел, клінічно оформленими ПТСР страждають від 12,5% до 44% ветеранів війни, а часткові ознаки цього симптомокомплексу у віддалений період виявляються у 63-91,5% випадків (Н. Тарабріна, 2001; В. Новіков, О. Малашенко).

Отже, актуальним питанням для сучасних психологічних досліджень є вивчення сутності та впливів на життя людини критичних ситуацій.

Об'єкт дослідження: переживання особистістю критичних ситуацій.

Предмет дослідження: переживання критичних ситуацій військовослужбовцями з ПТСР.

Гіпотеза – особливостями переживання критичних ситуацій військовослужбовцями з ПТСР є зміна смисложиттєвих орієнтацій та значимості альтруїстичних, екзистенційних, сімейних цінностей.

Мета: визначити й обґрунтувати особливості переживання критичних ситуацій військовослужбовцями з ПТСР.

Завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми переживання особистістю критичних ситуацій в сучасній психології.
2. Підібрати та реалізувати психодіагностичний інструментарій для дослідження переживання особистістю критичних ситуацій.

3. Здійснити порівняльний аналіз отриманих даних військовослужбовців з контрольною групою.

4. Описати та обґрунтувати особливості переживання критичних ситуацій військовослужбовцями з ПТСР.

Методологічною та теоретичною основою дослідження є: (О.М.Леонтьєв, Д.О.Леонтьєв, Л.С.Виготський, Б.С.Братусь, А.Ю.Агафонов, О.Ю.Артем'єва, О.А.Тимошенко, В.Е.Чудновський, Н.В.Чепелєва, В.Франкл та ін.) Так, смисл розглядався, як реальна взаємодія з навколишнім світом, життям, діяльністю людини (Д.О.Леонтьєв та Л.С.Виготський), смисл життя, як те, що потрібно знайти та здійснити у зовнішньому світі (В.Франкл, А.А.Пископель), смисловий аспект Діалогу в контексті проблеми підготовки майбутніх практичних психологів (О.А.Тимошенко), суб'єктивний та об'єктивний смисли (А.Шюц), тощо.

Для розв'язання поставлених завдань використано **комплекс теоретичних та емпіричних методів:** метод аналізу та узагальнення психологічної літератури з даної теми; метод теоретичного порівняння; методологічною основою нашого дослідження є ряд таких діагностичних процедур: «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР», Тест смисложиттєвих орієнтацій (Леонтьєв Д.О.); Методика дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.). Для обробки отриманих даних використовувалися методи математичної статистики. Загальна кількість вибірки становить 37 осіб, з них – 17 військовослужбовців з бойовим досвідом однієї з військових частин та 20 студентів-психологів Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, які у перші місяці повномасштабного вторгнення перебували на окупованих територіях, пережили обстріли, обшуки, контакти з окупантами та інші травмуючі обставини.

Теоретичне значення дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані для більш фундаментального дослідження особливостей внутрішнього світу військовослужбовців та динаміки її розвитку. Також результати дослідження мають цінність

психотерапевтичного характеру і можуть використовуватися в процедурі психологічного консультування.

Практичне значення дослідження: результати дослідження можуть бути корисними для практичних психологів, психологів-консультантів, при плануванні психореабілітаційних заходів, а також можуть бути використаними для психологічної просвіти та подальших теоретичних розробок в галузі психології.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаної літератури

Розділ І. ПЕРЕЖИВАННЯ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ ЯК ВНУТРІШНЯ АКТИВНІСТЬ СУБ'ЄКТА

1.1 Сутність категорії «ситуація» в різних психологічних підходах і школах.

Під просторово предметним світом в психології середовища розуміють середовище серед елементів якого є матеріальні, створені людиною об'єкти, предмети розташовані певним чином у просторі.

Як самостійна ця галузь оформилась на початку 70-х рр. ХХ ст., до того зона розвивалась в рамках таких наук як екологія людини та соціальна екологія. Якщо подивитись в контексті історичного розвитку людини, то видно, що поняття екологія людини ширше ніж поняття соціальна екологія. Напрямок екологія людини та соціологія з'явився у працях О.Конта в 1838 р. В теперішній час напрям екологія людини являє собою комплекс дисциплін, які досліджують взаємодію людини як індивіда і особистість з оточуючим природнім і соціальним середовищем.

Ще у 1916р. Р.Парк відмічав, що психологи починають використовувати середовищні поняття та категорії в якості системоутворюючих для дослідження впливу середовища на поведінку людини.

На сучасному етапі вивчення психологи продовжують відчувати труднощі у розробці теорії, хоча в останній час теорія значно розширилась та рушила вперед, але цей прогрес не призводить до згоди між психологами, які вивчають середовище. Вони використовують різні теоретичні підходи та парадигми. Серед теорій, які направляють дослідження, на думку Е.Сандерстома, П. Балла, П. Басбі, Ш. Астмуса [1, 2, 3, 7, 8, 9, 32, 33], найбільш впливовими є наступні шість: теорія збудження; теорія навантаження середовища; теорія стресу та адаптації; теорія регуляції усамітнення; екологічна психологія та теорія

поведінкових умов; трансактний підхід, розроблений Айтманом (1993) та його колегами.

Незважаючи на велику кількість досліджень та аспектів вивчення, недоліком психології середовища є те, що інтереси більшості дослідників, які вивчають середовище, пов'язані з сприйняттям людини та її реакцією на фізичне оточення, природне та штучне. В цілому, психологія середовища з її мультидисциплінарним та прагматичним підходом найчастіше вимірює когнітивні та поведінкові відповіді людей на фізичні характеристики фізичного середовища [1, 2]. Не звертається увага на взаємозв'язок людини, середовища та переживання цього середовища, як наявного на теперішній момент та на значення ситуації як сукупності взаємопов'язаних факторів. Психологи заглиблюються в аналіз поведінкових проявів та окремих реакцій на певні стимули, такі як шум, температура, кольори. Звісно, психологія середовища пам'ятає про суб'єктивні реакції людини, такі як комфорт/дискомфорт, але це є скоріше фіксуванням фактів, ніж глибинним аналізом станів особистості, яка співіснує у середовищі. Але можна відмітити, що інтереси психології середовища мають досить широкий спектр. На думку М. Аргайла, психологія середовища дуже еkleктична і схвильована двома проблемами, які мають вплив на те, яким чином соціальна ситуація розуміється та досліджується. Чи має середовище описуватись в об'єктивних (фізичних), чи суб'єктивних (психічних) термінах? Чи мають люди розглядатися як пасивні учасники середовища, чи як активні його перетворювачі? [9, 25, 28].

Леонова А.В. у своїй роботі зазначає, що для розуміння контексту ситуації фізичний її вимір, площа помешкання чи температура оточення, не має особливого значення, „психологія ситуаційної діяльності - складне свідоме- підсвідоме утворення", для детермінації поведінки для індивіда важливим є те, що містить в собі психічну реальність [27].

В традиціях, закладених в теоріях особистості, вивчались в

основному персональні та інтерперсональні змінні, згадуючи значення ситуаційних, але рідко вивчаючи їх прямо. Дихотомію між внутрішніми (особистісними) та зовнішніми детермінантами ми можемо прослідкувати в працях Платона та Аристотеля, хоча в основному, як, що аналізувати визначення, теоретики особи концентруються на внутрішньому світі людини [20]

До поняття ситуації звертались радянські психологи. Так А.Н. Леонтьєв широко використовував термін „предметна ситуація”, який відносив до суттєвих сторін процесу цілепокладання. Його принцип дії „внутрішнього через зовнішнє” та сформульований С.Л.Рубінштейном „зовнішнього через внутрішнє” не розкриває діалектики взаємодії особистості та середовища. Але крок вперед полягає у тому, що поряд зі значенням середовища має значимість суб'єкту, аналізуючи, вони навіть приходять до крайності, стверджуючи, що безпосереднє джерело перетворюючої активності суб'єкта знаходиться виключно у ньому самому, а середовище наповнює її змістом, задаючи просторово-часові кордони її реалізації [28,32].

Не обмежуючись двома поняттями „людина” та „ситуація”, Б.Ф. Ломов, аналізуючи в рамках системного підходу, розглядав дещо інакше події (зовнішні збудники), які зазвичай розцінюють як причини поведінкових актів. Він наголосив на необхідності розглядати систему впливів в їх цілісності, взаємовідповідності та сукупності [5], що збільшує можливості у розумінні складності та багатопрофільності ситуації як такої.

Дещо далі та глибше, на наш погляд, підійшов до розгляду ситуації Л.С. Виготський. Шукаючи одиницю свідомості, він запропонував розглядати переживання як одиницю свідомості, в якій дано „з одного боку середовище в його відношенні до мене, в тому як я переживаю це середовище, а з іншого діють особливості розвитку моєї особистості. В моєму переживанні складається те, в якій мірі всі мої якості, як вони

склалися в ході розвитку, діють тут в певну хвилину [4].

Л.С. Виготський у своїй роботі, „Криза семи років” зазначає, що необхідно розглядати дитину та її середовище у єдності, не відриваючи одне від одного. У вивченні дитини потрібен поворот від вивчення абсолютних показників, до відносних. Вивчаючи середовище дитини, перш за все, необхідно вивчати його виходячи з його значення для певної дитини: „яке її відношення до певних боків цього середовища”, „кожен крок у русі дитини змінює вплив середовища на неї. Середовище стає з точки зору розвитку відмінним з тієї хвилини, коли дитина переходить з одного вікового періоду в інший”[4].

Він повертається до переживання як до одиниці особистості та середовища, як воно представлено в розвитку, з цього випливає, що в розвитку єдність середовищних та особистісних моментів здійснюється в ряді переживань дитини, яке треба розуміти як внутрішнє відношення дитини як людини до того чи іншого моменту дійсності.

З цього Л.С. Виготський робить висновки про те, що можливим є визначити розвиток дитини через її переживання . Тут суттєвим є відмова від абсолютних показників середовища, дитина є частиною соціальної ситуації, відношення дитини до середовища та середовища до дитини, дається через переживання та діяльність самої дитини: "сили середовища набувають направляюче значення завдяки переживанню дитини" [4; 204]. Тут Л.С. Виготський, на нашу думку, робить великий крок до розуміння ситуації та суб'єкту в ній як цілісності, де переживання виступає ніби містком між людиною та ситуацією, інтеріоризуючи зовнішнє, роблячи його внутрішнім.

На думку С.А. Ковальова та А.В.Філіпова одне з визначень ситуації як полярного, складно організованого суб'єктивного образу об'єктивної дійсності, дозволяє говорити про ситуацію як про елементарну одиницю психічного" [5].

Детальне та досить глибоке визначення ситуації дав К. Левін, він

пише, до необхідно знайти закони, які контролюють психічні події, це означає, що необхідно визначити, за яких умов відбуваються різні типи психічних подій та які ефекти вони мають" [1; 34], та додає, що знання навіть всіх законів не може передбачити поведінку доки до цих законів не стане відома специфічна природа конкретної ситуації, а закони лише визначають функції відношення між відмінними характеристиками подій та ситуацій.

За К. Левіним поведінка являє собою функцію особистості та ситуації („життєвого простору"), що включає як самого індивіда так і його уявлення про життєвий простір. З цього видно, що К.Левін вважає ситуаційні та диспозиційні детермінанти поведінки рівноправними, Його експериментальні дослідження та дослідження його послідовників присвячені перш за все впливу ситуації. Його цікавило на скільки ситуаційні фактори впливають на поведінку, які традиційно вважаються відображенням особистісних диспозицій [1; 34]. Крім того, він розробив принцип паралельних факторів, який дозволяє зрозуміти чому одні фактори ситуації мають більший вплив ніж інші [26; 44-46]. Поняття психологічного поля зараз широко використовується в психологічній науці. Під цим терміном можна зрозуміти ситуацію як суб'єктивізовану дійсність. К. Левін визначив поле як "життєвий простір" індивіда, який складається із суб'єкта та психологічного оточуючого середовища, як воно існує для нього. Можна сказати, що тут він приймає позицію близьку до інтеракціоністів, з одного боку, та Л.С.Виготського з іншого.

До поняття „ситуації"" в цілому та „соціальної ситуації" зокрема зверталися крім К.Левіна й інші соціальні психологи. Термін „соціальна ситуація" часто зустрічається в соціально-психологічній літературі, але щодо його використання немає однозначності. Це поняття на початку використовували відносно міжособистісних умов в лабораторії, в основному як незалежні змінні: умови, задачі, умови

прогривання ролей чи епізоди, внутрішні емоційні стани, чи уявні дії. Деякі психологи будь-який аспект в експерименті, виключаючи лише особистісний, називають ситуаційним. Це створювало труднощі. До того ж, вплив різних аспектів ситуації на незалежні змінні ніколи повністю не розглядався [7,25].

Первін у 1988 році, розглядаючи різноманітні визначення, техніки виміру та намагання класифікувати стимули ситуації та середовища, прийшов до висновку, що визначення розмиті та не адекватні [8].

Автор поняття „локус контролю" Роттер вважав, що ситуації, подібні до підтримки та підкріплення, можливо об'єктивно визначити, а відносини, що між ними склалися, розшифрувати.

Роль ситуації визнавалася в теоріях атрибуції. Було визнано, що люди, оцінюючи результат дій, приписують відповідальність іншим людям, а не ситуації, з іншого боку, коли вони є учасниками ситуації, вони основну роль приписують ситуаційним факторам [7, 8, 25]. Цей феномен було прослідковано в ряді досліджень (Нісбетт (1974), Стормс (1973) та інші), але знову ж таки, не дивлячись на широке використання поняття „ситуація" не обговорюється. Атрибутивні теорії пояснення поведінки та сприйняття причинності не повністю розглядають роль різних аспектів ситуації в цьому процесі. Вони дуже різко визначають відмінності між фізичними та психічними аспектами ситуації та цілком ігнорують тонкі ситуаційні детермінанти атрибуції [27].

Психологи - експериментатори часто проводять свої дослідження в лабораторних умовах, штучно створених, таких як в дослідженнях по конформізму [9], за що підлягають цілком слушній критиці.

Взагалі, у підході до ситуації в експериментальній та соціальній психології можна помітити значні недоліки, дослідники штучно створюють ситуації та вважають, що досліджуваний „відчуває" її так, як здається експериментатору, але досліджуваний має свої виміри.

В своїх працях мікросоціологи підходять до ситуації з досить

відмінної від соціальної психології позиції та досить тонко концентруються на процесі інтеракцій. Базовим є припущення про те, що люди створюють символічне соціальне оточення, в якому ті ж самі фізичні об'єкти набувають смислу внаслідок свого соціального значення, те, що соціальне значення об'єктів в символічному оточенні має описуватись в термінах суб'єктивної цінності з точки зору сприймаючого суб'єкта. Для них опис фізичної чи об'єктивної ситуації є вкрай невірним та неможливим тому, що досліджуватись має ситуація, яка сприймається діючим суб'єктом і те, з чим він взаємодіє - це саме суб'єктивне та символічне розуміння ситуації. Цей підхід концентрується саме на динамічному процесі соціальної взаємодії, розглядаючи індивіда, ситуацію та соціальну систему як ціле [5, 8]. Близьким до точки зору символічних інтеракціоністів є У.Томас, американський соціолог. Він не лише підкреслює роль ситуації, ситуаційної обумовленості в поведінці людини, але й робить акцент на можливості її адекватного пояснення лише за допомогою розуміння суб'єктивного значення ситуації для даного індивіда [27], на його думку, будь-якій діяльності передуює „стадія перегляду, розмірковування, яку можна назвати визначенням ситуації“, більш того, він каже про те, що визначення ситуації не тільки детермінує дії індивіда, які впливають з даного визначення, але й увесь „спосіб життя“, де він має на увазі соціальну ситуацію, у його термінах „соціальну ситуацію відносин“. Тут не важливі факти, що описують реальність, мають значення скоріше індивідуальні когніції та суб'єктивне сприйняття. Ця теорія перегукується з концепцією Х.Томе, професора Боннського університету, який інтегрував положення К.Левіна про психічну єдність людини з оточуючим середовищем, деякі установки когнітивної теорії поведінки, ідеї Мюррея про тематичне структурування особистістю життєвих ситуацій з його особистим оригінальним підходом до вивчення людини в світі

повсякденного життя шляхом психобіографії [4; 3].

Для символічних інтеракціоністів, які виходять з праць Міда (1934), Берга та Лукмана (1966) і Макхью (1968), визначення ситуацій виникають з інтеракцій та комунікацій. Ситуації тут не пасивні, вони активно сприймаються та обговорюються.

Визначення не є чисто ментальними, чи чисто субкультурними. Вони динамічні, різні люди визначають ситуацію по різному [4, 8]. Виходячи з визначення Стоуна та Фебермана (1970), ситуації є ніби сценічними, під цим ми розуміємо, що елементи ситуацій типово збираються, організовуються та контролюються людьми так, що широкий спектр можливостей поведінки в принципі обмежується, коли інші люди „виходять на сконструйовану соціальну сцену” [7, 8, 9, 27].

Цікавим є підхід Гофмана, який визначав ситуацію як момент взаємодії двох, або більше чоловік в процесі їх контакту, а закінченням ситуації момент коли "в зоні контакту більше " немає двох людей. Символічні інтеракціоністи та етнометодологи роблять акцент на мові та значенні, використовуючи приклади Уотфора, щодо того, як назви ситуації, впливають на вибір стратегії поведінки у даній ситуації. Але на відміну від символічних інтеракціоністів, етнометодологи дотримуються позиції, за якою після того як ситуація визначена, це визначення зберігається на час зустрічі. Потім ці значення, які були надані людям чи об'єктам, зберігаються для використання у наступних випадках, тому що люди називають людей та об'єкти, використовуючи одні й ті ж самі семантичні одиниці. В будь-якій ситуації з'являється один й той самий набір термінів, які спрощують взаємодію [7, 8, 9, 27].

Критикуючи етно-методологічний підхід, Харре та Секкорд у 1972 році наводили аргументи відносно того, що соціальна дія не може бути поясненою лише в термінах, правилах та конвенціях, тому важливим компонентом всіх соціальних взаємин є драматичний самомоніторинг. Вся соціальна поведінка контролюється слідуванням

за правилами і що люди ніби стають відповідними певним соціальним ситуаціям - епізодам ("епізод" є центральним поняттям для цього підходу, він визначається як фрагмент і містить поряд із дією думки та почуттями, плани та суб'єктивні відчуття тих, хто в ньому задіяний) [[7, 8, 9, 27]. Аналізуючи підходи до розуміння ситуації необхідно зупинитися, ще на одному, це погляд психологів когнітивно-феноменологічної орієнтації. Вони пропонують крім різноманітних факторів ураховувати, ще й "приватний" досвід попереднього життя, вони, за виразом Л.І. Анциферової, виходять із положення про те, що людина протягом усього життя, будує, добудовує, та перебудовує глибокоособистісну теорію світу", включаючи і її самоконцепцію. Весь досвід життя та передбачуване майбутнє, закріплюються у міні - теоріях у вигляді систем значень та значимостей, переконань та цінностей - вони й регулюють сприйняття та уявлення людини, визначають її інтерпретацію навколишнього світу та дії в цьому світі [5, 7, 8].

Свою теорію індивід намагається зробити угодженою, послідовною теорією зрозумілого та передбачуваного світу [7, 8, 9, 27].

Словник психолога-практика дає таке визначення ситуації - "система зовнішніх по відношенню до суб'єкту умов, які сполучають та опосередковують його активність". Тут зовнішній стан по відношенню до суб'єкту означає ту зовнішню заданність, що сприймається у просторовому відношенні, у часовому відношенні - передування дії суб'єкту, в функціональному відношенні - незалежні від нього відповіді умов в момент дії [27, с.39].

Узагальнюючи вище наведені погляди ми можемо визначити ситуацію, як сукупність факторів зовнішнього та внутрішнього (психічного світу), які включають поряд з теперішньою дійсністю, минуле у всій його наповненості, складене у якості суб'єктивного досвіду та передбачуване майбутнє. При цьому зовнішнє потрібно

розуміти не тільки як наявність фізичних факторів, температури, освітлення, чи розташування стільців, але й як соціальну взаємодію та життєвий простір (за Куртом Левіном). Ситуація існує у нерозривній єдності з індивідом та постійно ним суб'єктивується у процесі переживання.

Якби потрібно було одним словом визначити характер критичної ситуації, слід було б сказати, що це ситуація неможливості. Неможливості жити, реалізовувати *внутрішні потреби* свого життя. Існує чотири ключові поняття, якими в сучасній психології описуються критичні життєві ситуації. Це поняття стресу, фрустрації, конфлікту і кризи. [6].

Типологія “станів” поведінки

1. Свідомо не фрустрованна.
2. Псевдофрустрована - навмисне демонструючи істерику, в надії добитися свого людина втрачає контроль над своєю поведінкою, вона не вільна зупинитися, взагалі регулювати свої дії. Довільність, тобто контроль з боку волі втрачений, проте це не означає, що повністю втрачений контроль з боку свідомості. Оскільки поведінка більш не організована метою, вона втрачає психологічний статус цілеспрямованої дії, але проте зберігає статус засобу реалізації початкового мотиву ситуації - істеричні реакції, утворені в результаті “добровільного посилення рефлексів”.

3. Характерна втрата зв'язку, через який від мотиву передається дії сенс. Людина позбавляється свідомого контролю над зв'язком своєї поведінки з початковим мотивом: хоча окремі дії її залишаються цілеспрямованими, вона діє не ради чогось, а в наслідок чогось.

“Катастрофічна поведінка”, не контролюється ні волею, ні свідомістю суб'єкта. Вона і дезорганізована, і не полягає в змістовно смисловій з мотивом ситуації. [6] Перший тип - ситуація складності,

інші - фрустрації.

Криза може кінчитися на будь-якій стадії, якщо небезпека зникне або знайдеться її вирішення.

Системоутворюючою категорією концепції криз повинна бути категорія індивідуального життя, що розуміється, як ціле, що розгортається, як життєвий шлях особи. Власне кажучи, криза - це криза життя, критичний момент і поворотний пункт життєвого шляху [6].

Типологія критичних ситуацій.

Внутрішньою необхідністю життя особи є реалізація свого шляху, свого життєвого задуму. Психологічним “органом”, тобто тим, що проводить задум крізь неминучі труднощі і складності світу, є - воля.

Воля - це знаряддя подолання “помножених” один на одного сил труднощі і складності. Коли перед обличчям подій, що охоплює найважливіші життєві відносини людини, воля виявляється безсилою (не у даній ізольований момент, а в принципі в перспективі реалізації життєвого задуму), виникає специфічна для цієї площини життєдіяльності критична ситуація - криза.

Два роди кризи

1. Може серйозно утруднити і ускладнити реалізацію життєвого задуму, проте все ще зберігається можливість відновлення перерваного кризою ходу життя. Це випробування, з якого людина може вийти, при цьому життєвий задум буде істотно збережений.

2. Власне криза, робить реалізацію життєвого задуму неможливою. Результат переживання цієї неможливості - метаморфоза особи, переродження її, ухвалення нового задуму життя, нових цінностей, нової життєвої стратегії, нового образу - Я.

1.2 Переживання як внутрішня активність суб'єкта

Термін переживання використовується нами не в звичному для наукової психології сенсі, як безпосередня, найчастіше емоційна, форма даності суб'єктові його свідомості, а для позначення особливої *внутрішньої діяльності, внутрішньої роботи*, за допомогою якої людині вдається перенести ті або інші зазвичай важкі) життєві події і положення, відновити втрачену душевну рівновагу, словом, справитися з критичною ситуацією [6].

Новий термін потрібний тому, що ми хочемо відразу ж, з порогу, відмежуватися від теоретично обмеженої методології, домінуючої у вивченні цієї д)ери психічної реальності, і вести аналіз з позицій певної психологічної концепції - теорії діяльності А.Н.Леонтьєва, а в її арсеналі просто немає відповідного поняття” [17] .

Останній аспект психічного явища і зафіксований в понятті переживання. Таким чином, переживання в психології розуміється як 'розумове переживання", "зорове переживання" і т.п. Щоб точніше з'ясувати сенс зого поняття, необхідно розглянути переживання його відношенню до .відомості. Обидва структурні компоненти психічного явища - наочний зміст і переживання - якое дані свідомості, але дані по-різному, в абсолютно різних режимах спостереження. При активних формах сприйняття, мислення, пам'яті усвідомлюваний наочний зміст виступає як пасивний об'єкт, на який направлена психічна діяльність. Тобто наочний зміст даний нам в усвідомленні, *яке є особливим актом спостереження*, де Спостережуване представляє як об'єкт, а Спостерігач - як суб'єкт цього акту. У разі переживання ці відносини обертаються.

Кожному з внутрішнього досвіду добре відомий факт, що наші переживання протікають спонтанно, не вимагаючи від нас спеціальних зусиль, дані нам безпосередньо самі собою. Сказати про переживання, що воно "дане само собою" - означає підкреслити, що воно саме дане

собі, своєю силою, а не зусиллям акту усвідомлення або рефлексії, інакше кажучи, що спостережуване тут активне і є, отже, логічним суб'єктом, а Спостерігач, навпаки, лише випробовує, зазнає дію даності, пасивний і виступає, як логічний суб'єкт” [16, 17]. “Коли свідомість функціонує як активний Спостерігач, що схоплює свою власну активність, тобто і Спостерігач і Спостережуване володіють -хтивною, суб'єктивною природою, ми маємо справу з рефлексією. І нарешті останній випадок - коли і Спостерігач і Спостережуване є об'єктами і, значить, саме спостереження як таке зникає, - фіксує логічну структуру поняття несвідомого. З цієї точки зору стають зрозумілими поширені фізикалістичні _ явлення про несвідоме, як про місце мовчазної взаємодії психічних сил і речей”[16,68].

Найбільшого поширення в сучасній психології набув варіант цього поняття, до обмежує переживання сферою суб'єктивно значущого. Переживання розуміється в його зіставленні об'єктивному знанню: переживання - це особливе, суб'єктивне, упереджене відображення, причому не відображення навколишнього наочного світу самого по собі, а світу, узятото у відношенні до суб'єкта, з погляду наданих ним (світом) можливостей задоволення актуальних мотивів і потреб суб'єкта. У цьому розумінні нам важливо підкреслити не те, що відрізняє переживання від об'єктивного знання, а те, що об'єднує їх, а саме, що переживання розуміється тут, як відображення, що йдеться про переживання-споглядання, а не про переживання діяльності. [6,23]

Якби потрібно було одним словом визначити характер критичної ситуації, слід було б сказати, що це ситуація неможливості. Неможливості жити, реалізувати *внутрішні необхідності* свого життя.

Боротьба проти цієї неможливості за створення ситуації можливості реалізації миттєвих потреб і є переживання. Переживання - це подолання деякого “розриву” життя, це якась відновна робота, як би

перпендикулярна лінії реалізації життя [24].

Оскільки життя може володіти різними видами *внутрішніх* потреб, природно припустити, що реалізації кожною з них відповідає свій тип стану можливості, а реалізації - свій тип стану неможливості. Можна сказати, що в ситуації неможливості (безглуздя) перед людиною встає “завдання на сенс” не те завдання на втілення в значеннях об'єктивно наявного в індивідуальному бутті, але не наявного свідомості сенсу, про яку тільки і йдеться в теорії діяльності Р.Н.Леонтьєва, а завдання добування усвідомленості, пошуку джерел сенсу, розробка” цих джерел, діяльного витягання з них сенсу і т.д. - словом, виробництва сенсу. [17]. Саме ця загальна ідея *виробництва сенсу* дозволяє говорити про переживання як про продуктивний процес, як про особливу роботу.

Поняття сенсу в концепції А.Н.Леонтьєва

Сенс - значення

Сенс - емоція

Наявність сенсу (свідомість) - відсутність його (безглуздя)

1. є похідною від фундаментальної опозиції знання і відношення: як значення І- одиниця об'єктивного знання про дійсність, так сенс - одиниця суб'єктивного упередженого) відношення до неї. Це перше значення поняття сенсу

абстрагується від конкретної форми його існування в свідомості.

2. зіставлення сенс і емоція - якраз і розрізняє дві основні форми цього нування в свідомості. Емоція - це безпосередній вираз відношення людини до

різних людей або інших подій і ситуацій, а сенс - це вже щось опосередковане значеннями і взагалі знанням, пізнанням самого себе і свого життя: сенс - це емоція з думкою, ічощяпросвітлена думкою.

3. опозиція (свідомість - безглуздя) має зовсім інше походження.

Її виток є торттясенсоутворюючого мотиву. Тільки коли діяльність суб'єкта і взагалі хід тодї розгортаються у напрямі реалізації сенсоутворюючих мотивів, тоді ситуація є осмисленою, такою, що має сенс. Інакше вона стає безглуздою [17].

Якщо на рівні буття переживання - це відновлення можливості реалізації внутрішніх потреб життя, а на рівні свідомості - отримання усвідомленості, то в гімках відношення свідомості до буття робота переживання полягає в досягненні числової відповідності свідомості і буття, що в відношенні до буття, суть *убезпечення його сенсом*, а в відношенні до свідомості - *смісловє прийняття*.

Знаходячись в екстремальних умовах, людина проявляє різні переживання, які ;єякі автори розцінюють як психологічну боротьбу проти неможливості жити, вітчизняний психолог Ф.Е. Василюк із цього приводу говорить, що "це в чомусь сенсі боротьба проти смерті усередині життя". їм було виділено декілька видів переживань людини в критичних ситуаціях:

Переживання гедонії. Воно ігнорує факт, що відбувся, заперечуючи або спотворюючи його за типом "нічого поганого не трапилося". Таке переживання створює ілюзію благополуччя і збереження порушеного змісту життя. Це захисна реакція психіки людини на критичну ситуацію.

- *Реалістичне переживання.* У його основі лежить терпляче відношення до того, що відбувається, хоча людина і пристосовує свої потреби і інтереси до сенсу життя, що змінюється. При цьому минулий зміст життя безповоротно відкидається з свідомості.

- *Ціннісне переживання.* Людина визнає наявність критичної життєвої ситуації, яка руйнує сенс її життя. Показово, що при цьому вона відкидає пасивне ухвалення долі. На відміну від попередніх видів переживань, ціннісне переживання будує новий зміст у зв'язку з дією критичної ситуації. Ціннісне переживання може привести людину до

досягнення вищого сенсу життя, що в істотному ступені залежить від інтелектуального, духовного і етичного розвитку людини. Цей вид переживання дає можливість людині зберегти цінності на протигагу абсурдності критичної ситуації і безнадійності його існування, яке здається.

- *Творче переживання.* Воно, як правило, властиво розвиненій вольовій особі, яка в змозі знайти в собі сили шукати вихід з критичної ситуації. Результат кризи для такої людини може виявлятися в двох основних видах: 1. У відновленні перерваного до моменту кризи життя або 2. У переродженні її в інше, нове життя. Переживання людини, викликані наявністю кризових явищ, дають можливість знищити ситуацію безвихідності, протиставивши цьому активні дії з боку людини, які в даному положенні можуть виявитися осмисленими і понад усе вірними, не дивлячись на їх нереальність, яка здається.

Описані види переживань в житті можуть слідувати одне за іншим або діяти комплексно. Залежно від того, який тип переживань буде найбільш сильним, залежить і ступінь збереження даної особи після виходу її з критичної ситуації, наприклад, якщо домінуючим буде переживання гедонії, то особа навіть у разі ліпшого кінця кризи може прийти до регресії. Тільки ціннісні переживання гають можливість людині перетворити потенційно руйнівні сили в їх протилежність, які будуть сприяти зростанню самої особистості.

Висновки до розділу 1.

Ситуацію можна визначити, як сукупність факторів зовнішнього та внутрішнього (психічного світу), які включають поряд з теперішньою дійсністю, минуле у всій його наповненості, складене у якості суб'єктивного досвіду та передбачуване майбутнє. При цьому зовнішнє потрібно розуміти не тільки як наявність фізичних факторів, температури, освітлення, чи розташування стільців, але й як соціальну

взаємодію та життєвий простір (за Куртом Левіном). Ситуація існує у нерозривній єдності з індивідом та постійно ним суб'єктивується у процесі переживання.

Якби потрібно було одним словом визначити характер критичної ситуації, слід було б сказати, що це ситуація неможливості. Неможливості жити, реалізувати *внутрішні потреби* свого життя. Існує чотири ключові поняття, якими в сучасній психології описуються критичні життєві ситуації. Це поняття стресу, фрустрації, конфлікту і кризи.

Системоутворюючою категорією концепції криз повинна бути категорія індивідуального життя, що розуміється, як ціле, що розгортається, як життєвий шлях особи. Власне кажучи, криза - це криза життя, критичний момент і поворотний пункт життєвого шляху

Шукаючи одиницю свідомості, Л.С.Виготський запропонував розглядати переживання як одиницю свідомості. Термін переживання використовується нами не в звичному для наукової психології сенсі, як безпосередня, найчастіше емоційна, форма даності суб'єктові його свідомості, а для позначення особливої *внутрішньої діяльності, внутрішньої роботи*, за допомогою якої людині вдається перенести ті або інші зазвичай важкі) життєві події і положення, відновити втрачену душевну рівновагу, словом, справитися з критичною ситуацією.

РОЗДІЛ II. ПТСР ЯК РЕЗУЛЬТАТ ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ

2.1. Механізм формування посттравматичного стресового розладу

За даними досліджень доведено значний вплив бойового стресу на психічний стан військових. І те, що психотравмуючими аспектами їх діяльності являються не тільки травмуючі події та екстремальні ситуації, а й повсякденні, професійні, які мають накопичувальну дію і пов'язані з травмуючим досвідом (бойовою психічною травмою), що в подальшому може призвести до деформації особистості і переростати в посттравматичний стресовий розлад, що також є складовою адаптації до військових умов. Вивчення і дослідження особливостей бойового стресу, його прояви та подолання негативних наслідків, являються складовими подальшого дослідження проблеми. У результаті аналізу бойового стресу встановлено п'ять напрямків наукових досліджень у вивченні його наслідків, а саме: підготовка фахівців до дій в екстремальних умовах діяльності; вивчення бойового стресу в бойових умовах; розгляд наслідків впливу бойового стресу; надання психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах проходження курсу психологічної реабілітації; організація медико-психологічної допомоги учасникам бойових дій [26, с.117].

З часом травми такого роду набувають форми посттравматичного стресового розладу. Посттравматичний стресовий розлад (далі ПТСР) – стійка реакція на травмівну подію. ПТСР може розвинутися після випробування (травмівної події), під час якого людина зазнала фізичної чи психічної шкоди, відчувала загрозу своєму життю чи життю іншої людини. ПТСР може виникати у будь-кого і в будь-якому віці (навіть у дитини). Але не в кожній особі, яка зазнала травми, розвивається різко виражений або навіть незначний ПТСР. Ступінь розвитку цього розладу та рівень його переживання, часто залежить від тривалості й інтенсивності травмівного

досвіду. Симптоми вважаються проявами ПТСР, якщо вони тривають більше ніж місяць [13, 26].

В результаті впливу факторів бойової обстановки виникають стресові реакції, стани та порушення психіки, які призводять до часткової або повної втрати бойового потенціалу військовослужбовців. Результатом впливу бойового стресу на бійців є бойові психічні травми, що спонукають розвиток їх психотравматизації [12, 26].

Травмівна подія несе в собі зовсім нову інформацію, яка потім перероджується в попередній життєвий досвід. Для неї характерні такі чинники, як інтенсивність, руйнівна сила та раптовість. Емоційний або фізичний бойовий стрес є реакцією на травмівну подію, яку людина може пережити як особисто, так і ставши її свідком.

Бойовий стрес повністю відповідає загальному адаптаційному синдрому Г. Сельє і може бути розглянутим як стан психічного напруження до умов бойової діяльності у процесі адаптації з використанням ресурсного потенціалу.

У середовищі війни бойовий стрес називається дистресом. Бойовий дистрес ініціює негативні процеси в психіці бійців, які порушують нормативне виконання військовослужбовцями своїх прямих професійних обов'язків та сприяє виникненню від неспецифічних до клінічних психологічних проявів і поширенню психічних розладів [21].

При бойовому стресі мобілізуються тілесні й мобільні ресурси, що забезпечує ефективне функціонування психіки в зовнішньому бойовому, соціальному груповому зовнішньому й внутрішньому індивідуально-особистісному середовищах. Цей процес запускається під час тривалої та інтенсивної дії стрес-факторів. Емоційні та інформаційні компоненти психологічного стресу сприяють адаптації бійців до бойового середовища на високих, середніх і низьких рівнях стресу, які в свою чергу, відповідальні за конструктивний, негативний та травматичний вплив бойового стресу на особистість.

При цьому відбувається формування «кризового образу світу», який проявляється високим рівнем тривожності, відчуттям небезпечності зовнішнього світу (розцінюється людиною як втручання світу в особисте життя або навпаки, відчуття, що світ відкидає її), формування так званої тріади «безнадія, безвихідь, беспорядність», сприйняття себе беззахисним, безсилим, переможеним, приниженим, людиною, яка не може долати труднощі та змінювати своє власне життя. При цьому відбувається формування так званого «комплексу жертви» з проявами у вигляді зниження самооцінки, прояви апатії, відмови від відповідальності, занурення у світ фантазій та марень, перекидання провини власних невдач на зовнішні обставини. Усі ці ознаки свідчать про глибоку травматизацію особистості, яка характеризується почуттям відчуження від навколишнього світу та інших людей.

2.2. Чинники розвитку ПТСР

Процес травматичного порушення може пояснюватись тим, що під час дії стресу виникає порушення нейрофізіологічної рівноваги і тому, відповідні відділи кори головного мозку не можуть регулювати пережитий досвід. Тому, відбувається певне «зависання» в цій стресовій ситуації, із-за відсутності адекватної реакції та упорядкування травматичного досвіду. Відсутність нейрофізіологічного балансу блокує інтеграцію в пам'яті (вербальні спогади у логічному й хронічному порядку) сильних сенсорних переживань. В результаті чого, вони залишаються в системі імпліцитної пам'яті фрагментарно (у вигляді образів, тілесних переживань або певних вражень). Система такої пам'яті не контролює появу сенсорних переживань на свідомому рівні людини і тому, вони можуть оживати у будь-який момент. Саме це явище і є основою основного симптому стресового розладу і має назву «флеш-бек». Переживання такого роду супроводжуються почуттями страху та сорому. Для того, щоб хоч якось заглушити чи пригальмувати сенсорну симптоматику, пацієнти соціально ізолюються. При цьому, в нерідких випадках, у них можуть формуватися різні залежні форми поведінки, такі як

алко/нарко-залежності, ігроманія. Ще одним способом, за допомогою якого психіка намагається впоратись з неконтрольованими спогадами є дисоціація. Спочатку вона чинить захисну дію у подоланні нестерпної ситуації, але з плином часу вона набуває більш глобального характеру, що може спричинити руйнування загальної структури особистості.

Якщо ж говорити про методи психотерапії та психокорекції, то головну роль займає інтегративний підхід. Травмуюча ситуація негативно впливає на самооцінку особистості, на її здатність до постстресової адаптації. Саме тому, під час реабілітації постраждалих значна увага приділяється саме особистості людини. Тому психотерапія має бути спрямована на створення нової когнітивної моделі життєдіяльності; афективну переоцінку травматичного досвіду; відновлення відчуття цінності особистості; відновлення можливості подальшого існування у світі [15, 21].

Широко та успішно застосовуються психодинамічний, біхевіоральний та когнітивний підходи психотерапії. За формою проведення групові, індивідуальні та поєднані.

Сукупність факторів, таких як: інтенсивність травмуючих переживань, час перебування в психотравмуючих умовах, своєчасність надання психологічної допомоги та особистісні й психологічні особливості, можуть впливати на прояв наслідків участі в бойових діях й набувати короткочасного чи довготривалого характеру. Тривалі прояви порушень в результаті участі в бойових діях зокрема, називають посттравматичним синдромом, або ПТСР.

Наслідком участі в бойових діях є травматична зміна й свідомості комбатантів. Особливості життя у «війні» спричиняють втрату себе як частину соціуму, її цілісної складової, після повернення до мирного життя. Це зумовлює порушення адекватної соціальної взаємодії й негативно впливає на процеси самореалізації та самоприйняття.

Висновки до розділу II.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – стійка реакція на

травмівну подію. ПТСР може розвинутися після випробування (травмівної події), під час якого людина зазнала фізичної чи психічної шкоди, відчувала загрозу своєму життю чи життю іншої людини. Ступінь розвитку цього розладу та рівень його переживання, часто залежить від тривалості й інтенсивності травмівного досвіду. Симптоми вважаються проявами ПТСР, якщо вони тривають більше ніж місяць.

При бойовому стресі мобілізуються тілесні й мобільні ресурси, що забезпечує ефективне функціонування психіки в зовнішньому бойовому, соціальному груповому зовнішньому й внутрішньому індивідуально-особистісному середовищах. Цей процес запускається під час тривалої та інтенсивної дії стрес-факторів. Емоційні та інформаційні компоненти психологічного стресу сприяють адаптації бійців до бойового середовища на високих, середніх і низьких рівнях стресу, які в свою чергу, відповідальні за конструктивний, негативний та травматичний вплив бойового стресу на особистість.

При цьому відбувається формування «кризового образу світу», який проявляється високим рівнем тривожності, відчуттям небезпечності зовнішнього світу (розцінюється людиною як втручання світу в особисте життя або навпаки, відчуття, що світ відкидає її), формування так званої тріади «безнадія, безвихідь, беспорядність», сприйняття себе беззахисним, безсилим, переможеним, приниженим, людиною, яка не може долати труднощі та змінювати своє власне життя.

Наслідком участі в бойових діях є травматична зміна й свідомості комбатантів. Особливості життя у «війні» спричиняють втрату себе як частину соціуму, її цілісної складової, після повернення до мирного життя. Це зумовлює порушення адекватної соціальної взаємодії й негативно впливає на процеси самореалізації та самоприйняття.

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ З ПТСР

3.1. Підбір та обґрунтування психодіагностичного інструментарію

Дослідження проводилось в одному з військових підрозділів (17 військовослужбовців) та у межах Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Респондентами контрольної вибірки виступили 20 цивільних осіб, студентів-психологів, які у перші місяці повномасштабного вторгнення перебували на окупованих територіях, пережили обстріли, обшуки, контакти з окупантами та інші травмуючі обставини.

Для емпіричного дослідження смисложиттєвих орієнтацій використано такі методики:

- «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР»
- Тест смисложиттєвих орієнтацій, Леонтьєв Д.О.;
- Методика дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.)

Для проведення дослідження було використано «коротку шкалу тривоги, депресії та ПТСР», яка призначена для виявлення первинних симптомів у осіб, які пережили психічні травми різного виду. Це один з інструментальних методів дослідження, який дає змогу виявити та дати оцінку наявності, інтенсивності тривожних, депресивних симптомів, а також симптомів ПТСР (спочатку вона була призначена для виявлення саме ознак ПТСР). Шкала широко використовується практичними психологами, клінічними психологами, а також лікарями. Її було створено у США, 1996 року. Адаптація та переклад було виконано І. О. Котенєвим, того ж року.

Простота й доступність даного методу діагностики полягає у невеликій кількості конкретних запитань, передбачаючи конкретні відповіді, що дає змогу з легкістю використовувати її в роботі з пацієнтами різних категорій (вікових, соціальних), використовуючи її навіть в «польових» умовах.

Депресивні, тривожні розлади й ПТСР досить часто мають взаємопов'язану симптоматику й присутність цього фактору може значно ускладнювати діагностику та лікування. Саме тому, використання певної шкали дає змогу дати структуровану оцінку симптомів й дає можливість оцінити ефективність лікування у майбутньому. Тест смисложиттєвих орієнтацій, Леонтьев Д.О.

Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) був розроблений Д.О. Леонтьевим на основі Purpose in-Life-Test, розроблений Дж. Крамбо і Л. Махоликом в 1964 році.

Усвідомленість життя особистості не є внутрішньо однорідною структурою. Не дивлячись на малий об'єм опитувальника він дозволяє провести аналіз чинника загального показника осмисленості життя.

Неважко побачити, що ці три категорії співвідносяться з цілями (майбутнім), процесом (теперішнім) і результатом (минулим). Два останні фактори характеризують внутрішній локус контролю, з яким, згідно з даними досліджень, осмисленість життя тісно пов'язана, причому один з них характеризує загальне світоглядне переконання в тому, що контроль можливий - локус контролю-життя (керованість життя), а другий відображає віру у власну здатність здійснити такий контроль - локус контролю-Я (Я - господар життя). Текст методики поданий у Додатку 1.

Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) включає разом із загальним показником усвідомленості життя п'ять субшкал, що відображають три конкретні смисложиттєві орієнтації та два аспекти локуса контролю:

1. Цілі в житті. Бали за цією шкалою характеризують наявність або відсутність в житті респондента цілей у майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість і часову перспективу. Низькі бали за цією шкалою навіть при загальному високому рівні ОЖ будуть притаманні людині, яка живе сьогоднішнім або вчорашнім днем. Разом з тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не тільки цілеспрямованої людини, але і прожектерів, плани якого не мають реальної опори в сьогоденні і не

підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, з огляду на показники по інших шкалах СЖО.

2. Процес життя, або інтерес та емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний смисл життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник говорить про те, чи сприймає людина сам процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і сповнений смислом. Високі бали за цією шкалою і низькі за рештою будуть характеризувати гедоніста, що живе сьогоднішнім днем. Низькі бали за цією шкалою - ознака незадоволеності своїм життям в цьому; при цьому, проте, йому можуть надавати повноцінний смисл спогади про минуле або націленість у майбутнє.

3. Результативність життя, або задоволеність самореалізацією. Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною і осмисленою була прожита її частина. Високі бали за цією шкалою і низькі за рештою будуть характеризувати людину, яка доживає своє життя, у якій все в минулому, але минуле здатне надати смисл залишку життя. Низькі бали - незадоволеність прожитого частиною життя.

4. Локус контролю-Я (Я - господар життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, що володіє достатньою свободою вибору, щоб побудувати своє життя відповідно зі своїми цілями і уявленнями про його смисл. Низькі бали - невіра в свої сили контролювати події власного життя

5. Локус контролю-життя, або керованість життя. При високих балах - переконання у тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у життя. Низькі бали - фаталізм, переконаність у тому, що життя людини не підвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Методика дослідження системи життєвих смислів Котляков

В.Ю.

Методика дослідження системи життєвих смислів є простим та зручним у використанні інструментом для визначення складу системи життєвих смислів, тобто для відповіді на питання, які категорії життєвих смислів і в якому співвідношенні представлені в системі життєвих смислів досліджуваного.

Об'єднання варіантів індивідуальних життєвих смислів в крупніші групи або категорії (по аналогії з класифікаційними категоріями П. Иберсола) призвело до виділення 8 таких категорій життєвих смислів.

В рамках цієї класифікації всі життєві смисли можуть бути віднесені до альтруїстичних, екзистенційних, гедоністичних, статусних, комунікативних, сімейних, когнітивних, самореалізації.

Обґрунтування математичних методів обробки даних

Для обробки та інтерпретації отриманих при дослідженні даних було використано такі математичні методи: критерій Колмогорова-Смірнова, Т-критерій Стьюдента.

Критерій Колмогорова-Смірнова необхідно використати для перевірки нормальності розподілу вибірки. Цей критерій дозволяє знайти найбільшу суму накопичених розходжень між двома розподілами і оцінити достовірність цього розходження.

Якщо різниці між двома розподілами суттєві, то в певний момент різниця накопичених частот досягає критичного значення, і можна признати різниці статистики достовірними. В формулу критерія включається ця різниця. Чим більше емпіричне значення A , тим більш суттєві відмінності.

Т-критерій Стьюдента — загальна назва для статистичних тестів, у яких статистика критерію має розподіл Стьюдента. найчастіше Т-критерії застосовуються для перевірки рівності середніх значень в двох вибірках.

Критерій Стьюдента є параметричним і оснований на припущенні про нормальність вибірки даних. Тому перед застосуванням критерію Стьюдента

необхідно визначити нормальність розподілу.

3.2. Інтерпретація отриманих даних та узагальнення результатів дослідження

Дослідження проводилось в одному з військових підрозділів (17 військовослужбовців) та у межах Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Респондентами контрольної вибірки виступили 20 цивільних осіб, студентів-психологів випускного курсу (бакалаврату), які у перші місяці повномасштабного вторгнення перебували на окупованих територіях, пережили обстріли, обшуки, контакти з окупантами та інші травмуючі обставини.

Застосування опитувальника «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР» вдалося отримати та інтерпретувати дані стосовно наявності–відсутності ПТСР та супутніми йому тривожними і депресивними симптомами. За отриманими даними виявилось, що відсутність проявів ПТСР, тривожності та депресивного стану спостерігається у 9 респондентів (16% вибірки), 2 з яких належать до цивільних і 4 - до військовослужбовців ЗСУ.

Таблиця 1.

Прояви ПТСР респондентів

	наявність ПТСР	відсутність ПТСР
військові	7	10
цивільні	2	18
%	24	76

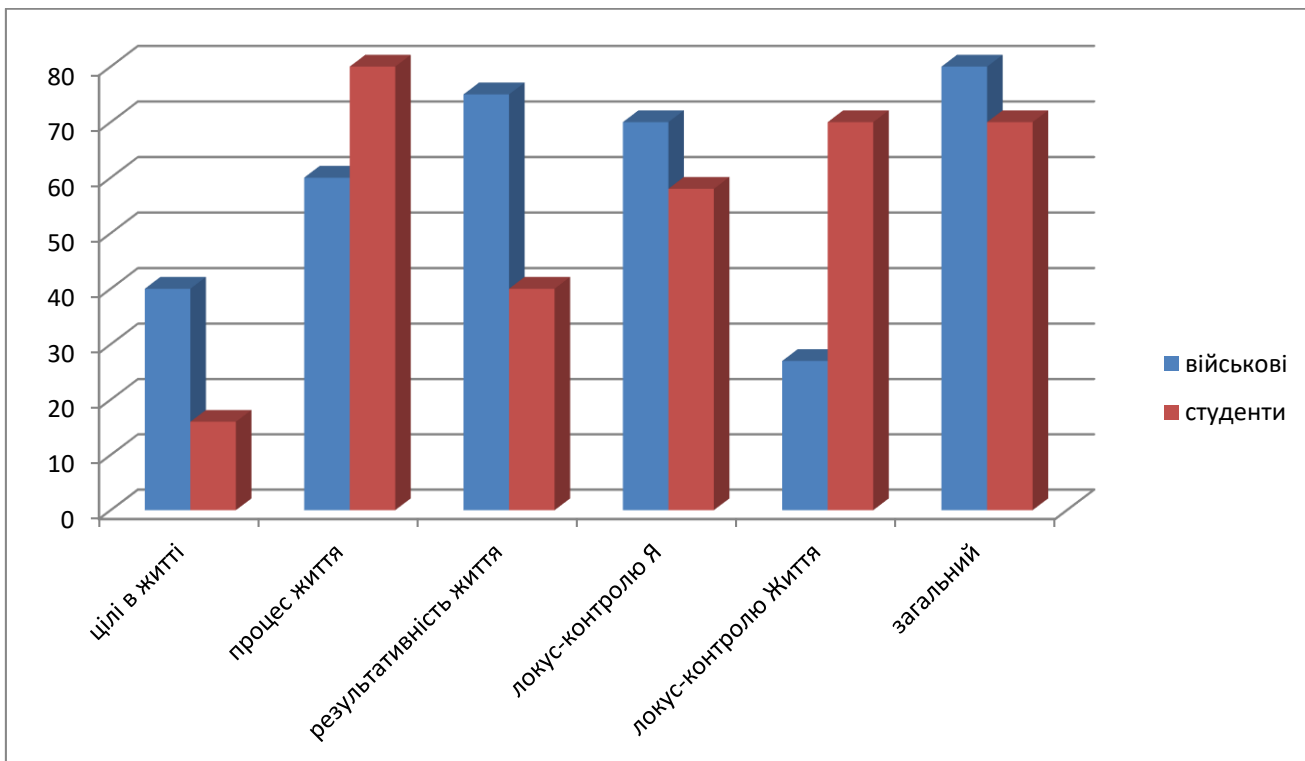
Як видно з Табл. 1, прояви ПТСР діагностовано у четвертої

частини вибірки, переважно у військовослужбовців ЗСУ.

Надалі в аналізі емпіричних даних порівнювалися дані двох частин вибірки – респондентів з ПТСР, зокрема, військовослужбовців та цивільних - студентів-психологів.

Методика смисложиттєвих орієнтацій показала існування значних відмінностей у групах досліджуваних. Результати показані на рис. 1.

Рис. 1.

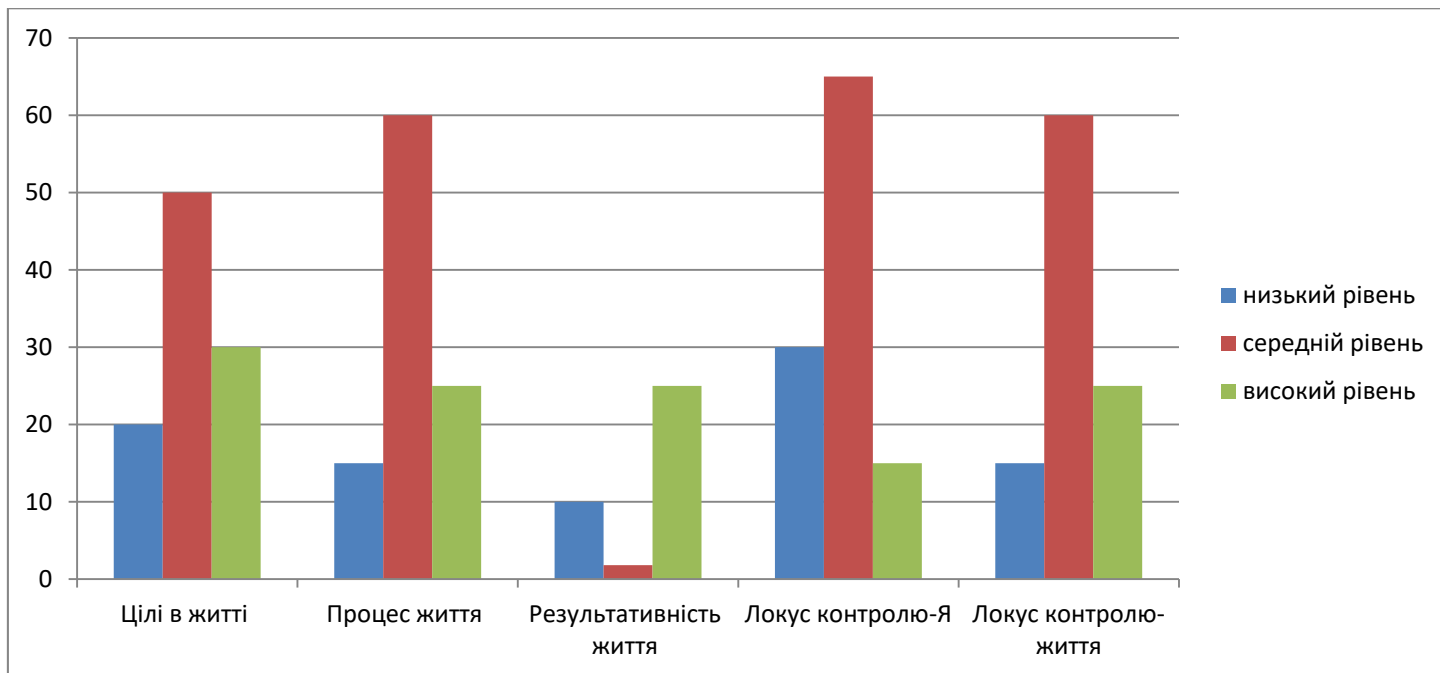


При якісній обробці отриманих даних, можна зробити висновок, що за шкалою Цілі в житті - наявність у вибірці військовослужбовців визначеність цілей в майбутньому, котрі надають життю осмисленість, направленість та часову перспективу, порівняно з контрольною вибіркою

студентів; за шкалою Процес життя - про сприймання респондентами процес свого життя, як цікавий, емоційно насичений та наповнений смыслом; за шкалою Результативність життя — про задоволеність респондентами результатом свого життя, оцінка його, як продуктивного та осмисленого, задоволеність самореалізацією, причому у військовослужбовців явно визначене переважання показників за даною шкалою. За шкалою Локус контролю-Я - уявлення у студентів про себе, як про особистість, котра може контролювати події власного життя; за шкалою Локус контролю-життя - відносна керованість життя, віра в те, що поведінка обумовлюється як внутрішніми, так і зовнішніми факторами. У групі військовослужбовців за даною шкалою суттєво нижчі показники. Вірогідно, це пов'язано з травмівним досвідом перебування в бойових умовах, які несуть серйозну загрозу життю, де людина відчуває свою неможливість повністю контролювати ситуацію, а значить, відчуває безсилля та безпорадність.

Представлений порядок у системі смисложиттєвих орієнтацій та аспектів локусу контролю студентів є усередненим. В індивідуальних варіантах присутні значні коливання. Дані коливання можна розглянути за допомогою гістограм представлених нижче.

Рис. 2. Графічне зображення рівня вираженості смисложиттєвих орієнтацій та аспектів локусу контролю у відсотковому відношенні.



З гістограми видно, що за шкалою Цілі в житті у 30% даної групи респондентів низькі бали, що є притаманно для людей, котрі живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, а у 15% - високі, що характерно для людей, плани яких не підкріплюються особистісною відповідальністю за їх реалізацію; за шкалою Процес життя - у 20% високі бали притаманні гедоністам, що живуть сьогоднішнім днем, а у 15% - низькі (ознака того, що люди незадоволені своїм життям в теперішньому; за шкалою Результативність життя - у 20% високі бали (люди, котрі доживають своє життя, у котрих все в минулому, яке до речі може надати життю смисл), а у 15% - низькі (незадоволеність прожитою частиною життя; за шкалою Локус контролю-Я - у 30% високі бали (представлення про себе, як про сильну особистість, котра може вибудувати своє життя у відповідності із своїми цілями та уявленнями про його смисл), а у 5% - низькі (не вірять в свою силу контролювати власне життя; за шкалою Локус контролю-життя - у 10% високі бали (впевнені, що людина може контролювати своє життя та вільно

втілювати в нього свої рішення), а у 25% - низькі (фаталісти, впевнені в тому, що людині майже не дано контролювати своє життя, вільно ухвалювати рішення і втілювати їх в життя); за шкалою Загальна осмисленість життя - у 20% високі бали, і у 20% - низькі.

З гістограми контрольної групи студентів видно, що за шкалою Цілі в житті у 20% даної групи респондентів низькі бали, що є притаманно для людей, котрі живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, і у 20% - високі, що характерно для людей, плани яких не підкріплюються особистісною відповідальністю за їх реалізацію; за шкалою Процес життя — у 20% високі бали притаманні гедоністам, що живуть сьогоднішнім днем, а у 25% - низькі (ознака того, що люди незадоволені своїм життям в теперішньому; за шкалою Результативність життя — у 10% високі бали (люди, котрі доживають своє життя, у котрих все в минулому, яке, до речі, може надати життю смисл), а у 25% - низькі (незадоволеність прожитою частиною життя); за шкалою Локус контролю-Я - у 20% високі. Представлення про себе, як про сильну особистість, котра може вибудувати своє життя у відповідності із своїми цілями та уявленнями про його смисл), а у 5% - низькі (не вірять в свою силу контролювати власне життя); за шкалою Локус контролю-життя - у 20% високі бали (впевнені, що людина може контролювати своє життя та вільно втілювати в нього свої рішення), а у 15% - низькі (фаталісти, впевнені в тому, що людині майже не дано контролювати своє життя, вільно ухвалювати рішення і втілювати їх в життя); за шкалою Загальна осмисленість життя - у 20% високі бали, а у 30% - низькі. З гістограми видно, що за шкалою Цілі в житті у 20% даної групи респондентів низькі бали, що є притаманно для людей, котрі живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, і у 20% - високі, що характерно для людей, плани яких не підкріплюються особистісною відповідальністю за їх реалізацію; за шкалою Процес життя - у 20% високі бали притаманні гедоністам, що живуть сьогоднішнім днем, а у 25% - низькі (ознака того, що люди незадоволені своїм життям в теперішньому; за шкалою Результативність життя - у 10% високі бали (люди,

котрі доживають своє життя, у котрих все в минулому, яке, доречі, може надати життю смисл), а у 25% - низькі (незадоволеність прожитою частиною життя; за шкалою Локус контролю-Я - у 20% високі бали (представлення про себе, як про сильну особистість, котра може вибудувати своє життя у відповідності із своїми цілями та уявленнями про його смисл), а у 5% - низькі (не вірять в свою силу контролювати власне життя; за шкалою Локус контролю-життя - у 20% високі бали(впевнені,що людина може контролювати своє життя та вільно втілювати в нього свої рішення), а у 15% - низькі (фаталісти, впевнені в тому, що людині майже не дано контролювати своє життя, вільно ухвалювати рішення і втілювати їх в життя); за шкалою Загальна осмисленість життя - у 20% високі бали, а у 30% - низькі. Виходячи з отриманих емпіричних даних загальна картина показників різних шкал не демонструє нам суттєвих відмінностей між студентами-психологами та контрольною групою. Але виходячи з поставлених задач дослідження нам найбільш цікаві окремі шкали, що відповідають специфіці нашої гіпотези, а саме за нашим припущенням про переважну спрямованість смисложиттєвих орієнтацій студентів-психологів на пізнання себе та навколишнього світу, що відповідає отриманим даним у відсотковому відношенні за шкалою Локус контролю-життя. У 25% студентів-психологів занижений показник за даною шкалою, і тільки у 10% завищений. Тоді, як у контрольній групі студентів, навпаки - у 10% занижений показник, і у 20% - завищений. Тобто, порівняно із контрольною групою студенти-психологи більш переконані у тому, що їхнє життя непідвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє. Отримані дані нашою виходять нас на гіпотетичне припущення про те, що ціннісно-смилова сфера особистості студентів не сформована.

Аналіз отриманих даних за методикою визначення смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) показав переважно високий та вище середнього рівень загальної усвідомленості життя досліджуваних: у вибірці військовослужбовців високий рівень СЖО в 70% досліджуваних, у контрольній вибірці – 56%. Отримані результати свідчать про високий рівень прагнення до пошуку осмисленості власного життя, усвідомлену постановку цілей та переважання обґрунтованих життєвих рішень. Події широкомасштабного вторгнення Росії поставили українців в екстремальну ситуацію виживання та збереження себе як нації, що, вірогідно, стало своєрідним каталізатором смислотворення.

Порівняльний аналіз за шкалами методики СЖО показав відсутність статистично значимих відмінностей за шкалами між вибіркою військовослужбовців та досліджуваними контрольної вибірки. Однак, окремий аналіз даних методики у вибірці комбатантів виявив статистичну значимість відмінностей за шкалою «Результативність життя (задоволеність рівнем самореалізації)» з контрольною групою.

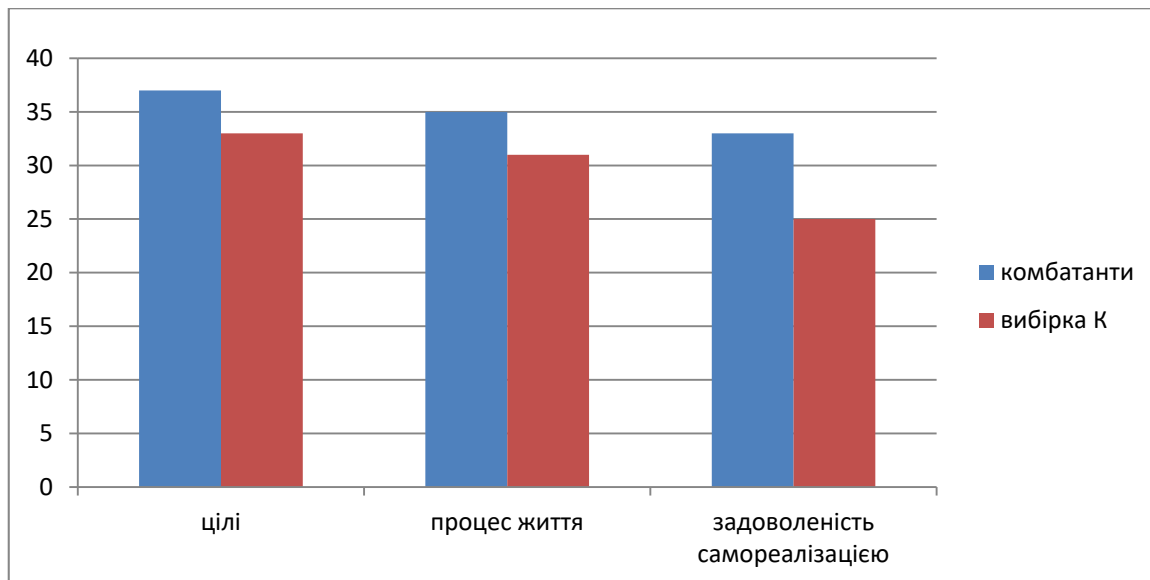


Рис. 3. Задоволеність самореалізацією у вибірках комбатантів та цивільних (Значення t-критерія Стьюдента: 3.08. Різниця статистично значима на рівні ($p=0.005657$))

(умовне позначення вибірка К – Контрольна вибірка студентів)

На статистичному рівні значимості комбатантам властиве відчуття недаремності перенесених страждань і зроблених зусиль, позитивну оцінку прожитого етапу життя, задоволеність тим, що вдалося досягнути й вирішити.

Методика дослідження

системи життєвих смислів Котляков В.Ю.

Для студентів психологів пріоритетнішими виявились когнітивні смисли в системі життєвих смислів.

Дані середні показники графічно проілюстровані у вигляді гістограми (рис.1.4.), що дає нам змогу побачити відмінності між двома групами наших респондентів.

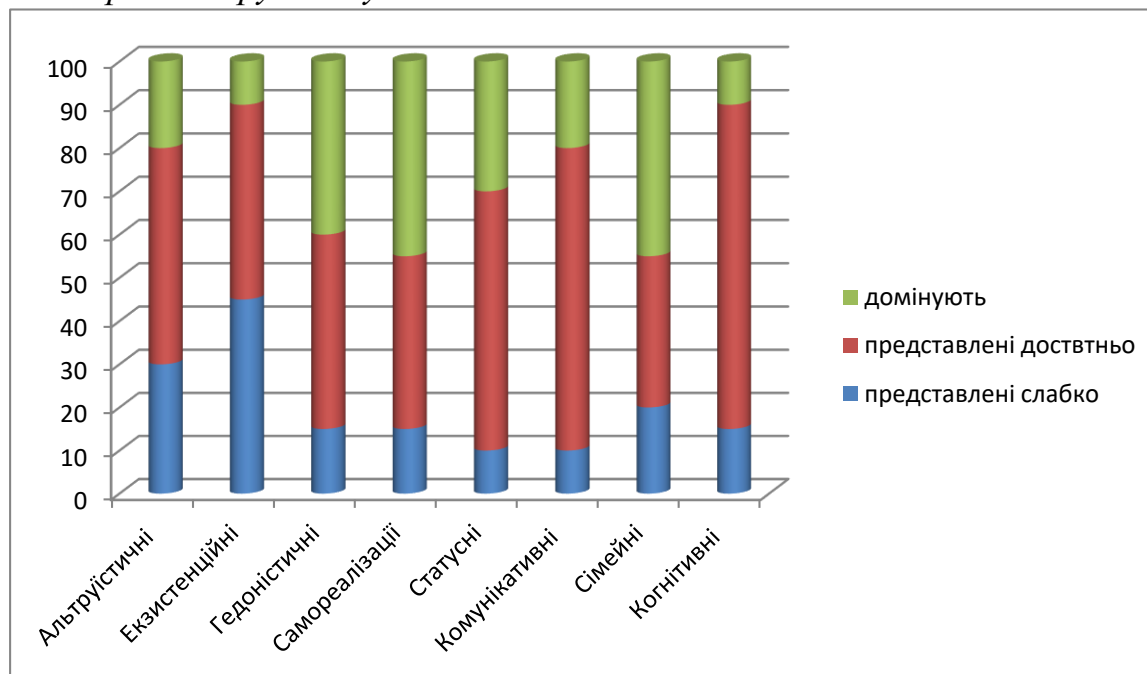
З гістограми видно, що у студентів-психологів, на відміну від військовослужбовців, більш представлені смисли самореалізації та когнітивні смисли. Домінуючими смислами для студентів-психологів є

смишли самореалізації та екзистенційні смишли. Представлений порядок у системі життєвих смислів студентів є усередненим. В індивідуальних варіантах теж присутні коливання.

З гістограми видно, що за шкалою Альтруїстичні смишли (безкорисні діяннн, направлені на благо та задоволення інтересів інших) представлені слабо у 20% студентів, і сильно - у 15%; за шкалою Екзистенційні смишли (смишли власного буття в світі) - у 5% представлені слабо, і у 35% - сильно; Гедоністичні смишли (отримувати від життя насолоду) - у 15% представлені слабо і у 10% - сильно; смишли Самореалізації (опредметнення сутнісного потенціалу особистості у різноманітній соціальній діяльності) - у 10% представлені слабо і у 35%- сильно; Статусні смишли (знаходження людини в порядку міжособистісних відносин, що визначає її право, борг, обов'язки і привілеї) - у 40% представлені слабо і у 10% - сильно; Комунікативні смишли (здатність до встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми) - у 5% представлені слабо і у 10% - сильно; Сімейні смишли (життя заради сім'ї та дітей) - у 15% представлені слабо і у 5% - сильно; Когнітивні смишли (пізнання самого себе та навколишнього світу) - у 20% представлені слабо і у 10% - сильно.

Рис. 4. Графічне зображення рівня вираженості категорій смислів в системі життєвих смислів у відсотковому відношенні.

Контрольна група студентів



З гістограми видно, що за шкалою Альтруїстичні смисли (безкорисні діяння, направлені на благо та задоволення інтересів інших) представлені слабо у 30% студентів, а сильно - в жодного; за шкалою Екзистенційні смисли (смисли власного буття в світі) - у 5% представлені слабо, і у 15% - сильно; Гедоністичні смисли (отримувати від життя насолоду) - у 5% представлені слабо і у 10% - сильно; смисли Самореалізації (опредметнення сутнісного потенціалу особистості у різноманітній соціальній діяльності) - у 10% представлені слабо і у 5%- сильно; Статусні смисли (знаходження людини в порядку міжособистісних відносин, що визначає її право, борг, обов'язки і привілеї) - у 5% представлені слабо і у 30% - сильно; Комунікативні смисли (здатність до встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми) - у 5% представлені слабо і у 5% - сильно; Сімейні смисли (життя заради сім'ї та дітей) - у 10% представлені слабо і у 40% - сильно; Когнітивні смисли (пізнання самого себе та навколишнього світу) - у 70% представлені слабо, а сильно - в жодного респондента.

Виходячи з отриманих емпіричних даних загальна картина показників

різних шкал демонструє нам відмінності між системами життєвих смислів студентів-психологів та військових.

Отримані дані дають нам змогу зробити висновок, що студенти-психологи більш орієнтовані на пізнання себе, навколишнього світу, на відміну від студентів контрольної групи, яких більш цікавить їх успіх, кар'єрне зростання, положення в соціумі, яке і визначає права, обов'язки і привілеї, а також міру психологічного впливу на членів групи.

У студентів-психологів, відмінно від контрольної групи студентів, не значною мірою, та все ж більше виражені альтруїстичні та комунікативні смисли. Студенти-психологи порівняно більше орієнтовані на безкорисні діяння, направлені на благо та задоволення інтересів інших, на встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми, що є логічним, виходячи із специфіки обраної ними професії.

Можна припустити, що спеціальність «психологію» обирає молодь з більш складним внутрішнім світом та системою життєвих смислів, оскільки домінуючими в системі життєвих смислів є екзистенційні смисли та смисли самореалізації. Спеціальність контрольної групи фізико-математичного факультету обирають люди з більш визначеною системою життєвих смислів, оскільки когнітивні смисли представлені дуже слабко в їх системі життєвих смислів.

Описані смисли взаємодоповнюються та ймовірно детермінують прагнення до самореалізації, як кінцевої мети дослідження себе та усвідомлення свого місця в світі, що ми бачимо за шкалами смислів Самореалізації, Екзистенційних та Когнітивних смислів.

Отримані дані нашої роботи наводять нас на гіпотетичне припущення про те, що особистість студента-психолога займає дослідницьку позицію, знаходиться на стадії формування особистісних цінностей, котрі формують життєві смисли. Провідним смислом такої особистості є пошук смислу життя. Сам по собі факт того, що смисл життя піддається сумніву, не є вираженням хворобливого в людині, більше того, на думку Віктора Франкла, сумніви в

смислі життя є ознакою самого людського в людині.

Провівши емпіричне дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентів за допомогою ряду таких методик, як Тест смисложиттєвих орієнтацій, (Леонтьєв Д.О.), Методика дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.), можна прослідкувати низку взаємозв'язків.

За методикою “Тест смисложиттєвих орієнтацій” (Леонтьєв Д.О.), виходячи з отриманих емпіричних даних загальна картина показників різних шкал демонструє нам суттєві відмінності між студентами-психологами та військовослужбовцями. Але виходячи з поставлених задач дослідження нам найбільш цікаві окремі шкали, що відповідають специфіці нашої гіпотези, а саме за нашим припущенням про переважну спрямованість смисложиттєвих орієнтацій студентів-психологів на пізнання себе та навколишнього світу, що відповідає отриманим даним у відсотковому відношенні за шкалою Локус контролю-життя. Ми прослідкували, що, порівняно із контрольною групою, студенти-психологи більш переконані у тому, що їхнє життя не підвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Отримані дані наштовхують нас на гіпотетичне припущення про те, що ціннісно-смилова сфера особистості студента-психолога дещо нестабільна і носить несформований характер.

Виходячи з отриманих емпіричних даних за Методикою дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.), математичний аналіз отриманих даних дав змогу виявити статистично значимі відмінності між групою військових та контрольною групою студентів-психологів. Виявилось, що у військових, на відміну від контрольної групи студентів, когнітивні смисли більш представлені в системі життєвих смислів. А у студентів, в свою чергу, більш представлені сімейні та статусні смисли, порівняно із студентами психологами.

Отримані дані дають нам змогу зробити висновок, що військові більш орієнтовані на екзистенційні смисли, на відміну від студентів, яких більш

цікавить їх успіх, кар'єрне зростання, положення в соціумі, яке і визначає права, обов'язки і привілеї, а також міру психологічного впливу на членів групи.

Можна припустити, що спеціальність «психологію» обирає молодь з більш складним внутрішнім світом та системою життєвих смислів, оскільки домінуючими в системі життєвих смислів є екзистенційні смисли та смисли самореалізації. Спеціальність контрольної групи фізико-математичного факультету обирають люди з більш визначеною системою життєвих смислів, оскільки когнітивні смисли представлені дуже слабо в їх системі життєвих смислів.

У військових, на відміну від контрольної групи студентів, не значною мірою, та все ж більше виражені альтруїстичні та комунікативні смисли. Студенти-психологи порівняно більше орієнтовані на безкорисні діяння, направлені на благо та задоволення інтересів інших, на встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми, що є логічним, виходячи із специфіки обраної ними професії.

Описані смисли взаємодоповнюються та ймовірно детермінують прагнення до самореалізації, як кінцевої мети дослідження себе та усвідомлення свого місця в світі, що ми бачимо за шкалами смислів\Самореалізації, Екзистенційних та Когнітивних смислів.

Отримані дані наштовхують нас на гіпотетичне припущення про те, що особистість студента-психолога займає дослідницьку позицію, знаходиться на стадії формування особистісних цінностей, котрі формують життєві смисли. Провідним смислом такої особистості є пошук смислу життя. Сам по собі факт того, що смисл життя піддається сумніву, не є вираженням хворобливого в людині, більше того, на думку Віктора Франкла, сумніви в смислі життя є ознакою самого людського в людині.

Екзистенційний смисл життя, котрий в сучасній науці означає наповнене смислом, те, що вільно і відповідально втілюється, життя в створюваному самою людиною світі, з яким вона перебуває у відносинах

взаємовпливу, взаємодії та протиборства, у військовослужбовців являється домінуючим та яскраво вираженим на фоні контрольної групи студентів. Можна зробити припущення, що така вираженість екзистенційних смислів є логічним продовженням когнітивних витоків мотивації розвитку особистості.

На даному етапі особистісного розвитку у молодих людей, студентів відбувається побудова власної індивідуальної системи когнітивних смислів, яка відображається у встановленні зв'язків між ними та локусом контролю - життя, усвідомленістю, процесом, цілями життя, смислами самореалізації, когнітивними та екзистенційними смислами. Це відбувається шляхом когнітивної побудови смислів, оскільки процес освоєння цінностей - когнітивний. Когнітивні смисли формуються в процесі інтеріоризації соціального досвіду, в процесі розвитку особистості.

Висновки до розділу III.

Провівши емпіричне дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентів за допомогою ряду таких методик, як Тест смисложиттєвих орієнтацій, (Леонтьев Д.О.), Методика дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.), можна прослідкувати низку взаємозв'язків.

За методикою "Тест смисложиттєвих орієнтацій" (Леонтьев Д.О.), виходячи з отриманих емпіричних даних загальна картина показників різних шкал демонструє переважну спрямованість смисложиттєвих орієнтацій студентів-психологів на пізнання себе та навколишнього світу, що відповідає отриманим даним у відсотковому відношенні за шкалою Локус контролю-життя. Ми прослідкували, що, порівняно із контрольною групою, студенти-психологи більш переконані у тому, що їхнє життя непідвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Отримані дані нашо вхують нас на гіпотетичне припущення про те, що

ціннісно-сміслова сфера особистості студента-психолога дещо нестабільна і носить несформований характер.

Виходячи з отриманих емпіричних даних за Методикою дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.), математичний аналіз отриманих даних дав змогу виявити статистично значимі відмінності між групою військовослужбовців та контрольною групою студентів-психологів. Виявилось, що у студентів психологів когнітивні смисли більш представлені в системі життєвих смислів.

Отримані дані дають нам змогу зробити висновок, що студенти-психологи більш орієнтовані на пізнання себе, навколишнього світу, на відміну від студентів контрольної групи, яких більш цікавить їх успіх, кар'єрне зростання, положення в соціумі, яке і визначає права, обов'язки і привілеї, а також міру психологічного впливу на членів групи.

Можна припустити, що спеціальність «психологію» обирає молодь з більш складним внутрішнім світом та системою життєвих смислів, оскільки домінуючими в системі життєвих смислів є екзистенційні смисли та смисли самореалізації. Військовослужбовці - люди з більш визначеною системою життєвих смислів, оскільки когнітивні смисли представлені дуже слабо в їх системі життєвих смислів.

У студентів-психологів виражені альтруїстичні та комунікативні смисли. Студенти-психологи порівняно більше орієнтовані на безкорисні діяння, направлені на благо та задоволення інтересів інших, на встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми, що є логічним, виходячи із специфіки обраної ними професії.

Описані смисли взаємодоповнюються та ймовірно детермінують прагнення до самореалізації, як кінцевої мети дослідження себе та усвідомлення свого місця в світі, що ми бачимо за шкалами смислів \ Самореалізації, Екзистенційних та Когнітивних смислів.

Отримані дані нашоухують нас на гіпотетичне припущення про те, що особистість студента-психолога займає дослідницьку позицію, знаходиться на

стадії формування особистісних цінностей, котрі формують життєві смисли. Провідним смислом такої особистості є пошук смислу життя. Сам по собі факт того, що смисл життя піддається сумніву, не є вираженням хворобливого в людині, більше того, на думку Віктора Франкла, сумніви в смислі життя є ознакою самого людського в людині.

Екзистенційний смисл життя, котрий в сучасній науці означає наповнене смислом, те, що вільно і відповідально втілюється, життя в створюваному самою людиною світі, з яким вона перебуває у відносинах взаємовпливу, взаємодії та протиборства, у студентів-психологів являється домінуючим та яскраво вираженим на фоні контрольної групи студентів. Можна зробити припущення, що така вираженість екзистенційних смислів є логічним продовженням когнітивних витоків мотивації розвитку особистості студента-психолога.

На даному етапі особистісного розвитку відбувається побудова власної індивідуальної системи когнітивних смислів, яка відображається у встановленні зв'язків між ними та локусом контролю - життя, усвідомленістю, процесом, цілями життя, смислами самореалізації, когнітивними та екзистенційними смислами. Це відбувається шляхом когнітивної побудови смислів, оскільки процес освоєння цінностей - когнітивний. Когнітивні смисли формуються в процесі інтеріоризації соціального досвіду, в процесі розвитку особистості.

ВИСНОВКИ

Проведений аналіз сучасної психологічної літератури показав, що *переживання* людиною критичної ситуації чи будь-якої життєвої події є процесом переведення зовнішніх обставин у внутрішній світ, вписування того, що сталося, у цілісний життєвий досвід особистості. Дослідження травми підтверджують, що процеси ПТСР не розвиваються, якщо травмівна подія усвідомлена та осмислена, емоційні стани, які виникли у зв'язку з нею, виражені, переживання екстремальної ситуації *вписане, інтегроване* в індивідуальний досвід особистості. При виникненні основних симптомів формуються й додаткові, порушення в афективній і когнітивній та поведінкових сферах, що в свою чергу накладає відбиток у вигляді порушень соціального функціонування та в системі ставлення до самого себе.

При цьому відбувається формування «кризового образу світу», який проявляється високим рівнем тривожності, відчуттям небезпечності зовнішнього світу (розцінюється людиною як втручання світу в особисте життя або навпаки, відчуття, що світ відкидає її), формування так званої тріади «безнадія, безвихідь, безпорадність», сприйняття себе беззахисним, безсилим, переможеним, приниженим, людиною, яка не може долати труднощі та змінювати своє власне життя.

Під дією травмуючого фактора руйнівного впливу зазнають «цілі» та «результат», які входять до параметрів смисложиттєвих результатів особистості. Відтак, людина стикається з новими смислами: те, що раніше було для людини табуйованим, наразі набуває статусу норми.

Тим не менш, на думку дослідників (Н. І. Кривокінь та ін.) вважається, що успіх проходження кризи характеризується появою можливостей оцінювати власні ресурси по-іншому. З'являється бачення нових цілей і перспектив у власному житті. Завдяки формуванню нових цілей з'являється віра у перспективність майбутнього, відбувається відновлення контролю над дійсністю.

При якісній обробці отриманих емпіричних даних можна зробити висновок, що за шкалою Цілі в житті - наявність у вибірці військовослужбовців визначеність цілей в майбутньому, котрі надають життю осмисленість, направленість та часову перспективу, порівняно з контрольною вибіркою студентів; за шкалою Процес життя - про сприймання респондентами процес свого життя, як цікавий, емоційно насичений та наповнений смыслом; за шкалою Результативність життя — про задоволеність респондентами результатом свого життя, оцінка його, як продуктивного та осмисленого, задоволеність самореалізацією, причому у військовослужбовців явно визначене переважання показників за даною шкалою. За шкалою Локус контролю-Я - уявлення у студентів про себе, як про особистість, котра може контролювати події власного життя; за шкалою Локус контролю-Життя - відносна керованість життя, віра в те, що поведінка обумовлюється як внутрішніми, так і зовнішніми факторами. У групі військовослужбовців за даною шкалою суттєво нижчі показники. Вірогідно, це пов'язано з травмивним досвідом перебування в бойових умовах, які несуть серйозну загрозу життю, де людина відчуває свою неможливість повністю контролювати ситуацію, а значить, відчуває безсилля та безпорадність.

Виходячи з отриманих емпіричних даних за Методикою дослідження системи життєвих смислів (Котляков В.Ю.), математичний аналіз отриманих даних дав змогу виявити статистично значимі відмінності між групою військовослужбовців та контрольною групою студентів-психологів. Виявилось, що у студентів психологів, на відміну від контрольної групи студентів, когнітивні смисли більш представлені в системі життєвих смислів.

Отримані дані дають нам змогу зробити висновок, що студенти-психологи більш орієнтовані на пізнання себе, навколишнього світу.

Можна припустити, що спеціальність «психологію» обирає молодь з більш складним внутрішнім світом та системою життєвих смислів,

оскільки домінуючими в системі життєвих смислів є екзистенційні смисли та смисли самореалізації.

У студентів-психологів виражені альтруїстичні та комунікативні смисли. Студенти-психологи порівняно більше орієнтовані на безкорисні діяння, направлені на благо та задоволення інтересів інших, на встановлення дружніх та ділових зв'язків між людьми, що є логічним, виходячи із специфіки обраної ними професії.

Описані смисли взаємодоповнюються та ймовірно детермінують прагнення до самореалізації, як кінцевої мети дослідження себе та усвідомлення свого місця в світі, що ми бачимо за шкалами смислів Самореалізації, Екзистенційних та Когнітивних смислів.

На даному етапі особистісного розвитку відбувається побудова власної індивідуальної системи когнітивних смислів, яка відображається у встановленні зв'язків між ними та локусом контролю - життя, усвідомленістю, процесом, цілями життя, смислами самореалізації, когнітивними та екзистенційними смислами. Це відбувається шляхом когнітивної побудови смислів, оскільки процес освоєння цінностей - когнітивний. Когнітивні смисли формуються в процесі інтеріоризації соціального досвіду, в процесі розвитку особистості.

Отримані дані настановлюють нас на гіпотетичне припущення про те, що особистість студента-психолога займає дослідницьку позицію, знаходиться на стадії формування особистісних цінностей, котрі формують життєві смисли. Провідним смислом такої особистості є пошук смислу життя. Сам по собі факт того, що смисл життя піддається сумніву, не є вираженням хворобливого в людині, більше того, на думку Віктора Франкла, сумніви в смислі життя є ознакою самого людського в людині.

Екзистенційний смисл життя, котрий в сучасній науці означає наповнене смислом, те, що вільно і відповідально втілюється, життя в створюваному самою людиною світі, з яким вона перебуває у відносинах

взаємовпливу, взаємодії та протиборства, у студентів-психологів являється домінуючим та яскраво вираженим на фоні контрольної групи студентів. Можна зробити припущення, що така вираженість екзистенційних смислів є логічним продовженням когнітивних витоків мотивації розвитку особистості студента-психолога.

Порівняння особливостей переживання екстремальних ситуацій з переживанням життєвих подій за методикою СЖО продемонструвало суттєві, статистично значимі відмінності у вибірці комбатантів, пов'язані з переживанням відчуття своєї місії в цьому світі, переконаністю у тому, що переживання важких подій сповнене смислу (значення t-критерію Стьюдента 3.08, різниця статистично значима на рівні $(p=0.05)$).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Construction of Meaning (UK Higher Education OUP Psychology).
[URL:https://www.researchgate.net/publication/247743750_Narrative_Psychology_Trauma_and_the_Study_of_SelfIdentity](https://www.researchgate.net/publication/247743750_Narrative_Psychology_Trauma_and_the_Study_of_SelfIdentity)
2. Leach John. Psychological factor in exceptional, extreme and torturous environments.
[URL:https://extremephysiolmed.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13728-016-0048](https://extremephysiolmed.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13728-016-0048)
3. Агаєв Н. А., Кокурн О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
4. Балл Г.О. Сучасний гуманізм і освіта: Соціально-філософські та психолого-педагогічні аспекти. - Рівне: "Ліста-М". - 2003. - 128 с.
5. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю., Введение в психологию жизненных ситуаций.
[URL:https://lib.co.ua/psychology/burlachuklfkorgovaey/psihologijagiznennyhsituaciy.jsp](https://lib.co.ua/psychology/burlachuklfkorgovaey/psihologijagiznennyhsituaciy.jsp)
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. Москва: МГУ, 1984. 199 с.
7. Ващенко І., Ананова І. Особистість і життєві ситуації у концептуальному просторі психологічної науки.
[URL:http://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/185695/185277](http://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/185695/185277)
8. Губанов В. М., Михайлов Л. А., Соломін В. П.. Надзвичайні ситуації соціального характеру і захист від них.
[URL:https://www.studmed./gubanov-vm-mihaylov-la-solomin-vp-chrezvychaynye-situacii-socialnogo-haraktera-i-zaschita-ot-nih_c53a92867f6.html](https://www.studmed./gubanov-vm-mihaylov-la-solomin-vp-chrezvychaynye-situacii-socialnogo-haraktera-i-zaschita-ot-nih_c53a92867f6.html)

9. ГуссерльЄ. Формальна і трансцендентна логіка. Досвід критики логічного розуму // *Читанка з історії філософії: У 5 кн. / Під ред. Г.І.Волинки. К.: Фірма "Довіра", 1993. - Кн. 6.: Зарубіжна філософія 20 ст. / Під ред. Г.І.Волинки. С. 46-81.*
10. Дзюба Т.М. Травмуюча ситуація в життєдіяльності людини: URL: https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/30_03_2017/pdf/9.pdf
11. Діалогічність як форма існування і розвитку особистості. За заг.ред. Г.О.Балла,М.В.Папучі // *Діалог в контексті проблеми підготовки майбутніх практичних психологів: смисловий аспект.* Тимошенко О.А., Ніжин. 2007
12. Зубовський Д.С., Козінчук А.В. Об'єктивізація особистісного зростання учасників АТО у посттравматичний період. *Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України.* Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2018. Випуск 32. С. 25-42. URL:http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v10/i32/Aktual_psixoil_32.pdf
13. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
14. Кривокінь Н. І. Екзистенційне переосмислення травмуючого досвіду учасниками бойових дій в Афганістані: погляд через роки / Н. І. Кривокінь // *Проблеми екстремальної та кризової психології.* 2014. №14. с.168-176.
15. Критерії діагностики і лікування психічних розладів та розладів поведінки у дорослих: Клін. посібник. Харків: Арсіс, 2001. 303 с.
16. Кроссли М.Л. Нарративная психология. Москва: Гуманитарний центр, 2020. 284 с.
17. Леонтьєв Д. А. (2000). Тест смисложиттєвої орієнтації (СЖО). 2-е

вид. М. :Смисл, 2000. 18 с.

18. Литвиненко О. Д. Проблема психотравми у психологічній науці: основні погляди та підходи . *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. 2016. №1 (39). с. 180-185.
19. Магнуссон Д. Психологія соціальних ситуацій. URL: <https://studfile.net/>
20. Максименко С.Д. Онтогенез особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. №9.- С. 1-11
21. Наугольник Л.Б. Психологія стресу. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с. URL:https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/10/%D0%9D%D0%B0%D1%83%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83.pdf
22. Орбан – Лембрик Л. Особистість у контексті соціально-психологічної парадигми. *Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні / За ред. С. Максименка, В. Циби, Ю. Шайгородського та ін. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2003. с. 378–392.*
23. Падун М. Психічна травма і базисні когнітивні схеми особистості. *Психотерапевтичний журнал*. 2003 рік. №1. с. 121-137.
24. Папуча М.В. Психологія переживання: монографія. Ніжин: НДУ, 20012. 72 с.
25. Попов В. М. Вплив травмуючих ситуацій на формування вивченої безпеки . *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2015. №17. с. 224-230.
26. Романичін А. М., Бойко О. В., Богородизький Д. В. Психологія бою: діяльність і команда підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особистого складу в ході бойових

- дій: навчально-методичний посібник, НАСВ, Львів, 2015. 322 с.
27. Роменець В. А. Вчинок і постання канонічної психології. *Людина. Суб'єкт. Вчинок: філософсько-психологічні студії* / за заг. ред. В. О. Татенка. Київ: Либідь, 2006. С. 11–36.
 28. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии [текст]. - М.: Педагогика, 1973.
 29. Світова гібридна війна: український фронт / ред. Горбулін В. П. НІСД, Київ, 2017. 496 с.
 30. Солодунова Т. В. Система цінностей юнацтва до 16 і старше.
 31. Тест СЖО.
URL:<https://psycabi.net/testy/256-test-smyslozhiznennye-orientatsii-metodika-szho-d-a-leontev>
 32. Титаренко Т.М. Свобода ставлення до скрутних обставин. Життєва криза очима психолога. URL:
https://upsihologa.com.ua/tytarenko_crisis4.html
 33. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ, и нем. / Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. - М.: 1990.
 34. Штепа О. Види психологічних ресурсів.
URL:<https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/12/VYDY-PSY-KHOLOHICHNYKH-RESURSIV.pdf>
 35. Ярошок Ю.В. Регуляція психічного напруження військовослужбовців в екстремальних умовах службової діяльності: Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня к. психол. н.: 20.02.02 Військова педагогіка і психологія. Хмельницький, 2020. 18 с.