

Субатлантик – тривалість із 450 р. до н.е. і до нині. Це є нашою ланкою кліматичного життя. Саме ця стадія є найшвидшою у формуванні людського психологічного розвитку. У людини почали з'являтися запитання: «Чому вона добра чи зла?», «Який характер має?», «Як стосунки у сім'ї впливають на становлення особистості?». Креативність мислення досягла свого. Ми досліджуємо розум із різними цілями, для одних він шедевр природи, а для інших зброя масового враження.

Наступним нашим періодом стане – третинний, а епоха, яку у 2018 вчені задокументують в періодизацію стане – антропоцен (як епоха найбільшого антропогенного навантаження на природу). Як зміниться психіка людини, і чи досягнемо ми відмітки 100 % інтелекту залежить від природи, але у першу чергу від власного «Я».

Одержано 28.02.2018

Охарактеризован голоцен ка кэпоха самого интенсивного психического развития индивида. Воссоздана ретроспектива того времени за счет геологической и климатической периодизации. Определен перелом в психическом развитии индивида, этот момент назвали – «точка невозвращения».

Ключевые слова: голоцен, психіка, психическое развитие, социум, климат, «точка невозвращения».

УДК 159.9-057.36

Лада Петрівна ЧЕПІГА,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціології та психології факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ;

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-2519-5698>

ПРО ДЕЯКІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ В УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Представлені результати дослідження посттравматичного особистісного зростання і базисних переконань в учасників АТО.

Ключові слова: травма, посттравматичне особистісне зростання, базисні переконання, учасники бойових дій.

Терміном «посттравматичне особистісне зростання» позначають суб'єктивний досвід позитивної психологічної зміни після впливу на людину стресора, який несе в собі загрозу життю. Г. М. Зеляніна, М. А. Падун, аналізуючи дослідження, присвячені проблемі посттравматичного особистісного зростання, відзначають, що реакція у відповідь на травматичну подію може сильно варіюватися. З одного боку, вплив травматичного стресора може бути причиною розвитку вираженого посттравматичного стресу. З іншого боку, травматичні події можуть привести до позитивних психологічних змін, які, згідно з результатами досліджень, спостерігаються в 30–90 % випадків при переживанні впливу травматичних стресорів різного характеру [1].

М. Ш. Магомед-Емінов виділяє три види психологічних наслідків психічної травми, позначаючи їх як негативні, нейтральні і позитивні.

Негативні наслідки – це ті зміни психічної діяльності людини, які можна описати в термінах розлади, хвороби, страждання, дистресутощо. Термін «нейтральні наслідки» вказує на відсутність значущих (з точки зору розладу) змін психічної діяльності людини внаслідок травматичного стресу, а також на ефективну адаптацію до нових умов. Позитивні наслідки позначають зростання і розвиток особистості, які виникають внаслідок психічної травми та не відзначалися у людини до травматичної події.

М. Ш. Магомед-Емінов вважає, що трьом типам наслідків екстремальної ситуації відповідають, таким чином, три психологічних феномена «розлад – стійкість – зростання»; а відповідно до них, тріаду психологічних реакцій суб'єкта на екстремальність можна визначити таким чином: «травма – стійкість – зростання». Стійкість включає фактори підтримки і відновлення рівноваги, ефективної адаптації, запобігання розладу. У цьому випадку людина підходить до нещастя як до випробування, яке треба стійко витримати. Зростання – загальний термін для позначення конструктивної трансформації особистості, вилучення позитивних наслідків ізлиха, екстремальності. Травми не тільки відкривають «нижчі» сторони життя, але і виявляють вищі смисли буття [2, с. 92].

В концепції Р. Янофф-Бульман пояснення позитивних особистісних змін подається через призму концепту базисних переконань – імпліцитних уявлень людини про навколишній світ,

власне «Я», а також про відносини між «Я» та світом. Вплив травматичного стресора призводить до дезінтеграції особистості. Процес подолання травми полягає в подоланні дезінтеграції через відновлення базисних переконань і проходить в два етапи. На першому етапі включаються захисні механізми (заперечення, уникнення тощо). Основна функція цих механізмів – захист психіки індивіда від сильного збудження. На другому етапі індивід намагається повернутися до старих базисних переконань задля досягнення колишнього психологічного комфорту. З цієї причини відбувається позитивна реінтерпретація травматичного досвіду, починається пошук позитивних змін, викликаних травмою [1].

Згідно Р. Тадеші Л. Калхаун, позитивні зміни, які описуються людьми, що переживають посттравматичне особистісне зростання, представлені п'ятьма факторами: 1) ставлення до інших; 2) нові можливості; 3) сила особистості; 4) духовні зміни; 5) підвищення цінності життя [3, с. 28].

У нашому дослідженні посттравматичного зростання в учасників бойових дій використовувалися Опитувальник посттравматичного зростання Р. Тадешіта Л. Калхаун в адаптації М. Ш. Магомед-Емінова і Шкала базисних переконань Р. Янофф-Бульман в адаптації О. Кравцової. Було опитано 60 учасників бойових дій, які брали участь в антитерористичній операції на Донбасі в 2014-2016 роках. 53,3 % опитаних мають вищу освіту, 46,7 % – середня технічна. Середній вік випробовуваних склав 36,5 років.

Результати дослідження свідчать, що 51,7 % опитаних учасників бойових дій властивий помірний рівень посттравматичного особистісного зростання (ПТОЗ), і 48,3 % – високий.

При цьому спостерігаються відмінності в структурі компонентів посттравматичного зростання в учасників бойових дій з помірним і високим рівнем посттравматичного зростання. Так, в учасників бойових дій з високим рівнем ПТОЗ достовірно вище виражені такі компоненти посттравматичного зростання, як «ставлення до інших» ($25,1 \pm 5,78$ і $17,94 \pm 5,29$ $t=5,0$ $p \leq 0,001$), «нові можливості» ($16,2 \pm 4,14$ і $12,26 \pm 4,25$ $t=3,6$ $p \leq 0,001$), «сила особистості» ($16,1 \pm 3,09$ і $9,39 \pm 4,33$ $t=6,9$ $p \leq 0,001$). Іншими словами, учасники бойових дій з високим рівнем посттравматичного зростання стали більше розраховувати на інших людей у важку хвилину, відчувати більшу близькість з оточуючими. У них з'явилося більше співчуття до людей, вони стали витрачати більше

зусиль на налагодження взаємовідносин з людьми, частіше визнавати, що мають потребу в інших людях, більш високо цінувати їх.

Також учасники бойових дій з високим рівнем посттравматичного зростання відзначають, що у них з'явилися нові інтереси, нові можливості, які не були доступні раніше. Вони готові змінити в своєму житті те, що потребує зміни. Крім того, вони стали відчувати більшу впевненість в собі, краще розуміти, що можуть справлятися з труднощами, виявили, що вони сильніші, ніж вважали.

В учасників бойових дій з помірним рівнем ПТОЗ достовірно вище виражений такий компонент посттравматичного зростання, як «підвищення цінності життя» ($10,77 \pm 3,15$ і $8,8 \pm 3,59$ $t = 2,3$ $p \leq 0,05$). Учасники бойових дій з помірним рівнем ПТОЗ змінили життєві пріоритети, стали набагато краще розуміти цінність власного життя, більше цінувати кожен день свого життя.

Дослідження базисних переконань показало, що учасники бойових дій з помірним ПТОЗ більшою мірою зберегли віру в прихильність світу ($15,39 \pm 4,14$ і $12,8 \pm 4,10$ $t = 2,4$ $p \leq 0,05$), справедливість ($13,74 \pm 3,02$ і $11,9 \pm 3,24$ $t = 2,3$ $p \leq 0,05$) і контрольованість світу ($14,58 \pm 3,48$ і $11,7 \pm 3,87$ $t = 3,0$ $p \leq 0,01$). Вони зберегли переконаність в тому, що в світі набагато частіше відбувається щось хороше, ніж погане, що в більшості випадків хороші люди отримують те, чого заслуговують в житті і що якщо вживати запобіжних заходів, можна уникнути нещастя.

Учасники бойових дій з високим ПТОЗ більшою мірою зберегли віру в доброту людей ($15,0 \pm 3,88$ і $11,90 \pm 3,25$ $t = 3,4$ $p \leq 0,001$) та цінність власного Я ($16,4 \pm 3,74$ і $14,19 \pm 3,58$ $t = 2,4$ $p \leq 0,05$). Вони зберегли переконаність в тому, що люди добрі та готові прийти на допомогу і що вони самі є хорошими і гідними людьми.

Узагальнюючи результати дослідження можна виділити два типи посттравматичного особистісного зростання, які спостерігаються в учасників бойових дій по закінченні двох-трьох років після демобілізації. Перший тип – це помірне особистісне зростання, пов'язане з підвищенням цінності проживання кожного дня звичайного життя в мирній обстановці. Другий тип – це виражене особистісне зростання, що виявляється в більшій здатності до переживання психологічної близькості з іншими людьми, в підвищенні цінності власної особистості, вірі в свої сили та готовності до змін.

Список бібліографічних посилань

1. Зелянина А. Н., Падун М. А. К проблеме посттравматического личностного роста: современное состояние и перспективы. *Психологические исследования*. 2017. Т. 10, № 53. С. 4.

2. Магомед-Эминов М. Ш. Феномен экстремальности. М. : Психологический анализ. Ассоц., 2008. 218 с.

3. Падун М. А., Котельникова А. В. Психическая травма и картина мира: теория, эмпирия, практика. М. : Ин-т психологии РАН, 2012. 135 с.

Одержано 13.03.2018

Представлены результаты исследования посттравматического личностного роста и базисных убеждений у участников АТО.

Ключевые слова: травма, посттравматический личностный рост, базисные убеждения, участники боевых действий.

УДК 159.9.072.43

Олена Григорівна ШАХОВА,

кандидат біологічних наук,

доцент кафедри соціології та психології факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ;

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7860-6972>

ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ПІДЛІТКІВ

У роботі представлені результати дослідження гендерних аспектів захисних механізмів психіки підлітків. Установлено, що підлітки незалежно від статі активно використовують заперечення, гіперкомпенсацію і раціоналізацію. Хлопчики частіше дівчаток використовують такі більш архаїчні і менш продуктивні захисти як заперечення і придушення, наслідком чого, мабуть, і є більша загальна напруженість всіх психологічних захистів у хлопчиків у порівнянні з дівчатками.

Ключові слова: гендер, захисні механізми психіки, підлітки.

В сучасному світі відбувається суттєва трансформація традиційних зразків мужності і жіночності, що створює серйозні труднощі на шляху гендерної ідентифікації підлітків. Процес гендерної ідентифікації відбувається на тлі дії механізмів психологічного захисту, що підтримують цілісність і психічний гомеостаз