

Напрям 5. Психічне здоров'я в умовах соціальних криз

**Катерина Кротюк**

аспірант кафедри соціальної та практичної психології

*Житомирський державний університет імені Івана Франка*

*м. Житомир, Україна*

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ РОЗВИТКУ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ БЕРУТЬ УЧАСТЬ В БОЙОВИХ ДІЯХ**

Формування ціннісно-сміслової сфери триває протягом всього життя людини. Основоположними є цінності сім'ї, які визначають подальший вектор їх розвитку. Подальшим чинником виступає навчання в школі та закладах вищої освіти, проте остаточне закріплення цінностей відбувається внаслідок виконання професійної діяльності. Постійна зміна соціального оточення та професійних вимог змушує особистість до постійної переоцінки цінностей та переорієнтації смислів.

Виконання професійних обов'язків військовослужбовцями супроводжується постійною загрозою життя і здоров'я людини, довготривалим стресовим навантаженням, втратою бойових побратимів, зміною психічних процесів (увага, мислення, пам'ять, воля та емоції). Участь в бойових діях нівелює старі та актуалізує нові цінності та смисли життя та професійної діяльності, загострює думки про власну значимість життя і здоров'я. Такі душевні переживання, тривалі періоди ціннісно-сміслового пошуку є одним із чинників депресивних станів у військовослужбовців-учасників бойових дій.

Внаслідок перебування військовослужбовця в інтенсивних бойових подіях формується стан дистресу. Такий стан зумовлює порушення адаптації, саморегуляції поведінки, витривалість та стійкість до психічної перенапруги.

Як правило, дистрес часто призводить до більш серйозних психічних та особистісних порушень.

Одним із них є посттравматичний стресовий розлад (далі – ПТСР). З. Комар [1, с. 105] дає наступне визначення: «...сукупність реакцій нормальних людей, які потрапляють у ненормальні травматичні обставини і ситуації». Психотравматичний розлад зачасту виникає з інтенсивно пережитої події. Таким травматичним досвідом можуть бути безпосередня участь в бою, перенесення насильства, полон. А особливого травматизму додає важке поранення, смерть побратима, проблеми в сім'ї.

О. Туриніна [3, с. 47] вважає основними симптомами ПТСР надмірну пильність, вибухову реакцію на навколишні стимули, обмеженість у вираженні емоцій, агресивність, депресію та тривожність, зловживання психоактивними речовинами, раптові спогади про травмуючі події, порушення сну, уваги та пам'яті, безсоння, суїцидальні думки.

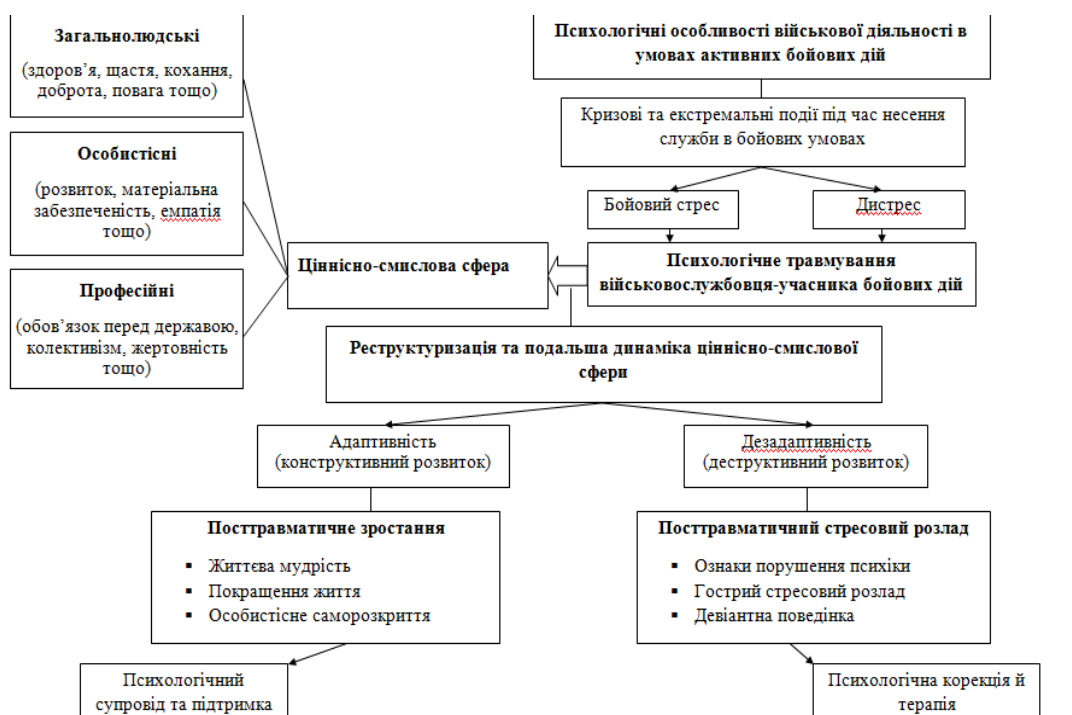
Водночас, при дослідженні психічних станів військовослужбовців-учасників бойових дій простежується явище посттравматичного зростання, науковий термін якого введений у 1995 р. Р. Тедеші та Л. Калхун [7, с. 461]. Посттравматичне зростання – це конструктивний розвиток мотивації, переконань та рівня домагань через успішне переживання та осмислення травмуючої ситуації. М. Селігман [6, с. 9] стверджує, що травма не завжди є джерелом психічних проблем, а й виступає в якості рушійної сили для розвитку, психологічної стійкості та благополуччя. Результатами посттравматичного зростання особистості є розвиток власної індивідуальності, усвідомлення та надання значущості новим цінностям і смислам, зміну життєвих пріоритетів.

Важливість ціннісно-сміслової сфери у структурі особистості важко не оцінити. Її складові, цінності та смисли, набувають значущості та осмислюються внаслідок самореалізації та самовизначення особистості. Вплив ціннісно-сміслової сфери на вектор та зміст соціальної активності формує

бачення особистості місця і ролі у навколишньому світі, окреслює поведінку та надає сенс діяльності та всього існування людини.

Аналіз психологічної літератури та огляд емпіричних досліджень проблематики ціннісно-сислової сфери військовослужбовців О. Максима [2, с. 283], І. Чухрій та Д. Билини [5, с. 157] дають нам змогу побачити важливість та значущість певних цінностей в їх загальній ієрархії. Оскільки військовослужбовці формують власну соціально-професійну групу та виконують службові обов'язки майже цілодобово, відповідно їх цінності можуть відрізнятися від інших. Звичайно, такі базові поняття як здоров'я, щастя, сім'я, кохання, матеріальна забезпеченість матимуть значущість у формуванні ціннісно-сислової сфери, але додаватимуться і ряд інших: військовий обов'язок перед державою, постійна готовність до захисту територіальної цілісності та суверенітету держави.

В результаті теоретичного вивчення проблем ціннісно-сислової сфери військовослужбовців, ми бачимо недостатнє вивчення особливостей розвитку цінностей та смислів військовослужбовців, проблеми втрати їх осмисленості та значущості, а також їх зміни внаслідок впливу бойових дій. Тому ми пропонуємо власно розроблену структурно-теоретичну модель (рис. 1).



*Рис. 1. Теоретична модель розвитку ціннісно-сислової сфери  
військовослужбовців, які беруть участь в бойових діях*

Участь військовослужбовців в активних бойових діях зумовлює виникнення стресу та дистресу, здійснюючи їх психологічне травмування. Гостро переживаючи всі кризові та екстремальні ситуації, військовослужбовець-учасник бойових дій починає переосмислювати власне життя, змінює власну значущість до попередньо набутих цінностей та смислів. Саме так відбувається реструктуризація ціннісно-сислової сфери. Індивідуально-психологічні особливості, досвід переживання травмуючих ситуацій, підтримка рідних та близьких, згуртований колектив та вдале командування – все це зумовлює адаптивність військовослужбовця до бойових умов, конструктивний особистісний розвиток та посттравматичне зростання. В протилежному випадку, при повному непорозумінні з оточенням та командуванням, високою особистісною тривожністю, слабкістю характеру відбувається дезадаптивність військовослужбовця з його подальшим деструктивним розвитком та, як наслідком, посттравматичним стресовим розладом. При посттравматичному зростанні психолог має підтримувати прагнення військовослужбовців до саморозвитку, самовдосконалення, гармонійного планування життєвих планів. У другому випадку – необхідна постійна присутність психолога з метою психокорекційної, психотерапевтичної роботи залежно від складності прояву посттравматичних ознак.

Отже, у кризових ситуаціях, зокрема участі в бойових діях, відбувається кардинальна трансформація ціннісних орієнтацій та особистісних смислів. Військовослужбовці намагаються співвіднести власні цінності з новим оточенням, віднайти смисл виконувати новий вид військової діяльності та, головне, відшукати сенс власного буття. В умовах бойових дій військовослужбовці можуть або повністю втратити значущі цінності та смисли, або ж здійснити успішну внутрішню трансформацію на вектор зростання особистості.

**Перспективою подальшої роботи** є емпіричне дослідження розвитку ціннісно-сислової сфери військовослужбовців, які беруть участь в бойових діях.

### **Література:**

1. Комар З. Психологічна стійкість воїна: [Підручник для військових психологів]. Київ, 2017. 184 с.
2. Максим О. В. Корекція ціннісно-сислової сфери як механізм реабілітації учасників бойових дій. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2017. Том. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Випуск 15. С. 277–285.
3. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
4. Чайка Г. В. Ціннісно-сислова сфера у кризові періоди розвитку особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2015. № 6. С. 93–101.
5. Чухрій І. В., Билина Д. І. Особливості ціннісно-сислової сфери військовослужбовців, які брали участь в антитерористичній операції. *Теорія і практика сучасної психології*. Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2019. Т. 2., № 1. С. 153–158.
6. Seligman M. E. P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, №1. P. 5–14.
7. Tedeschi R. G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9. P. 455–471.