

МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.8>

Перепелиця А. В.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології і педагогіки*

Національного університету фізичного виховання і спорту України

Опанасюк О. Ю.

магістр-психолог

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОРУШЕННЯ СФЕР ОСОБИСТОСТІ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ВИМУШЕНОГО ПРИСТОСУВАННЯ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ДО НОВИХ УМОВ ЖИТТЯ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF VIOLATION OF PERSONALITY SPHERES AS A RESULT OF FORCED ADAPTATION OF MIGRANTS TO NEW LIVING CONDITIONS

У статті проаналізовано особливості життєдіяльності внутрішньо переміщеної особи, яка пов'язана із специфічними аспектами, які охоплюють особистісний досвід переселення, труднощі в адаптації, травматизацію психіки, наявність кризової ситуації, відчуття соціального безправ'я, відчуття самотності, порушення у емоційній, когнітивній, поведінковій, мотиваційній та комунікативній сферах особистості.

Проведено аналіз психологічних особливостей соціальної ситуації внутрішньо переміщених осіб, що визначає рівень переживань психологічної травми та труднощів у соціально-психологічній адаптації. Психологічна травма розглядається, як деструктивний емоційний стан, який переживає особистість в результаті прориву її захисного психофізіологічного бар'єру. Загалом травма негативно впливає на особистість, порушує її стосунки із оточуючими, призводить до труднощів у особистому житті, асоціальної та девіантної поведінки. Неадекватне переживання травми призводить до глибоких порушень у особистісній сфері людини: деструктуалізує ставлення особистості до світу, відносини із оточуючими, призводить до втрати довіри до інших та власного життя; призводить до когнітивних, емоційних, поведінкових та особистісних розладів; сприяє психосоматичним захворюванням. Що зумовило актуальність дослідження.

Обґрунтовано припущення про те, щоб краще зрозуміти специфіку організації психологічного супроводу внутрішньо переміщених осіб, необхідно проаналізувати їх психологічні особливості та з'ясувати ступінь задоволеності першочергових потреб.

Наведено результати емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації методом оцінки показників вторгнення, уникнення, фізіологічної збудливості та рівнів впливу тяжкості травматичної події за різними сферами задоволення.

Ключові слова: життєстійкість, внутрішньо переміщена особа, нестабільність, психологічна травма, кризова ситуація, адаптація.

The article analyzes the peculiarities of the life of an internally displaced person, which is related to specific aspects that include the personal experience of resettlement, difficulties in adaptation, mental trauma, the presence of a crisis situation, a sense of social injustice, a sense of loneliness, disorders in emotional, cognitive, behavioral, motivational and communicative spheres of personality.

An analysis was carried out of the psychological features of the social situation of internally displaced persons, which determines the level of experiences of psychological trauma and difficulties in social and psychological adaptation. Psychological trauma is considered as a destructive emotional state experienced by a person as a result of a breach of his protective psychophysiological barrier. In general, trauma has a negative effect on a person, disrupts his relationships with others, leads to difficulties in his personal life, antisocial and deviant behavior. Inadequate experience of trauma leads to deep violations in the personal sphere of a person: it destructurizes the individual's attitude to the world, relations with others, leads to a loss of trust in others and in one's own life; leads to cognitive, emotional, behavioral and personality disorders; contributes to psychosomatic diseases, which determined the relevance of the study.

The assumption is substantiated that in order to better understand the specifics of organizing psychological support for internally displaced persons, it is necessary to analyze their psychological characteristics and find out the degree of satisfaction of primary needs.

The results of an empirical study of socio-psychological adaptation by the method of assessing indicators of intrusion, avoidance, physiological excitability and levels of influence of the severity of a traumatic event in various spheres of satisfaction are presented.

Key words: resilience, internally displaced person, instability, psychological trauma, crisis situation, adaptation.

Вступ. Починаючи з 2014 року Україна протистоїть збройній агресії російської федерації. Частина території нашої держави анексована, частина – тимчасово окупована, тривають бойові дії. Початок повномасштабного вторгнення й активних бойових дій після 24 лютого 2022 року, запровадження воєнного стану в Україні спричинили масове переміщення – громадяни лишують свої домівки в пошуках безпеки та захисту.

Внутрішньо переміщена особа – це особа, яка була змушена покинути попереднє місце проживання з метою уникнення наслідків збройних конфліктів, ситуації загального насильства, порушення прав, стихійних лих, техногенних катастроф та які не перетнули міжнародний державний кордон. Для внутрішньо переміщених осіб притаманними різні аспекти, головними з яких є:

- специфічний досвід, пов'язаний із внутрішнім конфліктом між відсутністю позитивної мотивації до переселення та фізичною нездатністю перебування на постійному місці життя;
- труднощі адаптації до нового місця життя, діяльності, соціальних та культурних норм;
- наявність кризової ситуації, яка пов'язана із тим, що руйнуються сформовані життєві структури та відсутні чіткі орієнтири, які визначають подальше життя особистості;
- травматизація психіки, яка зумовлена історією переселення, травматизацією залишення домівки та пристосування до нових умов життя;
- відчуття соціального безправ'я та ін. [2].

Тобто, можна визначити, що найбільш травмуючими виступають психотравми та соціально-психологічна дезадаптація.

О. Галус вказує на те, що процес адаптації відбувається на двох рівнях. Перший (нижчий), реалізується у сфері відносин організму людини і природного середовища та визначається біологічними аспектами, однак, відбуваються під впливом соціальних чинників, які не визначають зв'язки між організмом та середовищем, але трансформують особливості даної взаємодії. Другий (вищий), реалізується у сфері відносин особистості і соціального середовища та визначається відносинами людини та соціуму, однак, відрізняється від біологічної адаптації [1].

Матеріали та методи. З метою дослідження проявів психотравми та порушення адаптації у внутрішньо переміщених осіб, було використано комплекс наукових теоретичних та емпіричних методів. До емпіричних методів увійшли опитувальник дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда та методика «Книга життя», Н. Чепелевої, М. Смульсона.

У дослідженні прийняли участь 50 людей зі статусом внутрішньо переміщеної особи. За віком досліджувані розділилися: 16% до 30 років, 32% віком від 30 до 40 років, 32% віком від 40 до 50 років та 20% – більше 50 років. Серед досліджуваних було 36 осіб жіночої статі (72%) та 14 осіб (28%) чоловічої статі з різним віковим цензом.

Результати дослідження. Першою методикою був використаний «Опитувальник дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда», який ставить завдання оцінити за шкалою від 0 до 6 101 твердження, та дозволяє визначити рівень соціально-психологічної адаптації особистості. Обробка результатів відбувалася у відповідності із ключем і дозволила вивчити такі шкали: адаптивність, дезадаптивність, прийняття себе, неприйняття себе, прийняття інших, неприйняття інших, емоційний комфорт, емоційний дискомфорт, внутрішній та зовнішній контроль, домінування, конформність, ескапізм. Аналіз результатів дозволив зробити наступні висновки.

За критерієм адаптивності, який визначається рівнем пристосування особистості до життя та діяльності у соціумі, опираючись на вимоги і норми суспільства та власні інтереси, мотиви, потреби, цінності, цілі та результати, яких досягаються у процесі життєдіяльності особистості, 0% опитуваних мають низький рівень, 8% – середній рівень, 92% – високий рівень.

За критерієм дезадаптивності, що характеризується незрілістю особистості, невротичними відхиленнями, дисгармонією у сфері прийняття рішень, що зумовлено постійними невдалими спробами досягти своєї мети або наявністю двох та більше рівнозначних цілей, 34% опитуваних мають низький рівень, 58% – середній рівень, 8% – високий рівень.

За критерієм прийняття себе, що визначається оптимальною самооцінкою та задоволеністю особистістю своїми власними особливостями, 0% опитуваних мають низький рівень, 8% – середній рівень, 92% – високий рівень.

За критерієм неприйняття себе, що свідчить про незадоволеність особистості своїми власними характеристиками та результатами, 34% опитуваних мають низький рівень, 58% – середній рівень, 8% – високий рівень.

За критерієм прийняття інших, який характеризується потребою особистості у спілкуванні, взаємодії та спільній діяльності із оточуючими, 0% опитуваних мають низький рівень, 12% – середній рівень, 88% – високий рівень.

За критерієм неприйняття інших, що визначається відсутністю потреби у взаємодії, спілкуванні та контактах із оточуючими людьми, 16% опитуваних мають низький рівень, 72% – середній рівень, 12% – високий рівень.

За критерієм емоційного комфорту, що свідчить про визначеність свого емоційного ставлення до подій, ситуацій та явищ, які відбуваються у навколишній дійсності, 0% опитуваних мають низький рівень, 36% – середній рівень, 64% – високий рівень.

За критерієм емоційного дискомфорту, який характеризується невизначеністю у емоційному ставленні до навколишньої соціальної дійсності та супроводжується невпевненістю, в'ялістю, пригніченістю, 34% опитуваних мають низький рівень, 52% – середній рівень, 14% – високий рівень.

За критерієм внутрішнього контролю, який визначається тим, що особистість відповідальність

за події, які відбуваються в її житті, приймається, у більшості випадків, на себе, а результати діяльності пояснюються власними здібностями, характером або поведінкою, 0% опитуваних мають низький рівень, 12% – середній рівень, 88% – високий рівень.

За критерієм зовнішнього контролю, який свідчить про схильність особистості приписувати причини того, що відбувається у неї у житті зовнішнім чинникам: випадку, навколишній дійсності, долі тощо, 48% опитуваних мають низький рівень, 46% – середній рівень, 8% – високий рівень.

За критерієм домінування, який характеризується намаганням особистості бути лідером, керувати вирішенням завдань, часто вирішувати значущі завдання за рахунок оточуючих, 4% опитуваних мають низький рівень, 36% – середній рівень, 60% – високий рівень.

За критерієм конформності, що визначається намаганням особистості підкорятися та виконувати завдання, які ставлять інші, 22% опитуваних мають низький рівень, 54% – середній рівень, 24% – високий рівень.

За критерієм ескапізму, що свідчить про уникнення проблемних ситуацій, 16% мають низький рівень, 68% – середній рівень, 16% – високий рівень.

Отже, аналізуючи особливості соціально-психологічної адаптації опитуваних, ми з'ясували, що у них переважає тенденція до низького прояву зовнішнього контролю, середнього прояву дезадаптивності, неприйняття себе, неприйняття інших, емоційного дискомфорту, конформності, ескапізму та високого прояву адаптивності, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту, внутрішнього контролю та домінування.

З метою визначення усереднених тенденцій за опитувальником дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда були отримали наступні дані. Середній показник за критерієм адаптивності становить 172,06, за критерієм дезадаптивності – 90,88, прийняття себе – 58,06, неприйняття себе – 16,74, прийняття інших – 29,30, неприйняття інших – 19,66, емоційного комфорту – 30,30, емоційного дискомфорту – 19,24, внутрішнього контролю – 70,56, зовнішнього контролю – 20,66, домінування – 13,04, конформному – 19,24, ескапізму – 15,12.

Описуючи особливості соціально-психологічної адаптації опитуваних за середніми показниками, було з'ясовано, переважає тенденція до низького прояву зовнішнього контролю, середнього прояву дезадаптивності, неприйняття себе, неприйняття інших, емоційного дискомфорту, конформності, ескапізму та високого прояву адаптивності, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту, внутрішнього контролю та домінування, що відповідає результатам частотного аналізу.

Результати свідчать про те, що опитувані не схильні приписувати причини того, що відбувається у них у житті зовнішнім чинникам: випадку, навколишній дійсності, долі тощо, а відповідальність за події, які відбуваються у них житті, приймається,

у більшості випадків, на себе, а результати діяльності пояснюються власними здібностями, характером або поведінкою. Такі опитувані пристосовуються до життя та діяльності у соціумі, опираючись на вимоги і норми суспільства та власні інтереси, мотиви, потреби, цінності, цілі та результати, які досягаються у процесі життєдіяльності особистості. Мають оптимальну самооцінку та задоволені своїми власними особливостями та потребують спілкування, взаємодії та спільної діяльності із оточуючими. Характеризуються визначеністю свого емоційного ставлення до подій, ситуацій та явищ, які відбуваються у навколишній дійсності та намаганням бути лідером, керувати вирішенням завдань, часто вирішувати значущі завдання за рахунок оточуючих.

Описуючи відмінності за показниками соціально-психологічної адаптації серед жінок та чоловіків, було з'ясовано, що чоловіки мають вищі показники за такими характеристиками як адаптивність, прийняття себе, неприйняття інших, в той час як жінки мають вищі показники за такими параметрами як дезадаптивність, неприйняття себе, прийняття інших, емоційний комфорт, емоційний дискомфорт, внутрішній контроль, зовнішній контроль, домінування, конформність та ескапізм. Однак, статистично значущі результати вказують лише на достовірність відмінностей між показниками неприйняття себе та конформністю.

Отже, результати вказують на те, що жінки, у порівнянні із чоловіками, мають вищу здатність не приймати себе та бути більш конформними у порівнянні із чоловіками. Тобто, жінки, у порівнянні із чоловіками, більш незадоволені своїми власними характеристиками та результатами, а також намагаються підкорятися та виконувати завдання, які ставлять інші люди.

Другою методикою була використана «Книга життя», Н. Чепелевої, М. Смульсона, яка призначена для створення простору з метою розвитку альтернативних історій, які надають можливість особистості відчувати здатною вплинути на протікання власного життя та стати його автором. Аналіз методики дозволяє визначити три погляди на життя: ретроспективний, презентивний, філософський.

Описуючи результати частотного аналізу за методикою, були отримані дані, які надали можливість зробити наступні висновки.

Аналізуючи особливості погляду опитуваних на власне життя було виявлено, що 50% опитуваних мають ретроспективний погляд на життя, вони сфокусовані на події минулого життя, вважають їх більш значущими та такими, що визначають подальшу життєдіяльність, не хочуть сфокусуватися на теперішньому часі та прогнозувати майбутнє життя.

У 38% опитуваних спостерігається презентивний погляд на життя, який визначається фокусом уваги на теперішнє, не заперечуючи важливості минулих подій та прогнозованості майбутньої життєдіяльності. Для 12% опитуваних характерний філософський погляд на життя, який характеризу-

ється певною відірваністю від минулого та теперішнього та зосередженістю на майбутньому. Отже, у опитуваних переважає ретроспективний погляд на життя, який визначається фокусом уваги особистості на минуле життя.

В ході дослідження було цікаво визначити наявність відмінностей серед жінок та чоловіків, тому, в результаті t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок, за методикою «Книга життя» були отримані наступні дані.

Описуючи відмінності між чоловіками та жінками щодо поглядів на власне життя, було з'ясувано, що чоловіки є більш націленими на минуле, у порівнянні із жінками. Однак, отримані відмінності не є статистично значущими, що свідчить про їх недовірність.

В ході кореляційного аналізу, були отримані наступні статистично значущі взаємозв'язки:

- між віковими особливостями опитуваних та: незадоволеністю собою ($r = 0,393$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю власною життєдіяльністю ($r = 0,299$, при $p \leq 0,05$), неприйняттям себе ($r = 0,296$, при $p \leq 0,05$), емоційним дискомфортом ($r = 0,281$, при $p \leq 0,05$), зовнішнім контролем ($r = 0,410$, при $p \leq 0,01$) та домінуванням ($r = -0,380$, при $p \leq 0,01$). Дані вказують на те, що чим старші опитувані, тим більше у них проявляється незадоволеність собою, не прийняття себе, емоційний дискомфорт, зовнішній контроль та тим нижче проявляється домінування. З віком у особистості звужується сфера можливостей, особливо, якщо у попередньому досвіді були травматичні події, які змусили людину різко змінити умови життя. Саме це і вплинуло на сприйняття того, що у житті від людини мало що залежить, а більш значущими є зовнішні фактори та умови;

- між впливом тяжкості події та поглядом на життя ($r = -0,791$, при $p \leq 0,01$). Це вказує на те, що чим вища травматичність, тим ретроспективнішим є погляд на життя. Адже, особистість фокусується та зосереджується навколо травми і не має бажання або ресурсів жити новим життям та будувати плани на майбутнє, які у будь-яку мить можуть різко змінитися;

- між дезадаптивністю та: незадоволеністю собою та власним психологічним станом ($r = 0,824$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю ситуацією та її динамікою ($r = 0,568$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю сферою міжособистісних стосунків ($r = 0,743$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю власним функціональним станом ($r = 0,650$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю своєю життєдіяльністю ($r = 0,525$, при $p \leq 0,01$). Результати показують, що чим вищий рівень дезадаптивності, тим вищі показники незадоволеністю собою та власним психологічним станом, незадоволеністю ситуацією та її динамікою, незадоволеністю сферою міжособистісних стосунків, незадоволеністю власним функціональним станом, незадоволеністю своєю життєдіяльністю. Що логічно, адже неможливість досягти бажаного результату або бажаної мети призводить до невдоволення у всіх сферах життєдіяльності;

- між поглядом на життя та: вторгненням ($r = -0,696$, при $p \leq 0,01$), уникненням ($r = -0,697$, при

$p \leq 0,01$), фізіологічною збудливістю ($r = -0,845$, при $p \leq 0,01$), незадоволеністю собою та власним психологічним станом ($r = -0,315$, при $p \leq 0,05$), незадоволеністю сферою міжособистісних стосунків ($r = -0,308$, при $p \leq 0,05$), емоційним дискомфортом ($r = -0,300$, при $p \leq 0,05$). Дані показують, що чим сприятливішим буде погляд на життя, тим нижчими будуть показники вторгнення, уникнення, фізіологічної збудливості, незадоволеності собою та власним психологічним станом, незадоволеності сферою міжособистісних стосунків та емоційного дискомфорту. Адже, свідоме та конструктивне ставлення до власного життя нівелює прояв негативних емоцій, думок, поглядів, незадоволеності у відповідних сферах життя та діяльності.

Отже, результати кореляційного аналізу свідчать про те, що чим старші опитувані, тим більше у них проявляється незадоволеність собою, не прийняття себе, емоційний дискомфорт, зовнішній контроль та тим нижче проявляється домінування. Чим вища травматичність, тим ретроспективнішим є погляд на життя. Чим вищий рівень дезадаптивності, тим вищі показники незадоволеністю собою та власним психологічним станом, незадоволеністю ситуацією та її динамікою, незадоволеністю сферою міжособистісних стосунків, незадоволеністю власним функціональним станом, незадоволеністю своєю життєдіяльністю. Чим сприятливішим є погляд на життя, тим нижчими є показники вторгнення, уникнення, фізіологічної збудливості, незадоволеності собою та власним психологічним станом, незадоволеності сферою міжособистісних стосунків та емоційного дискомфорту.

В результаті факторного аналізу було виділено чотири фактори, які пояснюють 79,63% загальної дисперсії та описують психологічні конструкти опитуваних:

- до першого фактору, який пояснює 33,42% дисперсії увійшли наступні дескриптори: дезадаптивність (факторне навантаження 0,974), зовнішній контроль (0,917), емоційний дискомфорт (0,910), неприйняття себе (0,893), конформність (0,863), неприйняття інших (0,836), незадоволеність собою та своїм психологічним станом (0,811), ескапізм (0,754), незадоволеність сферою міжособистісних стосунків (0,691), незадоволеність своєю життєдіяльністю (0,620). Даний фактор можна визначити як «дезадаптованість». Він визначається нездатністю пристосуватися до нових умов життя, відсутністю контролю над власним життям, емоційним дискомфортом, неприйняттям та незадоволеністю власною особистістю, уникненням проблем та небажанням їх вирішувати, невдоволеністю власним життям та стосунками із оточуючими;

- до другого фактору, який пояснює 19,19% дисперсії увійшли наступні дескриптори: вплив тяжкості події (факторне навантаження 0,984), фізіологічна збудливість (0,946), вторгнення (0,917), уникнення (0,906), погляд на життя (-0,853). Даний фактор можна визначити як «травматичність», він характеризується наявністю травматичних пережи-

вань, фізіологічною збудливістю, вторгненням та уникненням у сфері травматичних відчуттів та емоцій та ретроспективним поглядом на своє життя;

– до третього фактору, який пояснює 17,75% дисперсії увійшли наступні дескриптори: адаптивність (факторне навантаження 0,894), домінування (0,891), прийняття себе (0,863), внутрішній контроль (0,823), емоційний комфорт (0,821). Даний фактор можна визначити як «адаптивність», він визначається здатністю особистості пристосовуватися до нових умов життя та діяльності, прийняттям себе, здатністю контролювати власне життя та відчуттям емоційного комфорту;

– до четвертого фактору, який пояснює 9,27% дисперсії увійшли наступні дескриптори: прийняття інших (факторне навантаження -0,778), незадоволеність власним функціональним станом (0,634), незадоволеність ситуацією та її динамікою (0,597). Даний фактор можна визначити як «неприйняття», він характеризується неприйняттям особливостей оточуючих, невдоволеністю власним функціональним станом та невдоволеністю ситуацією, що склалася та її протіканням.

Отже, результати факторного аналізу надали змогу виділити чотири основні фактори, які описують особистісну сферу опитуваних: «дезадаптивність», «травматичність», «адаптивність» та «неприйняття».

Висновки. Досліджуючи особливості соціально-психологічної адаптації опитуваних, ми з'ясували, що у них переважає тенденція до низького прояву зовнішнього контролю, середнього прояву дезадаптивності, неприйняття себе, неприйняття інших, емоційного дискомфорту, конформності, ескапізму

та високого прояву адаптивності, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту, внутрішнього контролю та домінування. Також було визначено, що жінки, у порівнянні із чоловіками, мають вищу здатність не приймати себе та бути більш конформними у порівнянні із чоловіками.

Аналізуючи особливості погляду опитуваних на власне життя ми виявили, що у них переважає ретроспективний погляд на життя, вони сфокусовані на події минулого життя, вважають їх більш значущими та такими, що визначають подальшу життєдіяльність, не хочуть сфокусуватися на теперішньому часі та прогнозувати майбутнє життя.

Результати кореляційного аналізу свідчать про те, що чим старші опитувані, тим більше у них проявляється незадоволеність собою, не прийняття себе, емоційний дискомфорт, зовнішній контроль та тим нижче проявляється домінування. Чим вища травматичність, тим ретроспективнішим є погляд на життя. Чим вищий рівень дезадаптивності, тим вищі показники незадоволеністю собою та власним психологічним станом, незадоволеністю ситуацією та її динамікою, незадоволеністю сферою міжособистісних стосунків, незадоволеністю власним функціональним станом, незадоволеністю своєю життєдіяльністю. Чим сприятливішим є погляд на життя, тим нижчими є показники вторгнення, уникнення, фізіологічної збудливості, незадоволеності собою та власним психологічним станом, незадоволеності сферою міжособистісних стосунків та емоційного дискомфорту.

Дані факторного аналізу надали нам змогу виділити чотири основні фактори, які описують особистісну сферу опитуваних: «дезадаптивність», «травматичність», «адаптивність» та «неприйняття».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Галус О.М. Педагогічне управління адаптацією майбутніх учителів у системі ступеневої освіти: дис... д-ра пед. наук: 13.00.06 / О.М. Галус. 2009. 125 с.
2. Гуляева А.С. Психологічні особливості вимушеного переселення. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». 2017. Випуск 37. С. 66–75.