



8. АНАЛІТИКА



Андрій Миколайович Маслюк,
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник
лабораторії історії психології ім. В. А. Роменця
Інституту психології імені Г. С. Костюка
НАПН України,
м. Київ, Україна

УДК 159.9.09

ПСИХОЛОГІЯ ТРАВМИ: ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ

В статті розглядається проблема травми та її наслідки. Розуміння процесів становлення категорії психологічної травми дозволить адекватно реагувати на травмируючі виклики громадсько-політичного життя в Україні, тим самим сприяти збереженню фізичного та психічного здоров'я українського народу.

Увага зосереджена на результатах емпіричного дослідження зображення травмируючих подій в Україні в 2014 р. на студентах. Здійснено порівняльний аналіз результатів студентів-юристів першого курсу Національної академії внутрішніх справ України та студентів-психологів Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. В емпіричному дослідженні було встановлено травмируюче вплив подій 2014 р. в Україні на студентів.

Ключові слова: *емоції, переживання, психіка, травма.*

The problem of trauma and its consequences. Understanding the processes of category trauma will to adequately respond to traumatic challenges of political life in Ukraine, thus helping to preserve physical and mental health of the Ukrainian people.

Focus on the results of empirical research mapping traumatic events in Ukraine 2014 students. The comparative analysis of law students the first year of the National Academy of Internal Affairs of Ukraine and students of psychology National Pedagogical University MPDragomanov. In an empirical study found traumatic impact events of 2014 in Ukraine to students.

Keywords: *emotions, feelings, psyche, trauma.*

Переживання людиною катастроф породжує віддалені психотравмуючі наслідки, що проявляються через тривалий час після травмуючих обставин. Початок ХХІ ст. для українського народу надзвичайно насичений екстремальними подіями (Помаранчева революція 2004 року, Революція Гідності, окупація Росією Криму, незаконна війна зі сусідньою державою на Сході України). Психологічне осмислення таких подій є передумовою адекватного реагування на сучасні виклики, що постають перед суспільством. У цьому контексті загострюється потреба поглибленого вивчення переживання людиною травмуючих подій у сучасній Україні. Дослідження сприйняття та подальшого осмислення студентами суспільно-політичної кризи 2014 р. в нашій державі надасть змогу зрозуміти ступінь впливу травмуючих подій на молоде покоління. Аналіз літератури свідчить, що проблема збереження здоров'я осіб, які зазнали впливу факторів екстремальних ситуацій, була предметом уваги

багатьох дослідників (А. Адлер, А. Кардінер, Т. Кириленко, Б. Колодзін, А. Маслюк, М. Решетніков, О. Саннікова, Т. Титаренко, Е. Франкл та ін.). Проте існує нагальна потреба у дослідженні та подальшій профілактиці травмуючих подій в сучасній Україні, оскільки травматизація стосується значної кількості жителів, її наслідки можуть впливати на майбутні покоління.

Мета статті – з'ясувати особливості сприйняття та переживання травмуючих подій в Україні 2014 р. студентами.

За масштабами можна говорити про масові, групові та індивідуальні травмуючі події. Отже, вивчення масових травмуючих подій містить коло наших наукових інтересів. Проведені нами дослідження щодо переживання довготривалої фізіологічної депривації під час голодоморів в Україні свідчать про травматизацію, що має вплив і на третє покоління (онуків) [4]. «Психічна травма – це особливий вид травми, пов'язаний з важкими переживаннями, що може привести до депресій,



неврозів та інших хворобливих реакцій» [1]. Отже, наслідком психічної травми є різні ушкодження психіки та важкі переживання людиною травмуючих подій.

Психопатологія травматичного стресу розглядалася у медичній літературі та діагностиці ще у другій половині XIX століття. Дж. Да-Коста описав психічні порушення у солдатів часів громадянської війни в США. Дослідивши групу фізично здорових ветеранів, він виявив, що ці люди скаржилися на серцебиття, зростаючу біль в області серця, тахікардію, серцеву тривогу, головний біль, послаблення зору, запаморочення. Автор назвав це явище «болісно чутливе серце» або «солдатське серце» [5].

У середині 70-х років XX ст. американське суспільство зіштовхнулося з проблемами, що були породжені дезадаптивною поведінкою ветеранів в'єтнамської війни [2; 3]. Було з'ясовано, що у близько 25 % солдатів, які воювали і не мали фізичних ушкоджень, досвід бойових дій став причиною розвитку негативних психічних розладів. Серед поранених та інвалідів кількість осіб, які страждали на посттравматичний стресовий розлад, становила до 42 %. За статистикою, від 54 до 108 тисяч ветеранів покінчили життя самогубством, а від 35 до 45 тисяч ведуть усамітнений спосіб життя, майже ні з ким не спілкуючись.

Значні труднощі виникли зі соціальною адаптацією ветеранів, оскільки значний відсоток актів насилля припадає на ветеранів в'єтнамської війни. І це найбільш виражені наслідки воєнної кампанії американських військових у В'єтнамі. Необхідно врахувати, що війна відбувалася на чужій території, а ми воюємо на своїй землі, тому травматизація стосується значної частини населення України і на нас, гіпотетично, чекає «донбаський синдром».

Метою нашого дослідження було з'ясування сприйняття та переживання студентами суспільно-політичного життя в Україні та можливий вплив трагічних подій на Майдані та Сході України на психіку студентів. Нами було розроблено анкету, що містила відкриті питання. Вибірка складалася зі студентів-психологів першого курсу (57 студентів) НПУ імені М. П. Драгоманова та студентів-юристів першого курсу (48 студентів) Національної академії внутрішніх справ України. Опитано було 105 студентів.

На питання «Чи відображаються військові події на Сході України на Вашому житті?» відповіді поділилися наступним чином.

З 57 студентів НПУ імені М. П. Драгоманова: 39 респондентів (68,4 %) відповіли «так»; 17 респондентів (29,8 %) – «ні»; 1 респондент (1,75 %) – не відповів. Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так», на першому місці переважає емоційний чинник (14 осіб – 24,5 %): «бентежить майбутнє; серце омивається кров'ю; дуже переживаю; покажіть, на кому не відображаються, бо я і бабуся дуже переживаємо за солдатів тощо». Це ми можемо пояснити небайдужістю до подій, переважанням респондентів жіночої статі, українською ментальністю, що пов'язуємо з бурхливою емоційною реакцією

на трагічні події. На другому місці – відповіді студентів, чий близькі, знайомі перебувають в зоні АТО, та відповідь «так» без пояснень (по 6 осіб – 10,5 %): «так, мій друзі і їхні батьки перебувають в зоні АТО, страшно»; «так, в АТО бере участь мій хлопець»; «пересилаємо кошти» тощо. На третьому місці – відповіді «батьки в окупації», «економічний чинник», «безробіття, підвищення цін тощо» відповідно дали по 3 особи (5,2 %). Зустрічалася й відповідь «страх новітки».

Відповідь «ні» дали 17 осіб, з них: без пояснень – 15 осіб (26,3 %), що може свідчити про закритість досліджуваних; економічно і емоційно відреагували по 1 особі (1,75 %) – «підвищилися ціни, запровадили військовий податок».

На жаль, зустрічаються у студентів-психологів і трагічні наративи. Наведемо приклад відповіді (цітата): «Так, військові події відобразилися на моєму житті. У мого хлопця помер його найкращий друг, його вбили під Донецьком, через що його дівчина замкнулась у собі спочатку. Мій хлопець впав у депресію, і я намагалася його підтримати, але сама дуже переживала через все це. Мій хлопець провідував ту дівчину, не давав їй пити, а одного дня вона не взяла декілька разів слухавку. Пізніше ми дізналися, коли він заїхав до неї, що вона покінчила життя самогубством, вистригнувши із вікна. Я не могла це комусь розповісти, тримала у собі і це єдиний шанс розповісти комусь про те, що сталося».

У цьому наративі важливим ресурсом до відновлення є можливість розповісти сторонньому свою трагедію «Я не могла це комусь розповісти, тримала у собі і це мій єдиний шанс розповісти комусь про те, що сталося». Це ми можемо пояснити неприйняттям психологічної допомоги від психолога в суспільстві. Адже студент навчається на психолога і не звертається до спеціаліста за допомогою. Така позиція може призвести до ще більш складних психологічних наслідків у майбутньому.

На питання «Чи можете Ви спокійно дивитися новини по телебаченню зі Сходу України?» було отримано наступні відповіді: 6 респондентів (10,5 %) відповіли «так»; 45 респондентів (78,9 %) – «ні»; 6 респондентів (10,5 %) – «не дивлюся».

Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так», на першому місці знаходяться декілька чинників: обман ЗМІ, новини дізнаюся з Інтернету (по 2 особи – 3,5 %). Наведемо відповідь переселенки з Луганської області: «Дивлюся спокійно, хоч не часто. ЗМІ завжди вносять своє, як російські, так і українські. А потім у підручниках з історії буде по-іншому і неправда». Таку відповідь ми можемо пояснити зваженим аналізом інформаційного простору студенткою у сприйнятті подій, що відбуваються в Луганській області.

На другому і третьому місцях – такі відповіді студентів: «батьки заставляють» та відповідь «так» без пояснень (по 1 особі – 1,75 %) – «так, батьки змушують дивитися новини, нецікаво, нудно», що свідчить про апатичність до ситуації в Україні.



Відповіли «ні» 45 осіб, з них відповідь «не можу, емоційно важко» дали 25 осіб (43,8 %): *«ні, не можу, велике хвилювання»; «ні, не дивлюся, це викликає в мене сльози»; «ні, переключаю канал, не можу емоційно витримати»; «не можу, важко дивитися на смерть тощо».* Це може свідчити про глибокі переживання травмуючих подій, що змінюють внутрішній світ студентів, громадянську позицію небайдужості до проблем країни, а також такі відповіді студентів можуть бути пояснені як захисний механізм організму на екстремальні ситуації. Необхідно наголосити, що пролонговані в часі травмуючі події можуть призводити до різних важких наслідків. Для прикладу наведемо наратив студентки з м. Луганська: *«Як можна спокійно дивитися новини, де показують рідне місто... коли ти не знаєш, чи цілий твій будинок, чи живі твої рідні... Мені дуже важко сприймати це. Ще важче коли їдеши у метро і тут розмова про Донбас і такий сум... Що ви, люди, знаєте? Що ви говорите? Я втікала від кулі, снаряду... Я, біженка, в Україні нікому не потрібна!».* Аналізуючи інші відповіді анкети цієї студентки, можна виокремити декілька особливостей її сприйняття травмуючих подій в м. Луганську: звинувачення влади у «здачі Донбасу», *«Україна це там де я живу»*, а також патріотичне налаштування *«я завжди любила Україну, любила і люблю українську мову...»*, що є скоріше винятком, оскільки загальна риторика інших опитаних з Донецького регіону досить своєрідна.

На другому і третьому місцях відповіді студентів «обман ЗМІ» та відповідь «ні» без пояснень по 6 (10,5 %) та 5 осіб (8,7 %) відповідно – *«не вірю ЗМІ, хто був там, той говорить інше»; «ні, я знаю від батьків з Луганська всі події, їх перекручують, аж гидко робиться, тощо»*, що свідчить про недовіру до українських ЗМІ.

На питання «Значущість для Вас слова «Україна» отримали наступні відповіді, які ми проранжували. З 57 студентів (деякі давали декілька відповідей): 8 респондентів (14,0 %) відповіли – «батьківщина»; 7 респондентів (12,2 %) – «переосмислення, переоцінка слова»; 5 респондентів (8,7 %) – «моя рідна земля, дім»; по 4 респонденти (7,0 %) – «гордість», «патріотична», «любов»; по 3 респонденти (5,2 %) – «сильна духом», «я народилася в Україні, жила і хочу жити», «ставлення до слова «Україна» не змінилося»; по 2 респонденти (3,5 %) – «незалежність», «велика нація», «свобода», «непереможна»; по 1 респонденту (1,7 %) – «мова», «природа», «класна», «найдобріші люди», «витримаєш», «душа» і песимістичні відповіді «туга», «несправедливість», «тривога», «відчуття жалю» тощо.

Важливою, на наш погляд, є відповідь 7 респондентів (12,2 %), які переосмислили, переоцінили для себе значущість слова «Україна» внаслідок трагічних подій 2014 р. в країні. Наведемо більш розгорнуті відповіді студентів: «Раніше я не вважала для себе важливим бути україночку. Навпаки, я хотіла виїхати з країни за кордон. Але зараз, дивлячись, які

відважні та сильні люди українці, я зрозуміла, що бути громадянином України – це гордо»; «Почала більше цінувати свою Батьківщину»; «Україна для мене стала не лише державою, а й нацією»; «Після Майдану Україна стала домівкою з рідними для мене людьми, адже ми єдині» тощо. Отже, на основі таких наративів ми можемо стверджувати про наявність позитивних змін у ставленні студентів до сприйняття своєї країни. Усвідомлена любов до «своєї землі, рідної неньки, душі» є запорукою становлення нової психології молодих українців: «Це та країна, в якій я народилася, живу і хочу жити. Звичайно, існує багато моментів, які мене не задовольняють, проте я переконана, що їх (виділено – автором) потрібно змінювати, а не країну проживання. Після кривавих подій недалекого минулого її незалежність, демократичність і позитивний розвиток набули особливої значущості. Адже за це заплатили життям багато людей, їх жертва не повинна бути марною». Заслуговує на увагу той факт, що респондент розуміє і адекватно оцінює складність становлення незалежності нашої країни та бажає бути активним учасником цього державотворчого процесу. Найголовнішим у цьому наративі, на наш погляд, є очікування позитивних змін країни. Серед молоді існує значний кредит довіри до влади, тому сподівання на відродження нової сильної, незалежної, демократичної України є досить великими. *«Адже за це заплатили життям багато людей, і їх жертва не повинна бути марною».*

На питання «Чи травмували Вас розстріли людей на Майдані, вбивства військових, волонтерів, мирних жителів на Сході України?» отримали наступні відповіді. З 57 студентів: 45 респондентів (78,9 %) відповіли «так»; 11 респондентів (19,2 %) – «ні»; 1 респондент (1,75 %) – не відповів.

Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так», на першому місці емоційний чинник (16 осіб – 28 %): «кожного дня страх, смуток, надія»; «страшно»; «так, не можу передати почуття»; «звичайно, йдучи по Майдану, мимоволі починають литися сльози тощо». У відповідях переважають емоції страху, горя, жалю, співчуття, болю, що вказують на складні внутрішні переживання респондентів, боротьбу зовнішнього і внутрішнього світу особистості.

На другому місці – «загинули люди, знайомі» (10 осіб – 17,5 %): *«вбивства завжди травмують»; «травмувало, бо не очікувала, що так спокійно розстрілюють людей на Майдані тощо».*

На третьому місці – «зміна світогляду, цінностей» (6 осіб – 10,5 %): *«переломний момент мого життя»; «я би не був українцем, якби події не зачепили, я став сильнішим»; переоцінка цінностей; змінилося ставлення до нації тощо.* Тобто відбулося явище інтеріоризації, за Л. Віготським. Як наслідок, респонденти констатують зміну власних цінностей, світогляду, зростання патріотизму. Наведемо приклад відповіді переселенців з Луганської області: *«Моя мама панично до цього ставиться. Тому вдома було безліч емоцій. Не те, щоб травмувало, але залишило мамин*



слід. Ми родом з Луганської області, і зараз мама є волонтеркою, я допомагаю. Це цікаво, насправді, все одно студенти, учні не розуміють тяжкість ситуації». Цей наратив свідчить про проукраїнські настрої певної респондентки, інші її відповіді це підтверджують. Мама і сама респондентка знайшли новий сенс життя у волонтерстві. Варто також навести відповідь студентки з м. Слов'янськ Донецької області: «Снівчуваю. Я не за Україну і не за Росію. Я за мир...». Це типова відповідь переселенців з Донецького регіону, які підтримують «своїх», навіть проживаючи в Києві, де «повно бандерівців».

Проаналізуємо відповіді анкети студентів-юристів першого курсу (48 осіб) Національної академії внутрішніх справ України.

На питання «Чи відображаються військові події на сході України на Вашому житті?» відповіді розподілилися наступним чином.

З 48 студентів 34 (70,8 %) відповіли «так», 14 (29,1 %) – «ні». Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так» на першому місці переважає емоційний чинник – 14 осіб (29,1 %): «сприймаю близько до серця»; «так, боюся за власну сім'ю»; «спокійно дивитися на те, що відбувається в нашій країні, я не можу тощо».

На другому місці – економічний чинник (8 осіб – 16,6 %): «сьогоднішні події сильно впливають на економіку нашої країни, що ставить мою сім'ю в дуже незручне становище»; «економічно відображається на кожному тощо».

На третьому місці відповіді студентів, чії близькі, знайомі перебувають в зоні АТО (6 осіб – 12,5 %): «мій тато зараз перебуває там, захищає ціною власного життя територіальну цілісність та недоторканість України, мирне життя та спокій всіх громадян. І я ним пишаюсь» тощо.

Зустрічалася й відповідь «страх повістки».

Відповідь «ні» дали 14 осіб, з них емоційний чинник та відповідь без пояснень – по 6 осіб (12,5 %) відповідно, що може свідчити про закритість досліджуваних та емоційне реагування респондентів на трагічні події.

На питання «Чи можете Ви спокійно дивитися новини по телебаченню зі Сходу України?» отримали наступні відповіді. З 48 студентів 16 респондентів (33,3 %) відповіли «так»; 28 респондентів (58,3 %) – «ні»; 4 респонденти (8,3 %) – не дивлюся.

Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так», на першому місці відповідь «обман ЗМІ» – 6 осіб (12,5 %): «новини висвітлюють 40 % правди, але я звичайно їх дивлюся»; «кожного дня на збирання інформації та об'єктивний аналіз ситуації в країні витрачаю 2 години»; «“Українська правда” – більш правдиві новини» тощо. Отже, респонденти спокійно сприймають інформацію та аналізують її систематично, якісно і виокремлюють ЗМІ, яким вони довіряють.

На другому місці – відповідь студентів «так» без пояснень дали 4 особи (7 %).

Відповідь «ні» дали 28 осіб (58,3 %), з них «обман ЗМІ» – 12 осіб (25 %): «ні, не можу, більше вірю свідкам, ніж пресі, ТВ, радіо тощо». Тобто четверта частина опитаних майбутніх юристів не може спокійно дивитися новини зі Сходу України, оскільки важко морально, але найголовніше – вони не довіряють ЗМІ.

На другому місці – відповідь студентів «не можу, емоційно» (8 осіб – 16,6 %): «не можу, переживаю за героїв»; «без сліз не дивлюся» тощо, що свідчить про важкі переживання складних травмуючих подій на Сході України.

На третьому місці – відповідь студентів «заберуть в АТО» (4 особи – 8,3 %): «на Сході гинуть юнаки мого віку і я можу опинитися на їхньому місці» тощо, що вказує на страх отримання повістки.

На запитання «Значущість для Вас слова “Україна”» отримали наступні відповіді, що ми проранжували. Із 48 студентів (деякі давали декілька відповідей): 14 респондентів (29,1 %) відповіли «моя рідна земля, дім»; 10 респондентів (20,8 %) – «батьківщина»; 8 респондентів (16,6 %) – «народився в Україні»; 4 респонденти (8,3 %) – «добрі люди», по 2 респонденти (4,1 %) – «ненька, мати», «люблю», «патріот»; по 1 респонденту (2 %) – «мій оберіг», «природа», «страх війни» тощо.

Необхідно зазначити, що 14 респондентів (29,1 %), тобто третина опитаних, асоціюють слово «Україна» з рідною землею, домівкою, теплом, затишком, власною територією, яку необхідно оберігати і захищати. В цілому студенти позитивно оцінюють слово «Україна», проте є і негативні асоціації, наприклад «страх війни; територія на якій проживаю тощо», що також пов'язано з війною на Сході України.

На питання «Чи травмували Вас розстріли людей на Майдані, вбивства військових, волонтерів, мирних жителів на Сході України?» отримали наступні відповіді. З 48 студентів: 32 респонденти (66,6 %) – «так»; 16 респондентів (33,3 %) – «ні».

Серед респондентів, які дали стверджувальну відповідь «так», на першому місці емоційний чинник (12 осіб – 25 %): «так, незабутнє горе, бо людське життя втрачає цінність, а згідно із Конституцією України людське життя є найвищою соціальною цінністю»; «морально так, моторошно»; «зачепила до серця, брала участь у мітингах на Майдані» тощо. У відповідях переважають емоції страху, горя, жалю, співчуття, адже людське життя втрачає цінність, всупереч основному закону.

На другому місці – відповідь «загинули люди, знайомі» – 9 осіб (18,7 %): «так, коли знаєш людей, які загинули»; «так, під Донецьком загинув друг»; «так, втратив друга дитинства» тощо. Втрата близьких та знайомих травмує та порушує психічну рівновагу респондентів, тому у складних випадках їм необхідна допомога спеціаліста-психолога. І це має розуміти кожен і усвідомлювати наслідки тривалої травмуючої події.

На третьому місці – економічний вплив (7 осіб – 14,5 %): «погіршення життя і економіки за весь період до н. е.» тощо.



Цікавими нам видаються такі відповіді: «Майдан – це державний переворот, а війна – трагедія, винний Майдан...»; «Так, шкода міліціонерів та людей, які загинули на Майдані. Слава Україні!». Ці відповіді можна пояснити тим, що більшість батьків респондентів є працівниками правоохоронних органів, тому діти підтримують рідних.

Порівнюючи результати відповідей студентів-юристів першого курсу НАВС України та студентів-психологів НПУ імені М. П. Драгоманова на запитання «Чи відображаються військові події на Сході України на Вашому житті?», можемо констатувати наступне (див. рис. 1).

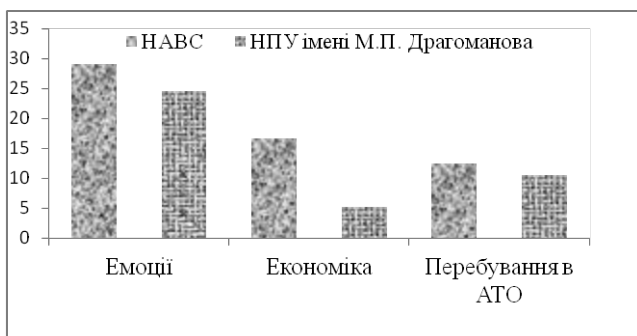


Рис. 1. Порівняльний аналіз відображення військових подій на студентах першого курсу НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова (%)

З рис. 1. видно, що у студентів-психологів військові події викликають, насамперед, емоційне реагування (24,5 %); по-друге, травмуючим чинником є перебування близьких та знайомих в АТО (10,5 %); і, по-третє, студенти зазначають зміни економічного стану (5,2 %) тощо. Дещо інші результати відображення військових подій на студентах-юристах. Так, емоційний чинник становить у майбутніх юристів 29,1 %, що не суттєво перевищує показник студентів-психологів. На другому місці для юристів є важливою економічне становище (16,6 %), що значно їх відрізняє від показників майбутніх психологів. Це ми можемо пояснити більш прагматичним ставленням до життя студентів, які навчаються на юристів. Окрім того, у значної частини студентів-юристів близькі мають власну справу, тому погіршення економіки країни позначається на багатьох категоріях громадян, а особливо на малому і середньому бізнесі. Тому це турбує майбутніх юристів. На третьому місці є відповідь «перебування близьких та знайомих в АТО» (12,5 %), що свідчить про більше залучення знайомих та рідних студентів в АТО, оскільки переважна більшість батьків студентів-юристів є працівниками правоохоронних органів (МВС, МНС, СБУ, прокуратури).

Результати відповідей студентів-юристів першого курсу НАВС України та студентів-психологів НПУ імені М. П. Драгоманова на запитання «Чи можете Ви спокійно дивитися новини по телебаченню зі Сходу України?» бачимо на рис. 2.

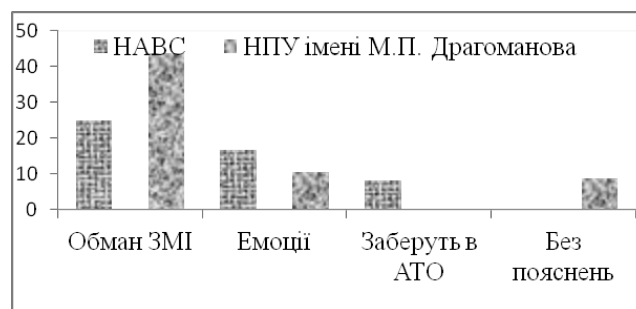


Рис. 2. Порівняльний аналіз відповідей студентів першого курсу НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова на запитання «Чи можете Ви спокійно дивитися новини по телебаченню зі Сходу України?» (%)

Студенти двох ВНЗ не довіряють ЗМІ, як видно з рис. 2 (психологи (43,8 %), а юристи (25 %). Така недовіра до ЗМІ є наслідком інформаційних війн між власниками ЗМІ. Окрім того, багато знайомих, які повернулися із зони АТО, розповідають про факти, що суперечать офіційній інформації про АТО. У майбутніх юристів спостерігається страх потрапити в зону військових дій (8,3 %), оскільки значний відсоток їх чоловічої статі призовного віку. А значна кількість студентів-психологів (8,7 %) не пояснює власної позиції щодо спокійного перегляду новин зі Сходу України.

Зазначимо також, що у досліджуваних студентів простежується високий дух патріотизму, національної свідомості (див. рис. 3).

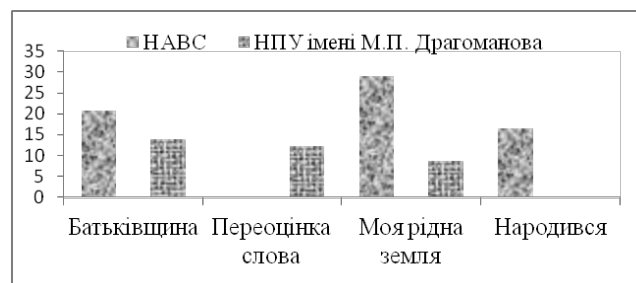


Рис. 3. Порівняльний аналіз відповідей студентів першого курсу НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова щодо значення для них слова «Україна» (%)

Об'єм статті не дозволяє нам у повному обсязі висвітлити отримані результати анкети. Україна для опитаних – це «душа», «ненька», «природа», «непереможна» тощо. Звісно, студенти вживали і негативні описи: «тривожно», «страшно», «війна» тощо, що у відсотковому вимірі є несуттєвими.

Цікавим фактом стало сприйняття психологами (12,2 %) по-новому слова «Україна», оскільки вони переосмислили його і усвідомили, що кращої країни немає: «Україна для мене стала не лише державою, а й нацією» тощо. Але такі ціннісні перетворення відбулися внаслідок трагічних подій у сучасній Україні.

Розглянемо результати студентів першого курсу НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова щодо



травматизації трагічними подіями в Україні 2014 р. (див. рис. 4).

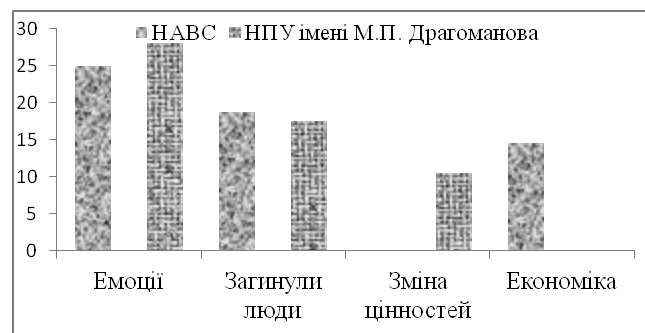


Рис. 4. Порівняльний аналіз відповідей студентів першого курсу НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова на запитання «Чи травмували Вас розстріли людей на Майдані, вбивства військових, волонтерів, мирних жителів на Сході України?» (%)

Проаналізувавши відповіді студентів, ми дійшли висновку, що рівень травматизації у психологів складає 78,9 %, а у юристів – 66,6 %.

У відповідях переважають емоції страху, горя, жалю, співчуття, болю, що вказує на складні внутрішні переживання респондентів, боротьбу зовнішнього і внутрішнього світу особистості. Такі результати підтверджують емоційність українського народу, здатність емпатійно переживати («загинули люди») як власну, так і чужу трагедію, що притаманно майбутнім психологам. Суттєва відмінність у відповідях студентів щодо травматизації виявилася на третьому місці: роль економічного фактора важлива для студентів-юристів (14,5 %), а на психологів травматизація вплинула так, що у деяких з них (10,5 %) змінився світогляд стосовно поглядів на життя. Ми досить часто цінуємо те, що втратили або можемо втратити (події на Майдані та в зоні АТО стали тим детонатором, що запустив механізм переоцінки життя, як окремої особистості, так і нації в цілому). У травмуючих ситуаціях необхідним є вміння по-новому поглянути на сенс того, що було раніше, відбувається сьогодні і повинно відбутись у майбутньому. Коли ми знаходимо новий сенс, він так змінює наше самовідчуття, що після цього наші стосунки зі світом стають іншими, а це є запорукою адекватного проживання травмуючих подій як учасниками, так і свідками.

Таким чином, розуміння процесів становлення категорії психологічної травми забезпечить можливість адекватно реагувати на травмуючі виклики суспільно-політичного життя в Україні, сприяючи збереженню фізичного та психічного здоров'я українського народу.

Вплив травмуючих подій в сучасній Україні відобразився на майбутніх психологах (78,9 %) та юристах (66,6 %), насамперед на емоційному рівні, де

переважають емоції страху, горя, жалю, співчуття, болю, що вказують на складні внутрішні переживання респондентів, боротьбу зовнішнього та внутрішнього світу особистості. Суттєва відмінність у відповідях студентів щодо травматизації виявилася на третьому місці: роль економічного фактора важлива для студентів-юристів (14,5 %), а на психологів травматизація вплинула так, що у деяких з них (10,5 %) змінився світогляд стосовно поглядів на життя. Адже коли ми знаходимо новий сенс, він так змінює наше самовідчуття, що після цього наші стосунки зі світом стають повністю іншими, а це є запорукою адекватного проживання травмуючих подій.

В емпіричному дослідженні встановлено, що студенти не довіряють ЗМІ (новини по телебаченню), а більше довіряють перевіреним Інтернет-ресурсам («Українська правда» тощо).

У студентів перших курсів НАВС України та НПУ імені М. П. Драгоманова простежується високий дух патріотизму, національної свідомості. Цей дух любові до України необхідно зберігати й нарощувати, наближаючи нашу державу до процвітання та незалежності.

Таким чином, у емпіричному дослідженні було встановлено травмуючий вплив подій 2014 р. в Україні на студентів (психологів та юристів). Ігнорування психологічного здоров'я молодого покоління призведе до складних наслідків у майбутньому. Тому перспективним напрямом дослідження є профілактична діяльність зі студентами, учнями, дорослими стосовно переживання психічної травми та її наслідків.

Використані літературні джерела

1. Кириленко Т. С. Пошук гармонії: емоційні переживання та стани особистості (вчинково-орієнтований підхід) [Текст]: монографія / Т. С. Кириленко. – К.: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2004. – 100 с.
2. Колодзин Б. Как жить после психической травмы [Текст] / Б. Колодзин. – М.: Шанс, 1992. – 94 с.
3. Маклаков А. Г. Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов [Текст] / А. Г. Маклаков, С. В. Чермянин, Е. Б. Шустов // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19. – № 2. – С. 15–26.
4. Маслюк А. М. Переживання людиною довготривалої фізіологічної депривації (на матеріалах голодоморів в Україні) [Текст]: монографія / А. М. Маслюк. – Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2011. – 180 с.
5. Da Costa J. M. On irritable heart: A clinical study of a form of functional cardiac disorder and its consequences // American Journal of the Medical Sciences. – 1871. – V. 61. – P. 17–52.