

3. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О. Психодіагностика лідерських якостей військовослужбовців : метод. посіб. К. : ТОВ «7БЦ», 2023. 171 с.
4. Чайкіна Н. О. Толерантність як особистісний потенціал адаптивних стратегій вчителя. *Labyrinths of Reality: Collection of scientific works / edited by M. A. Zhurba. Montreal: CPM «ASF», 2020. Issue 4 (9). P. 41.*
5. Чайкіна Н. О. Гендерні особливості реалізації стилів керівництва в закладах освіти. Людина віртуальна: нові горизонти : зб. наукових праць / за заг. ред. д. філос. н. Журби М. А. Монреаль : CPM «ASF», 2020. С. 81–84.
6. Моргун В. Ф., Тітов І. Г. Основи психологічної діагностики. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: ВД «Слово», 2013. 464 с.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕАДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ**

**Завізіон А. В., Чайкіна Н. О.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
chaykinano@gsuite.pnpu.edu.ua*

Як показали дослідження, більшість ветеранів війни в Україні характеризуються труднощами входження до мирного життя після демобілізації, що спричинено появою у них ознак посттравматичного стресового розладу і відображає труднощі адаптації (Т. Соченко, М. Маркова [2], І. Моначин). Постійні флеш беки, емоційна центрація на пережитих під час воєнних дій ситуаціях, втрата товаришів, поранення та надмірне емоційне реагування виступають комплексом (В. Осьодло [3]), який ускладнює адаптацію ветеранів АТО в умовах мирного часу, закономірності протікання якого стають для них не зрозумілими та психологічно не прийнятними (С. Лукомська [1], Н. Чайкіна [4]).

Більшість демобілізованих бійців відчують труднощів в інтеграції до цінні ціннісно-сміслового простору мирного життя, що актуалізує проблематику вивчення адаптивних ресурсів демобілізованих військових з різними показниками посттравматичного зростання.

Актуальність даного дослідження полягає у необхідності пошуку оптимальних шляхів реадатованості військовослужбовців та врахування їх особистісних особливостей у процесі пристосування до умов мирного життя.

У дослідженні реадатації учасників бойових дій в залежності від посттравматичного зростання використано комплекс методик, до якого увійшли Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність»

(МЛО-АМ) А. Маклакова і С. Чермяніна; Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд); «Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R)». Дослідження проведене на вибірці, до якої увійшли 60 демобілізованих учасників бойових дій, які відвідують «Ветеран хаб» м. Полтави.

В основу дослідження покладена гіпотеза про те, що процес реадaptaції учасників бойових дій обумовлений показником їх посттравматичного зростання. Зокрема, учасники бойових дій, які характеризуються вираженими ознаками посттравматичного стресового розладу, імовірно, мають низький показник загальної адаптації, проблеми в спілкуванні з оточуючими людьми, проблеми пристосування до норм соціального оточення в мирному часі, виражений емоційний дискомфорт, знижений адаптивний потенціал. Натомість, учасники бойових дій, які характеризуються вираженим посттравматичним зростанням, імовірно, характеризуються ознаками соціально-психологічної адаптованості, пристосовуються до системи комунікацій в умовах мирного життя, набувають ознак емоційної стійкості.

Результати дослідження засвідчили, що учасники бойових дій з вираженими ознаками ПТСР характеризуються вкрай зниженим адаптаційним потенціалом. Загалом для таких досліджених притаманні низькі рівні загальних адаптивних здібностей (63%), знижена нервово-психічна стійкість (74%), комунікативні здібності (53%) та моральна нормативність (43%). Перебуваючи в момент дослідження у стані тривалого посттравматичного зростання, перекладаючи відповідальність за своє життя на інших людей та соціальне оточення, такі ветерани характеризуються неможливістю пристосування до умов мирного життя, труднощами в пристосуванні до соціальних стосунків. Їх відрізняє знижена нервово-психічна здатність до функціонування, дисгармонія емоційної сфери та регуляції, що обумовлені частими флеш-беками, порушенням регуляторних механізмів поведінки від постійних спогадів про участь у бойових діях. Таким військовим складно спілкуватися з оточуючими людьми, оскільки вони переживають симптоми соціальної ізоляції і неможливість довіряти оточуючим людям, відторгнення у системі соціальних стосунків, що є типовим для травмованої людини. Також, учасникам бойових дій з вираженими ознаками ПТСР притаманні знижені показники моральної нормативності, труднощі у пристосуванні до умов мирного життя та його правил, оскільки вони, не маючи внутрішньої системи моральних опор, знаходяться в стані моральної дезорієнтації при переході до мирного життя.

Натомість, ветерани учасники бойових дій з вираженим посттравматичним зростанням характеризуються вищими показниками

адаптивних ресурсів. Для таких учасників бойових дій притаманні високі рівні загальних адаптивних здібностей (52%), підвищена нервово-психічна стійкість (27%), комунікативні здібності (49%) та моральна нормативність (74%). Успішно подолавши наслідки травматизації від участі у бойових діях, такі демобілізовані військові характеризуються більш вираженим адаптаційним потенціалом. Вони, маючи звичку орієнтуватися на свої переконання та точку зору, спроможні успішно пристосуватися до умов мирного життя, здатні успішно будувати і реалізувати стосунки з оточуючими людьми, самовиражатися у них. Демобілізованих військових з високим показником посттравматичного зростання відрізняє виражена нервово-психічна стійкість, спроможність витримувати тривалі психоемоційні навантаження, що базується на особистісно прожитому досвіді участі в бойових діях. Вони розцінюють участь у бойових діях як вагомий життєвий досвід, що розвинув їхні особистісні і адаптаційні ресурси, а не призвів до дезорганізації їх психічного життя і поведінки. Їх відрізняє також вищий показник моральної нормативності поведінки, тобто, орієнтуючись на свою внутрішню систему переконань, вони набули спроможності краще інтегруватися до системи соціальних стосунків.

Учасники бойових дій з вираженою симптоматикою ПТСР характеризуються зниженими даними щодо соціально-психологічної реадаптації. Зокрема, для них характерні знижені показники прийняття інших (60%), самосприйняття (65%) та емоційного комфорту (75%). Тобто, не маючи вираженої адаптації до умов мирного життя, не відчуваючи внутрішньої узгодженості своїх дій, що характерно для вираженого періоду проживання ПТСР, такі військові відчують труднощі соціально-психологічної реадаптації, не спроможні успішно організувати систему взаємодії з оточуючими, не можуть бути ефективними у стосунках із іншими людьми та знайти своє місце в системі стосунків в мирному житті. Разом із тим, виявлено, що учасники бойових дій з вираженими ознаками ПТСР характеризуються відсутністю схильності до домінування, що на низькому рівні виражено у 65% представників цієї підгрупи.

Натомість, учасники бойових дій із вираженим посттравматичним зростанням характеризуються вищими показниками соціально-психологічної реадаптації. Такі досліджувані характеризуються переважанням високих рівнів очікування сприйняття інших (48%), самосприйняття (35%), емоційного комфорту (38%) та домінування (40%). Тобто, проживши та успішно подолавши травматичний досвід, такі досліджувані характеризуються вищими показниками соціально-психологічної реадаптації, очікують позитивного перебігу спілкування. Для них характерне більш позитивне сприйняття власної особистості,

прагнення нав'язувати іншим свою точку зору, домінувати в системі міжособистісних стосунків.

Як засвідчило дослідження, сформульована гіпотеза доведена. Дійсно, процес реадаптації учасників бойових дій обумовлений показником їх посттравматичного зростання. Зокрема, учасники бойових дій, які характеризуються вираженими ознаками посттравматичного стресового розладу, справді, мають низький показник загальної адаптації, проблеми в спілкуванні з оточуючими людьми, проблеми пристосування до норм соціального оточення в мирному часі, виражений емоційний дискомфорт, знижений адаптивний потенціал. Натомість, учасники бойових дій, які характеризуються вираженим посттравматичним зростанням, дійсно, характеризуються ознаками соціально-психологічної адаптованості, пристосовуються до системи комунікацій в умовах мирного життя, набувають ознак емоційної стійкості.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Лукомська С. О. Посттравматичне зростання: теоретичні підходи, емпіричні методики та практичні рекомендації. *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: Психологічна теорія і практика*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2017. С. 216–236.
2. Маркова М. В., Росінській Г. С. Порушення здоров'я сім'ї демобілізованих військовослужбовців – учасників АТО: психопатологічний, психологічний, психосоціальний і сімейний виміри проблеми. *Український вісник психоневрології*. 2018. №1 (94). С. 78–82.
3. Осьодло В. І., Зубовський Д. С. Кількісний та якісний підхід до оцінювання посттравматичного зростання особистості. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі* : тези доп. всеукраїнської наук.-практ. конф., (Мукачево, 17-18 травня 2017 р.). Мукачево: МДУ, 2017. С. 38–40.
4. Чайкіна Н. О. Проблеми адаптації юнаків до строкової служби. *Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M. A. Zhurba – March # 25*. СРМ «ASF»: Канада (Монреаль), 2018. С.81–84.

## ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОЄКТУВАННЯ КАР'ЄРИ ШКІЛЬНОЮ МОЛОДДЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

**Калюжна Ю. І.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
ukaluzna154@gmail.com*

Сьогодні проблема професійної кар'єри фахівця є досить актуальною, оскільки її зміст найчастіше пов'язують з професійним розвитком, тобто змінами психіки в процесі засвоєння й виконання трудової й професійної діяльності. Особливої значущості вона набуває в