

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ІЗ РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО МАЙБУТНЬОГО

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF COMBATANTS WITH DIFFERENT ATTITUDES TOWARDS THE FUTURE

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього.

У результаті теоретичного аналізу виявлено, що найефективнішими способами збереження психологічного благополуччя учасників бойових дій є підтримка від сім'ї, підлеглих, товаришів, підвищення професійної кваліфікації, пошук опори в собі, усвідомлення власних можливостей до подолання наслідків війни, оптимістичне ставлення до майбутнього.

Дані емпіричного дослідження засвідчили, що у групі досліджуваних військовослужбовців – учасників бойових дій переважає середній рівень психологічного благополуччя. При цьому більшість досліджуваних учасників бойових дій досить вмотивовані до постановки завдань у різних життєвих сферах, уміють структурувати своє життя, оцінюють власні можливості об'єктивно, оптимістично дивляться у майбутнє, досить активні у повсякденній діяльності, а також стійкі у постановці життєвих завдань. Водночас достатньо великою є кількість військовослужбовців, які низькомотивовані, не вміють структурувати час власного життя, не намагаються будувати серйозні плани та не можуть ставити життєві завдання, ураховуючи цілісність процесу життя.

Порівняння особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього засвідчило, що чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше їм притаманні чіткі цілі та почуття свідомості життя, уявлення про те, що сьогодні і минуле осмислені. Окрім того, чим більше учасники бойових дій приймають себе як особистостей, тим більш позитивне ставлення до майбутнього їм притаманне.

Доведено, що високий рівень позитивного ставлення до майбутнього співвідноситься з високими показниками психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій, тобто ставлення до майбутнього, є чинником відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій.

Ключові слова: психологічне благополуччя, життєві завдання, ставлення до майбутнього, військовослужбовці, учасники бойових дій.

The article presents the results of a theoretical and empirical study of the peculiarities of the psychological well-being of servicemen – combatants with different attitudes towards the future. As a result of the theoretical analysis, it was found that the most effective ways of the psychological well-being of combatants preservation are support from family, friends, and subordinates; improvement of professional qualifications, search for support in oneself, awareness of one's own possibilities to overcome the consequences of war; optimistic attitude to the future.

The data of the empirical research proved that the average level of psychological well-being prevails in the group of studied servicemen – combatants. At the same time, the majority of studied combatants are sufficiently motivated to set tasks in various fields of life, know how to structure their own lives, evaluate their capabilities objectively, look at the future optimistically, are quite active in everyday activities, and are also persistent in life tasks setting. At the same time, the number of servicemen who are low-motivated, do not know how to structure their own life time, do not try to make serious plans and cannot set life tasks, taking into account the integrity of life, is quite large. A comparison of the peculiarities of psychological well-being of combatants with different attitudes towards the future proved that the higher the level of positive attitude of military personnel towards the future is, the more they have clear goals and a sense of life consciousness, a feeling that the present and the past are meaningful. Also the higher the level of positive attitude of military personnel towards the future is, the more they maintain a positive attitude towards themselves, recognize their personal diversity. In addition, the more combatants accept themselves as individuals, the more positive their attitude toward the future is.

It was proved that a high level of positive attitude towards the future correlates with high indicators of psychological well-being of servicemen participating in hostilities, that is, attitude towards the future is a factor in restoring of the psychological well-being of servicemen – combatants.

Key words: psychological well-being, life tasks, attitude towards the future, servicemen, combatants.

УДК 159.937.2:355.11
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.31>

Рева М.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

Вступ. Психологічне благополуччя особистості є однією з найважливіших проблем у психології, філософії, соціології, медицині та інших науках. Останнім часом це питання набуває виняткового значення у зв'язку з повномасштабним вторгненням та війною в Україні.

Участь у бойових діях є стресовим чинником, який володіє найвищим ступенем інтенсивності. Психотравмуючий характер бойових дій та їх тривалість сприяють змінам

у переживанні психологічного благополуччя, що знижує ефективність діяльності людини у бойовій обстановці. Окрім того, це негативно позначається на внутрішньому стані військових, які повертаються після бойових дій до мирного життя. Зважаючи на це, новою, хоча й дуже актуальною для українських реалій, проблемою є відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців, що були залучені до активних бойових

дій, відстоюючи територіальну цілісність України.

Сьогодні українські науковці досліджують психологічне благополуччя у рамках: соціальних потреб (Т. Данильченко); аксіологічного виміру кризь призму якості життя (Ж. Вірна); посттравматичного життєтворення та його специфіки в учасників бойових дій (І. Ващенко, А. Коваленко, Т. Титаренко); емоційного інтелекту (Е. Носенко, М. Шпак) тощо. *Разом із тим є гостра потреба у вивченні специфіки психологічного благополуччя військовослужбовців та чинників його відновлення у процесі реабілітації учасників бойових дій.*

У зв'язку із цим **мета дослідження** – здійснити порівняльний аналіз особливостей психологічного благополуччя учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього.

Виклад основного матеріалу дослідження. У часи війни відновлення, збереження та покращення психологічного благополуччя людини є першочерговим завданням соціально-психологічного супроводу, особливо коли йдеться про військовослужбовців та учасників бойових дій. У рамках концепції соціально-психологічного супроводу благополуччя розглядають як особистісну здатність зберігати як себе, так і своїх близьких, отримуючи досвід у сфері неочікуваного, непередбачуваного, непрогнозованого. Якщо життєва ситуація стає екстраординарно складною, психологічне благополуччя насамперед передбачає готовність швидко та відповідально змінювати специфіку життєтворення згідно з провідними цінностями. Критерієм благополуччя стає здатність людини конструктивно імпровізувати зі змінами в житті, урахуовуючи травматичні впливи [1].

Найбільш ефективнішими способами підтримки психологічного благополуччя учасників бойових дій дослідники називають такі, як підтримка з боку підлеглих, товаришів, сім'ї; підвищення рівня професійної кваліфікації; усвідомлення своїх можливостей подолання наслідків війни, пошук опори в собі самому, а також оптимістичне ставлення до майбутнього [3].

У зв'язку із цим актуальності набуває емпіричне вивчення особливостей психологічного благополуччя учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього. Емпіричне дослідження проводилося протягом 2023 р. на базі однієї з військових частин, що знаходяться у Полтавській області. Була сформована вибірка, що складалася зі 104 військовослужбовців, які мають досвід бойових дій. Програму емпіричного дослідження становили методика «Шкала психологічного благополуччя» (за К. Ріфф, адаптація С. Карсканової) [2] та опитувальник «Життєві завдання особистості» (Т. Титаренко) [4].

Характеристику компонентів психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій подано в табл. 1.

Як можемо побачити з аналізу даних таблиці, для більшості учасників бойових дій характерні позитивні стосунки з оточуючими (44,0%). Це свідчить про існування близьких, довірливих, приємних, відносин з оточуючими, про схильність до любові та близькості, емпатії, а також бажання проявляти турботу про інших і вміння знаходити компроміси у взаємовідносинах. Середній рівень цього показника виявляється у 35,0% військовослужбовців.

Низькі показники позитиву у стосунках з оточуючими виявляє 21,0% учасників бойових дій. Можна говорити про їхні труднощі в прояві теплоти, переважну відсутність довірливих, близьких відносин, відвертості і турботи про інших. Для них характерні переживання фрустрованості та особистої ізольованості, небажання задля підтримання важливих взаємозв'язків з оточуючими йти на компроміси.

38,0% досліджуваних мають високий рівень автономії. Для них характерні незалежність, змога протистояти соціальному тиску у думках і вчинках. Також вони демонструють здатність до саморегуляції і самооцінки, спираючись на свої власні стандарти.

Половині опитаних військовослужбовців – учасників бойових дій (50,0%) властивий середній рівень автономії, а ще 12,0% – низький рівень. Військовослужбовці з низьким рівнем демонструють переживання щодо оцінок

Таблиця 1

Показники військовослужбовців – учасників бойових дій за шкалами психологічного благополуччя (n=104, %)

№	Компоненти благополуччя	Рівні вираження		
		Низький	Середній	Високий
1.	Позитивні відносини з оточуючими	21,0	35,0	44,0
2.	Автономія	12,0	50,0	38,0
3.	Управління середовищем	44,0	44,0	12,0
4.	Особистісне зростання	37,0	28,0	35,0
5.	Цілі у житті	21,0	41,0	38,0
6.	Самоприйняття	10,0	17,0	73,0

і очікувань інших. Їм властива нездатність протидіяти тиску інших в думках і вчинках, а також надмірна орієнтація на їхню думку під час ухвалення важливих питань.

Високі значення за шкалою «Управління середовищем» притаманні лише 12,0% опитаних. Цим досліджуваним властиве вміння власноруч вибирати і створювати умови, які відповідають особистісним потребам та цінностям, почуття компетентності й упевненості в управлінні повсякденними справами, так само як і вміння використовувати різні життєві обставини ефективно. Середній рівень за цією шкалою властивий 44,0% досліджуваних.

Така ж кількість досліджуваних (44,0%) має низький рівень за шкалою «Управління середовищем». Можемо говорити, що їм властиві невміння долати буденні негаразди, почуття неможливості поліпшити умови власного життя, а також відчуття безсилля у керівництві навколишнім світом.

Високий рівень особистісного зростання, який притаманний 35,0% досліджуваних, може бути показником їхнього відчуття безперервного саморозвитку. Їм притаманне відчуття реалізації свого потенціалу, а також відстежування власного особистісного зростання і відчуття самовдосконалення з плином часу. Середній рівень прояву за цією шкалою характерний для 28,0% опитаних.

Низькі значення притаманні більшій частині досліджуваних – 37,0%. Можна говорити про ймовірне переживання цими військовослужбовцями особистої стагнації, почуття відсутності особистісного прогресу з часом. Для них властиве відчуття нездатності засвоювати нові навички, так само, як нудьга і незацікавленість життям.

Високі значення за показниками шкали «Цілі у житті» властиві 38,0% досліджуваних. Їм притаманне відчуття того, що сьогоднішня і минуле осмислені, у них присутні ідеї, що додають життю цілей. Також мають місце наявність життєвих цілей і відчуття усвідомленості життя у цілому. Середні оцінки за даною шкалою притаманні більшості військовослужбовців – учасників бойових дій – 41,0%.

Низькі показники за цією шкалою притаманні 21,0% опитаних. Можемо говорити про розмитість їхніх життєвих цілей і відчуття його ритмів. Для них характерною є відсутність відчуття осмисленості сьогодення і минулого, а також відсутність переконань, що додають життю чітких цілей.

Високі показники самоприйняття властиві 73,0% опитаних, а середній – для 17,0% військовослужбовців – учасників бойових дій. Для цих опитаних характерні позитивна оцінка свого минулого, підтримання позитивного самостварення, а також визнання і схвалення власного особистісного розмаїття, що включає і гарні, і погані якості.

Низький рівень самоприйняття властивий лише 10,0% військовослужбовців. Це дає змогу говорити про те, що для них властива розчарованість у самих собі, незадоволеність власним минулим. Характерними також є відсутність прийняття себе та прагнення стати не такими, якими є насправді, іншими, а також стурбованість щодо деяких рис власної особистості.

Отже, можемо зробити висновок про переважання середнього рівня психологічного благополуччя у групі досліджуваних військовослужбовців – учасників бойових дій.

Специфіка постановки життєвих завдань учасниками бойових дій загалом та їхнє ставлення до майбутнього подані в табл. 2.

Як свідчить аналіз табл. 2, за показниками шкали «Мотивація життєвих завдань» більшість опитаних демонструє середній рівень прояву (48,0%), 33,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 19,0% – низький. Це є свідченням того, що практично половина досліджуваних досить мотивована до постановки життєвих завдань у різних сферах. При цьому третина опитаних проявляє високу мотивацію творчості та самоконституювання. Водночас достатньо високою є кількість низькомотивованих військовослужбовців.

За показниками шкали «Структурованість часу життя» більшість досліджуваних демонструє середній рівень прояву (36,0%), 35,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 29,0% – низький. Це говорить про

Таблиця 2

Постановка життєвих завдань військовослужбовцями – учасниками бойових дій (n=104, %)

№	Шкали	Рівні вираження		
		Низький	Середній	Високий
1.	Мотивація життєвих завдань	19,0	48,0	33,0
2.	Структурованість часу життя	29,0	36,0	35,0
3.	Ставлення до майбутнього	19,0	43,0	38,0
4.	Суб'єктна активність	19,0	46,0	35,0
5.	Операціональні характеристики життєвих завдань	35,0	38,0	27,0

те, що більшість опитаних учасників бойових дій здебільшого має змогу структурувати своє життя, поділяючи його на невеликі відрізки. Практично така ж кількість досліджуваних уміє не просто структурувати життя, а здійснювати це у достатньо віддалених часових проміжках (40 чи 50 років або й усе життя). При цьому відносно значна частина військовослужбовців практично нездатна структурувати час свого життя, виділяючи в часі життя окремі заняття та відводячи їм суворо визначений час.

За показниками шкали «Ставлення до майбутнього» 43,0% досліджуваних демонструють середній рівень прояву, 38,0% військовослужбовців мають високий рівень прояву, а 19,0% – низький. Така картина свідчить про те, що переважна більшість опитаних учасників бойових дій достатньо оптимістично ставиться до майбутнього, оцінює себе і свої можливості об'єктивно, а коли помічає у собі відсутність якихось талантів, просто зосереджується на тих сферах діяльності, у яких їхні схильності можуть розвинути краще згодом. При цьому більше третини військовослужбовців володіють винятково позитивним баченням свого майбутнього. Вони зазвичай упевнено дивляться у *майбутнє*, оскільки достатньо добре підготувалися до життєвих випробувань. Решта досліджуваних не намагаються будувати серйозні плани на подальше життя, тому що налаштовані на майбутнє у цілому досить негативно.

За показниками шкали «Суб'єктна активність» більшість досліджуваних демонструє середній рівень прояву (46,0%), 35,0% мають високий рівень розвитку даної якості, а 19,0% – низький. Це є свідченням того, що близько половини опитаних військовослужбовців достатньо активні у повсякденному житті. Дещо більше, ніж третина досліджуваних, є активними у діяльності, особистому житті та побудові життєвих планів. При цьому майже п'ята частина учасників бойових дій володіє низьким рівнем суб'єктної активності.

За показниками шкали «Операціональні характеристики життєвих завдань» більшість військових демонструє середній рівень про-

яву (38,0%), 27,0% опитаних мають високий рівень прояву, а ще 35,0% – низький. Це говорить про те, що здебільшого учасники бойових дій можуть гнучко ставити життєві завдання, проте понад третина серед них не звикла до постановки життєвих завдань, урахувавши цілісність свого життя. Дещо більше, ніж чверть, опитаних достатньо стійкі та активні щодо постановки життєвих завдань. Як правило, вони підходять до цього питання зі стратегічним баченням.

Отже, можна зробити висновок, що більшість досліджуваних учасників бойових дій досить умотивовані до постановки завдань у різних життєвих сферах, уміють структурувати своє життя, оцінюють власні можливості об'єктивно, оптимістично дивляться у майбутнє, досить активні у повсякденній діяльності, а також стійкі у постановці життєвих завдань.

Водночас достатньо великою є кількість військовослужбовців, які низькомотивовані, не вміють структурувати час власного життя, не намагаються будувати серйозні плани та не можуть ставити життєві завдання, урахувавши цілісність життя.

Порівняння особливостей психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього за допомогою математичних методів обробки даних (коефіцієнта лінійної кореляції r_{xy} Пірсона) подано в табл. 3.

Як свідчить аналіз табл. 3, виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до майбутнього та такого компонента психологічного благополуччя, як позитивні відносини з оточуючими (0,401), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше вони здатні до любові й близькості, емпатії, уміння досягати компромісів у взаєминах, і, навпаки, чим більше приемних, близьких, довірливих відносин з оточуючими мають учасники бойових дій, тим більш позитивним баченням майбутнього вони володіють.

Також було виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до

Таблиця 3

Показники кореляції між психологічним благополуччям та ставленням досліджуваних до майбутнього за r_{xy} Пірсона

№ п/п	Показники психологічного благополуччя	Ставлення до майбутнього
1.	Позитивні відносини з оточуючими	0,401*
2.	Автономія	0,125
3.	Управління середовищем	0,141
4.	Особистісне зростання	0,198
5.	Цілі у житті	0,421*
6.	Самоприйняття	0,345*

майбутнього та такого компоненту психологічного благополуччя, як цілі у житті (0,421), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше їм притаманні чіткі цілі й почуття свідомості життя, уявлення про те, що сьогодні і минуле осмислені. Водночас чим більше у досліджуваних учасників бойових дій подібних переконань, які додають життю цілей, тим більш позитивним баченням майбутнього вони володіють.

Окрім того, було виявлено статистично значущу позитивну лінійну кореляцію ставлення до майбутнього та такого компоненту психологічного благополуччя, як самоприйняття (0,345), тобто чим вищий рівень позитивного ставлення військовослужбовців до майбутнього, тим більше вони підтримують і позитивне ставлення до себе, визнають усе власне особистісне розмаїття, і, навпаки, чим більше учасники бойових дій приймають себе як особистостей, тим більш позитивне ставлення до майбутнього їм притаманне.

Висновки та перспективи подальших наукових пошуків. Отже, високий рівень позитивного ставлення до майбутнього співвідноситься з високими показниками психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій, тобто ставлення

до майбутнього є чинником відновлення психологічного благополуччя військовослужбовців – учасників бойових дій.

Оскільки за результатами дослідження було виявлено певну кількість учасників бойових дій із низькими показниками психологічного благополуччя, необхідним є проведення корекційно-розвивальних заходів, спрямованих на підвищення рівня психологічного благополуччя військовослужбовців та їхнє особистісне зростання. Це становить перспективу подальших досліджень у цьому напрямі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дворник М.С. Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. № 45(48). С. 79–87.
2. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1. С. 1–10.
3. Титаренко Т.М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя. *Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.*
4. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / Т.М. Титаренко та ін. ; за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.