

## РОЗДІЛ IV ВНУТРІШНІЙ СВІТ ОСОБИСТОСТІ ТА СУСПІЛЬСТВО

### **Вікторія КОРНІЄНКО**

доктор психологічних наук, доцент,  
завідувач кафедри  
психології та педагогіки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

### **Юлія НІКАНОРОВА**

кандидат медичних наук,  
лікар-психіатр вищої категорії,  
медичний директор  
ДЗ СБЛ № 1 МОЗ України

## РОЛЬ ФЕНОМЕНІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ПОЗИТИВНОГО САМОСТАВЛЕННЯ У ФОРМУВАННІ СОЦІАЛЬНО- АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Війна в Україні, як і будь-яка екстремальна подія, виступає стресором для населення. У осіб, які вже більше року перебувають в стані такого рівня постійного стресу, відбувається пошук ресурсів для життя в нових умовах життєдіяльності. Отже, одним із таких ресурсів є соціально-адаптаційний потенціал особистості, бо війна, як правило, завжди залишає на ній свій деформуючий.

Такі складні умови життєдіяльності вимагають використання певних поведінкових та емоційно-вольових якостей, які будуть спрямовані на подолання стресових життєвих ситуацій. Відповідного до вибору тієї чи іншої стратегії подолання пролонгованого стресу, можна висунути гіпотезу щодо здатності людини до адаптації в складних життєвих ситуаціях. Існує гіпотеза про те, що усвідомлення індивідом власних емоційно-вольових реакцій на ситуацію, формуватиме його уявлення щодо власного соціально-адаптивного потенціалу. Отже, вивчення показників психологічного благополуччя та позитивного самоствавлення людини є надзвичайно актуальним для визначення її власного соціально-адаптивного потенціалу.

Таким чином/наразі під терміном «соціально-адаптивний потенціал» науковці розуміють емоційну стійкість, психологічну стійкість до стресу, стрес-резистентність, фрустраційну толерантність та ін. У психологічному словнику стресостійкість характеризується як певна сукупність особистісних якостей, які дозволяють людині переносити значні інтелектуальні, вольові, емоційні навантаження (перенавантаження), обумовленні особливостями життєдіяльності, без особливих шкідливих наслідків для здоров'я людини та її психологічного благополуччя.

Відомий дослідник В. Крайнюк, визначив, що формування стресостійкості в онтогенезі реалізується з урахуванням первинної стресостійкості особистості через саморегуляцію, яка забезпечує взаємодію усіх 4-х структурних компонентів стресостійкості: особистісного, соціального, типологічного, поведінкового за трьома типами – збереження, посилення, індукції і забезпечує адекватне реагування на стресогенні чинники.

Також він зазначив, що складові стресостійкості за сприйняттям стресогенних факторів визначаються як такі, які мають динаміку в часі та залежать від особливостей, що зумовлюються системно-екстернальними (об'єктивними) ознаками: контрольованості, мінливості, невизначеності, валентності, повторюваності та системно-інтернальними (суб'єктивними) показниками: когнітивної репрезентації стресора, інтернального контролю, професійно-динамічної репрезентації, дивергентності (невизначеності), репеторної репрезентації, позитивного досвіду з урахуванням первинної стресостійкості і рівнем розвитку структурних компонентів стресостійкості. [4].

На думку сучасних науковців (В. Дудка, З. Романець, Л. Наугольник, Г. Ложкін) стресостійкість є інтегральною багаторівневою властивістю особистості, психологічні складові якої представлені комплексом поведінкових, соціальних, когнітивних, інтелектуальних, емоційних та інших характеристик. Виразність стресостійкості залежить від якісних та кількісних характеристик властивостей особистості [2,3].

На сучасному етапі розвитку психологічної науки визначено декілька підходів до розуміння поняття стресостійкості.

Такі науковці як К. Платонов, Я. Рейковський визначили поняття «чутливість до емоціогенних подразників» як базу, на якій формується стресостійкість у вигляді взаємодії емоційно-вольових якостей особистості щодо характеру діяльності, акцентуючи увагу не на

ступінь емоційної збудливості, а її вплив на складові діяльності людини [7].

Іншими науковцями (А. Головацький, В. Черкасов, М. Сапін, Я. Федонюк та ін. ) встановлено, що існують генетичні порушення, які призводять до підвищеної сприйнятливості емоційного стресу через перенапруження і виснаження активуючих і координуючих відділів лімбічної системи [3,5,7 ].

У сучасних дослідженнях феномен стресостійкості розглядають на трьох його рівнях: 1) фізіологічному (характеристики вищої нервової діяльності); 2) поведінковому (вибір моделі поведінки щодо подолання стресогенних умов життєдіяльності); 3) когнітивному – у вигляді суб'єктивної оцінки індивіда власного впливу на події оточуючого світу та роль когнітивного потенціалу у подоланні стресу [5].

Велику увагу фахівці – дослідники приділяють такій когнітивній складовій особистості як самоствавлення, беручи до уваги систему емоційно-ціннісних установок стосовно власного «Я», яка включає в себе пізнавальний, емоційний та практичний компоненти [2]. Виділення самовідношення як самостійного об'єкта психологічного аналізу частіше за все здійснюється шляхом розмежування в єдиному процесі самосвідомості двох аспектів: процесу отримання знань про себе та власне самоствавлення як деякої стабільної характеристики суб'єкта.

В якості базових складових соціально-адаптивного потенціалу людини ряд авторів (А. Камбур, Т. Семигіна, І. Мигович та ін.) виділили: позитивні відносини з іншими, прийняття себе, автономію, компетентність (контроль над навколишнім середовищем та здатність ефективно управляти своїм життям), наявність цілей, які надають життю спрямованість і сенс, особистісне зростання як почуття безперервного розвитку і самореалізації [2, 5, 8].

Наявність певного рівня соціально-адаптаційного потенціалу особистості обумовлює не лише її успішне функціонування в окремих ситуаціях, а і формує специфічність процесу сприйняття, що структурує інформацію у психічному досвіді особистості певним чином та впливає на її самоствавлення.

Отже, позитивне самоствавлення, впевненість у собі, контроль та адекватні показники психологічного благополуччя обумовлюють прагнення особистості приймати на себе відповідальність за події власного життя, усе це нерозривно пов'язано з поняттям соціально-психологічна адаптація особистості. Це дозволяє припустити, що зазначені феномени відіграють важливу роль у проявах стресостійкості,

що є невід'ємним поняттям соціально-адаптаційний потенціал особистості.

Емпіричне дослідження проводилось упродовж 2022-2023 років на базі Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. Вибірку склали досліджувані, здобувачі різних спеціальностей, чисельністю 60 осіб. Результати частково підтверджують гіпотезу стосовно того, що позитивне самоствавлення та стресостійкість можуть бути соціально-адаптивним потенціалом особистості в умовах воєнного стану.

*Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність»* (А. Маклаков і С. Чермянін, 2001) – використовувався для оцінки адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних і деяких психофізіологічних показників, що відображають узагал *Методика визначення копінг-стратегій Е. Нейт* (адаптація Л. І. Вассермана, 2003) ьнені особливості нервово-психічного і соціального розвитку. *Тест життєстійкості* (Д. Леонтьєв, О. Расказова, 2006) – використовувався для оцінки здатності і готовності людини активно і гнучко діяти в ситуації стресу і труднощів або його вразливість до переживань стресу [163]. *п'ятифакторний опитувальник особистості 5 PFQ* (А. Хромов, 2000) – був призначений для дослідження індивідуально-типологічних особливостей пацієнтів з депресивними розладами різного генезу *Методика Ш. Шварца* (В. Карандашев, 2004) – використовувавалась для вивчення цінностей, ідеалів і переконань, що впливають на особистість *Шкала екзистенції А. Ланге і К. Орглер* (С.Кривцова, 2009) – використовувавалась для оцінки «екзистенціальної наповненості» (осмисленості та задоволеності різними аспектами життя) *Опитувальник І. Колер* (І. Karler, 2004) – був спрямований на вивчення ступеня задоволеності своїм соціальним функціонуванням в різних сферах. *Індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ)*, адаптація Н. Паніної. (С. Духновський, 2010) – був призначений для оцінки інтересу до життя, *Опитувальник «Реабілітаційний потенціал особистості»* (І. Кулагина, Л. Сенкевич, 2015) У процесі роботи усі отримані дані в цифровій формі вносилися в спеціально створену базу даних. Формування зведених таблиць проводили за допомогою програми MS Excel v.8.0.3. Обробку одержаних даних здійснювали за допомогою дисперсійного, кореляційного та факторного аналізу на ПЕОМ за допомогою програм SPSS 15.0 та MS Excel v.8.0.3.

Результати розрахунків коефіцієнтів кореляції  $r$ -Спірмена між показниками стресостійкості та самоствавлення представлені в таблиці 1.

**Значення коефіцієнтів кореляції Спірмена між показниками стресостійкості та самовідношення**

Показники самовідношення	Показники стресостійкості	
	Оціночна шкала стресових подій Холмса-Раге	Експрес-діагностика стану стресу
Внутрішня чесність	-0,214	<b>-0,366**</b>
Самовпевненість	0,016	-0,105
Самокерівництво	-0,188	-0,230
Віддзеркалене самовідношення	-0,183	-0,247
Самоцінність	-0,092	-0,101
Самоприйняття	-0,085	-0,164
Самоприв'язаність	-0,247	0,077
Внутрішня конфліктність	<b>0,452**</b>	<b>0,372**</b>
Самозвинувачення	0,162	<b>0,382</b>
Загальний рівень самоповаги	0,042	<b>-0,256</b>

*Примітка:* \*\* – рівень значущості  $p < 0,01$ ; \* – рівень значущості  $p < 0,05$

За результатами дослідження було визначено, що респонденти, які показують більш високий рівень стресостійкості, характеризуються вищими показниками внутрішньої чесності та загального рівню самоповаги. І, навпаки, виражені показники внутрішньої конфліктності та самозвинувачення мають тенденцію супроводжуватися низькими значеннями за шкалами стресостійкості.

Досліджувані з низьким рівнем стресостійкості характеризуються більш вираженими показниками застосування стратегій «Конфронтація» та «Дистанціювання» ( $p < 0.05$ ). Натомість в групі з високим рівнем стійкості до стресів спостерігається більш висока схильність застосування стратегії позитивної переоцінки, тобто вони долають негативні переживання у зв'язку з проблемою за рахунок її позитивного переосмислення, інтерпретуючи її як стимул для особистісного зростання, при цьому характерним є орієнтування на філософське осмислення проблемної ситуації, включення її в більш широкий контекст роботи особистості над саморозвитком.

Результати теоретичного аналізу досліджуваної проблеми, отримані емпіричні дані, дозволили припустити доцільність можливості

прогнозування показників стресостійкості на основі показників самовідношення особистості. З цією метою було здійснено множинний лінійний регресійний аналіз. Незалежними змінними (предикторами) було обрано показники за шкалами опитувальника дослідження самовідношення С. Пантелєєва. Залежною змінною виступає показник стресостійкості за методикою К. Шрайнера.

За результатами статистичної обробки було побудовано однофакторну кореляційно-регресійну модель:

*Стресостійкість (інвертований показник) = 2,37 + 0,45 \* Самозвинувачення*

Результати регресійної статистики наведено в таблиці 4, загальна характеристика побудованої кореляційно-регресійної моделі представлена в таблицях 2-3.

Таблиця 2

**Регресійна статистика для моделі прогнозування показників стресостійкості**

Показники	Розраховане значення
R	0,45
R-квадрат	0,20
Нормований R-квадрат	0,19
Стандартна похибка	1,68

Таблиця 3

**Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків**

Показники	Коефіцієнт регресії	t-критерій Стьюдента	P-значення
Самозвинувачення	0,45	3,80	0,00

Величина коефіцієнту регресії для побудованої моделі дорівнює 0,45, виділений фактор корелює позитивно (самозвинувачення). Значення R-квадрату (коефіцієнту детермінації) дорівнює 0,20, частка дисперсії результату Y (стресостійкість), пояснена регресією, складає 20%.

Таким чином, за результатами регресійного аналізу можливе прогнозування рівня стресостійкості особистості на основі такого показника самовідношення як самозвинувачення.

Отримані дані дають можливість охарактеризувати особистість, яка має високі показники стресостійкості, описуючи особливості її когнітивного компоненту. Така людина буде впевнена, що має підстави очікувати позитивні результати власної діяльності та братиме на себе відповідальність за наслідки своєї поведінкової та ментальної

активності. Можна припустити, що особистість, яка характеризується високим рівнем стресостійкості, демонструватиме включеність у події власного життя, відчуватиме можливість впливати та контролювати, взаємодіяти зі стресогенними чинниками.

Серед перспектив подальшої дослідницької роботи у межах цієї наукової проблематики можна вважати необхідність більш детального вивчення характеру взаємозв'язку інтернальності та самозвинувачення зі стресостійкістю особистості. Важливим напрямком подальшого розвитку теми є розробка систем тренінгових занять щодо розвитку стресостійкості особистості шляхом впливу на показники самовідношення та локусу контролю.

Таблиця 4

**Особливості психологічного благополуччя осіб, які знаходились в зоні бойових дій та таких, що знаходились на відстані від бойових дій (за результатами тесту «ІЖЗ»)**

Найменування показників	Рівень вираженості	Особи, які знаходились в зоні бойових дій	Особи, які знаходились на відстані від бойових дій
		N = 35	N = 25
Індекс життєвої задоволеності	високий <sup>2,3</sup>	20,87 ± 2,07*	31,15 ± 3,18*
	середній <sup>3</sup>	43,95 ± 3,67	46,61 ± 4,16
	низький <sup>2,3</sup>	35,15 ± 3,16*	21,22 ± 2,18*
Інтерес до життя	високий <sup>2,3</sup>	20,87 ± 2,07*	37,09 ± 3,61*
	середній <sup>3</sup>	49,46 ± 3,92	46,23 ± 4,03*
	низький <sup>2,3</sup>	29,68 ± 2,75*	15,68 ± 1,83*
Послідовність досягненні цілей	високий <sup>1,2</sup>	24,17 ± 2,35	28,77 ± 3,02*
	середній <sup>1,3</sup>	34,08 ± 3,08*	45,44 ± 4,08*
	низький <sup>3</sup>	41,75 ± 3,55*	24,82 ± 2,51*
Узгодженість між цілями та досягненнями	високий <sup>1,3</sup>	15,37 ± 1,58*	35,51 ± 3,36*
	середній <sup>1</sup>	35,17 ± 3,16	41,47 ± 3,75
	низький <sup>1,2,3</sup>	51,64 ± 3,98*	26,01 ± 2,62*
Позитивна оцінка себе	високий <sup>2,3</sup>	25,28 ± 2,44	23,82 ± 2,51*
	середній <sup>2,3</sup>	51,64 ± 3,98*	62,89 ± 4,61*
	низький <sup>2,3</sup>	23,07 ± 2,26	13,28 ± 1,58*
Загальний фон настрою	високий <sup>2,3</sup>	20,87 ± 2,05*	35,89 ± 3,54*
	середній	47,26 ± 3,82	46,23 ± 4,02
	низький <sup>2,3</sup>	31,88 ± 2,91*	17,84 ± 1,94*

Отже, особи, які знаходились у зоні бойових дій, переважно схильні займати пасивну життєву позицію, коли необхідно було переживати складні життєві ситуації, емоційне перенавантаження, складати алгоритм дій при зіткненні з нестандартним завданням та намагались їх вирішити.

Також відмічалось переважання осіб із низьким рівнем узгодженості цілей та досягнень у житті ( $51,64 \pm 3,98$ ) %, що відображало наявність внутрішньоособистісних конфліктів серед осіб цієї групи. Слід зазначити, що 25,27 % осіб схильні були високо оцінювати себе та власні дії, 51,65 % – самооцінка була середньою та у 23,08 % досліджуваних – низькою. Було встановлено, що у переважній більшості респондентів, які знаходились у безпечному місті загальний фон настрою був задовільним ( $47,25 \pm 3,81$ ) % або зниженим ( $31,87 \pm 2,92$ ) %, і також загальний індекс життєвої задоволеності, який відображає відчуття психологічного комфорту, у 43,96 % таких осіб характеризувався середніми показниками, у 35,16 % – низькими та лише 20,88 % респондентів були задоволені власним життям.

Більшість досліджуваних, які пережили небезпеку в зоні бойових дій, характеризувались середнім рівнем прояву інтересу до життя ( $56,98 \pm 4,40$ ) %, послідовності у досягненні цілей ( $51,16 \pm 4,21$ ) % і рівня самооцінки ( $56,98 \pm 4,40$ ) %. У 36,05 % досліджуваних цієї групи відмічався високий рівень узгодженості між цілями та досягненнями, у 45,35 % – середній та у 18,60 % – низький. Це говорить про те, що особи, які пережили ситуацію небезпеки схильні були вірити в те, що вони є досить сильними та здатні досягти важливих для себе цілей. Загальний фон настрою та індекс життєвої задоволеності у них характеризувались переважанням середніх значень ( $(41,86 \pm 3,76)$  % та  $(50,00 \pm 4,16)$  % відповідно).

У 47,31 % осіб, які знаходились на відстані від бойових дій був встановлений низький рівень інтересу до життя, у 43,01 % – середній та лише 9,68 % – відчували інтерес до повсякденного власного життя. У більшості респондентів ( $45,16 \pm 3,64$ ) % визначався низький рівень послідовності у досягненні цілей, що відображало покірне прийняття та примирення з життєвими невдачами. Було встановлено, що 40,86% досліджуваних характеризувались середнім рівнем співставлення між цілями та досягненнями, 38,71 % – низьким та 20,43 % – високим, що відображало низький рівень впевненості у власних силах в подоланні життєвих складностей. Досліджувані даної групи характеризувались переважанням низького рівню позитивної оцінки себе ( $56,99 \pm 4,06$ ) %, зниженням загального фону настрою ( $50,54 \pm 3,86$ ) % та низькими



показниками індексу життєвої задоволеності ( $48,39 \pm 3,78$ ) %.

Особи, які проживали поза межами бойових дій, характеризувались переважанням високого та середнього рівнів інтересу до життя ( $(38,10 \pm 3,61)$  % та  $(45,24 \pm 4,03)$  % відповідно), що відображало їх зацікавленість до подій повсякденного життя. Було встановлено, що у осіб, які знаходились поза межами воєнних дій показники «послідовності у досягненні цілей» і «узгодженості між цілями та їх досягненням» були переважно середнього рівня ( $(46,43 \pm 4,09)$  % та  $(40,48 \pm 3,76)$  % відповідно), що говорить про адекватну оцінку та використання власних сил для досягнення мети. Визначено, що у переважної більшості респондентів був визначений середній рівень позитивної оцінки себе ( $61,90 \pm 4,60$ ) %, що відповідало адекватній самооцінці. Такою, у цієї категорії досліджуваних (36,90%) загальний фон настрою характеризувався високими показниками, у 45,24 % – середніми та лише у 17,86 % осіб фон настрою був знижений. Схожа картина спостерігалась і в оцінці загального індексу життєвої задоволеності та психологічного комфорту: у 32,14 % респондентів визначався високий рівень задоволеності, у 47,62 % – середній та у 20,24 % – низький.

Було зроблено порівняльний аналіз показників психологічного благополуччя серед осіб, які проживали пока межами бойових дій та тими особами, які були в небезпечній життєвій ситуації.

Статистичний аналіз результатів дозволив визначити, що за загальним індексом життєвої задоволеності осіб із високим рівнем за цією шкалою було більше серед тих, які бкли поза межами бойових дій ( $p < 0,03$ , ДК = 1,87, МІ = 0,11 та  $p < 0,001$ , ДК = 4,34, МІ = 0,44 відповідно), а расподентів із низьким рівнем – серед осіб які перебували в різних умовах життєдільності ( $p < 0,01$ , ДК = 2,40, МІ = 0,18 та  $p < 0,0001$ , ДК = 3,79, МІ = 0,53 відповідно). Рішучість і стійкість у досягненні цілей також відрізняла осіб, які були на відстані від бойових дій. Було більше осіб із високим рівнем активності ( $p < 0,01$ , ДК = 2,94, МІ = 0,22 та  $p < 0,005$ , ДК = 3,28, МІ = 0,26 відповідно), що відрізняло їх від осіб, які характеризувались пасивністю щодо досягнення власних цілей ( $p < 0,005$ , ДК = 2,44, МІ = 0,22;  $p < 0,05$ , ДК = 1,51, МІ = 0,07 та  $p < 0,001$ , ДК = 2,78, МІ = 0,30 відповідно). Осіб із високим рівнем впевненості у власних силах щодо подолання невдач було більше серед осіб, які перебували на відстані від боцових дій у порівнянні з тими, що пережили стес та небезпеку для життя ( $p < 0,001$ , ДК = 3,51, МІ = 0,34 та  $p < 0,01$ , ДК = 2,28, МІ = 0,16 відповідно), за яких переважали особи з низьким рівнем впевненості ( $p < 0,0001$ , ДК = 3,15, МІ = 0,42 та  $p < 0,01$ ,

ДК = 1,90, МІ = 0,13 відповідно). Осіб із заниженою самооцінкою було більше серед осіб, які пережили воєнний стрес ( $p < 0,0001$ , ДК = 6,01, МІ = 1,28) порівняно з тими, які були у безпеці, серед яких переважали особи з середньою та високою позитивною оцінкою себе ( $p < 0,0001$ , ДК = 2,69, МІ = 0,38 та  $p < 0,01$ , ДК = 3,91, МІ = 0,28 відповідно). Також було встановлено, що загальний фон настрою був високим серед осіб, які були на відстані від воєнних дій ( $p < 0,01$ , ДК = 2,47, МІ = 0,20;  $p < 0,01$ , ДК = 2,23, МІ = 0,17 та  $p < 0,0001$ , ДК = 6,32, МІ = 0,90 відповідно), у той час коли у осіб, які пережили небезпеку, переважали особи зі зниженим настроєм ( $p < 0,01$ , ДК = 2,52, МІ = 0,18;  $p < 0,003$ , ДК = 3,05, МІ = 0,28 та  $p < 0,0001$ , ДК = 4,52, МІ = 0,74 відповідно).

Також був проведений статистичний порівняльний аналіз між особами, які знаходились у різних життєвих умовах перебування.

Було визначено, що кількість осіб з високим рівнем життєвої задоволеності, була більшою серед осіб, які перебували в досить безпечній життєвій ситуації ( $p < 0,021$ , ДК = 2,94, МІ = 0,17 та  $p < 0,05$ , ДК = 2,47, МІ = 0,11 відповідно) у порівнянні з тими, які перебували в небезпечній ситуації, в яких було більше осіб з низьким рівнем ( $p < 0,001$ , ДК = 2,58, МІ = 0,28 та  $p < 0,023$ , ДК = 1,39, МІ = 0,09 відповідно). Схожа тенденція спостерігалась і за показниками «інтерес до життя» та «загальний фон настрою»: високий рівень вираженості був вищим серед осіб, які перебували пока межами небезпеки для життя ( $p < 0,01$ , ДК = 3,34, МІ = 0,19 та  $p < 0,01$ , ДК = 3,85, МІ = 0,24 відповідно) та тими, хто непокоївся за своє життя та життя близьких людей ( $p < 0,027$ , ДК = 3,10, МІ = 0,16 та  $p < 0,01$ , ДК = 4,10, МІ = 0,28 відповідно) ті особи, які були у безпеці, а низький – були у стесовій ситуації ( $p < 0,025$ , ДК = 1,39, МІ = 0,09;  $p < 0,004$ , ДК = 2,00, МІ = 0,19;  $p < 0,0001$ , ДК = 2,69, МІ = 0,38 та  $p < 0,01$ , ДК = 1,47, МІ = 0,11 відповідно). Було також визначено, що кількість осіб з високим рівнем послідовності у досягненні цілей була більшою у осіб, які були у безпеці, у порівнянні з тими, що ображали себе на переживання ( $p < 0,03$ , ДК = 2,38, МІ = 0,12), в яких було більше осіб з низьким рівнем ( $p < 0,03$ , ДК = 1,27, МІ = 0,07) та особами, за яких було більше осіб з середнім рівнем ( $p < 0,01$ , ДК = 1,77, МІ = 0,15). Тобто віра у вирішення проблем була більшою у осіб, які перебували поза межами воєнних дій та меншою – у осіб з небезпечних районів. Інша ситуація спостерігалась за показником «узгодженість між цілями та досягненнями»: найбільш низькі показники узгодженості між цілями та можливістю їх реалізації продемонстрували особи, які були в межах безпеки в порівнянні з тими, в яких переважав середній та високий рівень ( $p < 0,05$ , ДК = 1,10, МІ = 0,06 та  $p < 0,0001$ ,

ДК = 3,70, МІ = 0,38 відповідно) та з особами, в яких кількість осіб з низьким рівнем узгодженості була меншою, ніж при у тих, які були у безпеці ( $p < 0,025$ , ДК = 1,25, МІ = 0,08). Досліджувані, які були в небезпечній для життя ситуації, відрізнялись низьким рівнем самооцінки в порівнянні з тими особами, які були у безпеці ( $p < 0,0001$ , ДК = 6,01, МІ = 1,28 та  $p < 0,0001$ , ДК = 4,12, МІ = 0,72 відповідно), при яких було більше осіб з середнім ( $p < 0,005$ , ДК = 1,90, МІ = 0,17 та  $p < 0,001$ , ДК = 2,33, МІ = 0,28 відповідно) та високим ( $p < 0,003$ , ДК = 4,17, МІ = 0,33 та  $p < 0,01$ , ДК = 3,35, МІ = 0,19 відповідно) рівнями позитивної оцінки себе.

Проводився також аналіз особистісних проблем серед осіб з , які знаходились в різних місцях проживання за тестом «Методика для дослідження особистісних проблем», яка виступала в якості інструменту для індивідуальної діагностики особистісної проблематики. У результаті аналізу був визначений загальний індекс особистісних проблем, пов'язаний з міжособистісними стосунками, який у осіб, які перебували у безпечних місцях, становив 164,45 балів, ті, які перебували у небезпечних місцях – 117,28 балів.

Статистичний аналіз результатів дозволив довести, що особи, які перебували у безпечних для життя умовах, характеризувались більшою вираженістю особистісної проблематики, ніж особи з які жили в неспокійній ситуації ( $t = 19,165$ ,  $p < 0,0001$  та  $t = 30,285$ ,  $p < 0,0001$  відповідно).

Для більш детального аналізу були проаналізовані окремі шкали, які дозволили встановити особливості індивідуальної проблематики в міжособистісних стосунках у осіб, які знаходились в різних місцях перебування.

Було визначено, що особи, які проживали у безпечних місцях характеризувались високими показниками невпевненості ( $27,12 \pm 13,95$  балів), автократичності ( $26,31 \pm 13,85$  балів), поступливості ( $24,71 \pm 10,99$  балів), дбайливості ( $21,56 \pm 9,20$  балів), конкурентності ( $21,16 \pm 9,39$  балів) та низькими показниками експресії ( $8,47 \pm 4,56$  балів). Тобто особи, які знаходились на відстані від воєнних дій відчували труднощі у розумінні інших людей, мали проблеми з довірою, були невпевнені та нерішучі, мали проблеми у відстоюванні власних границь, схильні були піддаватися впливу інших та були скутими, напруженими і неприродними.

Респонденти, що перебували у досить небезпечних місцях характеризувались високими показниками невпевненості ( $28,19 \pm 10,81$  балів), холодності ( $26,13 \pm 12,06$  балів), соціального уникнення ( $25,89 \pm$

11,84 балів), автократичності ( $25,76 \pm 11,85$  балів) і дбайливості ( $22,98 \pm 9,79$  балів) та низькими показниками експресивності ( $7,02 \pm 3,19$  балів). Тобто особи, які знаходились поблизу воєнних дій відчували труднощі з проявом власних потреб, позицій та почуттів, відчували труднощі у взаємопорозумінні з оточуючими, страх та боязкість перед іншими людьми, схильні були уникати взаємодії з ними, не могли сказати «Ні» і захистити власні границі та характеризувались напруженням й скутістю у стосунках.

У осіб, які знаходились поза межами воєнних дій, найбільш вираженими були показники автократичності ( $18,21 \pm 5,52$  балів), дбайливості ( $18,21 \pm 3,57$  балів) та поступливості ( $17,40 \pm 4,11$  балів). Тобто ті особи, які були на відстані від воєнних дій відчували труднощі у висуванні вимог до інших, прояві негативних почуттів та розумінні поведінки людей.

Особи, які перебували на відстані від воєнних дій характеризувались дбайливістю ( $16,65 \pm 5,86$  балів), експресивністю ( $16,23 \pm 5,72$  балів) та прагнули відносної незалежності у стосунках ( $15,89 \pm 5,22$  балів).

Статистичний аналіз результатів дозволив визначити, що труднощі у розумінні інших людей ( $p < 0,01$ ), проблеми з довірою ( $p < 0,025$ ), невпевненість у власних силах ( $p < 0,0001$ ), труднощі у відстоюванні власних границь ( $p < 0,05$ ), а також напруженість та скутість ( $p < 0,01$ ) відрізняли тих, які перебували поза межами воєнних дій від тих, які наражали себе та своїх близьких на щоденну небезпеку. При цьому досліджувані, які були у небезпечних місцях, відрізнялись від тих, які були у безпеці більшими труднощами у прояві емоцій до інших людей ( $t = 2,983$ ,  $p < 0,01$ ), у той час коли особи з небезпечних для життя територій схильні були у більшій мірі показувати власні почуття, проявляти теплоту та любов до інших ( $t = 3,587$ ,  $p < 0,0025$  та  $t = 3,612$ ,  $p < 0,001$  відповідно), що може розглядатися як важливий компонент ПРП для осіб, які були у небезпечних місцях. Схожа тенденція спостерігалась і за показником «Соціальне уникнення»: особи, які перебували на більш безпечній території характеризувались більшою схильністю до уникнення соціальних контактів, ніж особи, де життя було більш безпечним, бо воєнні дії були на відстані від них ( $t = 4,597$ ,  $p < 0,001$ ), у той час коли особи які знаходились на небезпечній території були більш контактними у порівнянні з особами, які перебували у безпеці ( $t = 6,198$ ,  $p < 0,0001$ ;  $t = 5,897$ ,  $p < 0,0001$  та  $t = 2,312$ ,  $p < 0,05$ ;  $t = 2,422$ ,  $p < 0,05$  відповідно). Також було встановлено, що труднощі у відказі іншими

особам були більшими у осіб, які перебували на відстані від воєнних дій у порівнянні з тими, які жили поряд з війною ( $t = 3,211$ ,  $p < 0,025$  та  $t = 4,371$ ,  $p < 0,001$  відповідно).

Для розуміння міжособистісних комунікацій та встановлення їх впливу на ПРП осіб, які перебували на різних територіях України, були проаналізовані стосунки у сім'ї, як найбільш референтної зони соціального оточення. З цією метою використовувалась шкала сімейного оточення. Першим етапом аналізу було визначення особливостей стосунків між членами родини, які були характерні для всіх досліджуваних. Шкали «Згуртованість», «Експресивність» та «Конфлікт» описували особливості взаємовідносин між членами родини. Так, у осіб, які перебували за межами воєнних дій у більшості переважав знижений та середній рівень вираженості показників згуртованості ( $26,37 \pm 2,51$  % та  $29,67 \pm 2,76$  % відповідно), експресивності ( $26,37 \pm 2,51$  % та  $35,16 \pm 3,15$  % відповідно) та конфліктності ( $28,57 \pm 2,68$  % та  $31,87 \pm 2,92$  % відповідно), що вказувало на знижене відчуття приналежності до родини, труднощі у відкритому вираженні дій та почуттів, особливо гніву та агресії.

#### Список використаної літератури

1. Анатомія людини / А. С. Головацький, В. Г. Черкасов, М. Р. Сапін, Я. І. Федонюк. Вінниця : Нова книга, 2007. Т. 2.
2. Камбур А. В. Соціальна адаптація особистості. – Чернівці: «Золоті литаври», 2012. 252 с.
3. Кравчук С. Ю. Анатомія людини / С. Ю. Кравчук. Чернівці, 2007. 599 с.
4. Купчак С. В. Анатомія та еволюція центральної нервової системи / С. В. Купчак. Івано-Франківськ, 2009.
5. Гістологія людини / О. Д. Луцик, А. Й. Іванова, А. С. Кабак, Ю. Б. Чайковський. Київ, [б. в.], 2013.
2. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія / В.М. Крайнюк. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
3. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості [текст]: дис. д-ра психологічних наук 19.00.01 / Корольчук В. М.; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН Укр. Київ. 2009. 511 арк.: рис., табл. Бібліографія: арк. 389–434.
4. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна ; заг. ред. М. С. Корольчука. Київ : Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
5. Психологічний стрес: розвиток і подолання: комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія» Укл.: Ложкін Г.В., Блохіна І.О. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2016. 32 с.
6. Семигіна Т.В. Теорії і методи соціальної роботи : підручник для студентів вищих навчальних закладів / Т. В. Семигіна, І. І. Мигович. Київ : Академвидав, 2005. 328 с.
6. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с. Підручник розроблено на основі програми навчальної дисципліни.