

Війна як травмотвірний чинник: соціально-психологічний вимір

Зоряна Величко

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: VelychkoZA@krok.edu.ua*

Олена Никоненко

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: NikonenkoEV@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0002-0794-7905*

Для індивіда та суспільства в цілому війна є одним з найпотужніших травмотвірних факторів. Вона зумовлює масову психологічну травматизацію, чинить глибокий вплив на когнітивні процеси, емоційний стан, соціальну поведінку та переосмислення ідентичності загалом, в тому числі й колективної. Соціально-психологічні наслідки війни виходять далеко поза межі індивідуального (у проявах гострих і хронічних розладів та станів, соматичних симптомів тощо). На рівні сім'ї, громади, нації вони проявляються в змінах у соціальній підтримці та довірі, рівні конфліктності тощо, відтак формуються специфічні патерни соціальної взаємодії та групової динаміки. Сучасні дослідники наголошують, що війна формує не лише травматичний досвід, а й систему щоденних, проте, тривалих, стресорів, які можуть бути навіть сильнішими предикторами психічних розладів, ніж одноразові, хоча й гострі, травматичні події. Власне український досвід тривалої, виснажливої, несправедливої, навіть геноцидної, війни демонструє, що дослідження травмотвірного аспекту війни потребує комплексного й виваженого соціально-психологічного підходу. З огляду на надважливість й практичну значущість цієї теми, у сучасній українській науці спостерігаємо очевидний сплеск зацікавлення й поглиблення досліджень цього кола питань. Окрім цілої плеяди українських учених, з'являються окремі групи дослідників при ВНЗ (напр., УКУ), проекти (напр., «Dream and Trauma Lab»), громадські організації (напр., «Інститут психотравми війни»), медіаресурси тощо.

Травма (з давньогрецької) – це рана, ушкодження, результат насилля. Вже це первісне тлумачення дає чітке розуміння глибинної суті цього терміна саме в психологічному вимірі. І. Козловський слушно зазначив, що на рівні свідомості – це «рана внаслідок емоційного шоку настільки сильного, що він порушує «усвідомлення часу, себе і світу» [1]. Г. Вайсс у монографії «Травма, провинна та репарація» здійснив доглибний огляд різноманітних психоаналітичних теорій травми та, зокрема, кореляції між особистою, історичною та суспільною травмами. Узагальнюючи наслідки травматичних досвідів, сформульовані різними дослідниками, він спостеріг одну спільну рису: «пошкодження залишає постійні сліди або німі зони забування в психіці, які по-різному описують як «чорну діру» (Kinston & Cohen 1986) або «порожнє коло» (Laub 2000, p. 868)»

[2, с. 56]. Інший, тілесний, вимір травми розглядає Б. ван дер Колк у праці «Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому». Він стверджує, що тіло зберігає сліди травми довше, ніж свідомість [3].

Психологічна травма, зумовлена війною, з одного боку, цілком вписується в теоретичні напрацювання щодо травми загалом, проте її психологічні механізми мають свою специфіку. По-перше, травма в у мовах війни формується під впливом екстремальних стресорів: загрози життю/здоров'ю/свободі, втрати, насильства, вимушеної міграції, краху звичного укладу життя тощо. По-друге, психологічні механізми війни по-різному проявляються у військових та цивільних. Травматизація активує когнітивні порушення, дисоціації тощо. Для військових прикметною є поява «бойового мислення» – сприймання світу через призму загрози (в тому числі й після припинення активної участі в бойових діях). У цивільних може домінувати інший тип травматизації – хронічна невизначеність/дезорієнтованість та тривала експозиція до небезпеки.

Дослідження свідчать, що ветерани бойових дій потерпають від зниження соціальної пластичності та ускладнення інтеграції/реінтеграції в соціум. З іншого боку, війна спричинює також феномен колективної травми, тобто розділеного спільнотою досвіду втрати, руйнування базових цінностей, небезпеки тощо. За визначенням Дж. Александера, «колективна травма – це культурно опосередкований процес, у якому суспільство конструює значення страждання і реагує на нього» [4, с. 27].

Варто підкреслити, що український контекст підсвітив унікальні, можна сказати, позитивні соціально-психологічні наслідки травматизації війною, зокрема – це: підсилення національної самосвідомості, трансформація ціннісних орієнтирів, консолідація суспільства та поява нових форм солідарності, зміна ставлення до громадянських обов'язків та соціальної відповідальності. Прикметно також, що сучасні вітчизняні дослідники зосереджують свою увагу не лише на вивченні психічних і психологічних феноменів, а ставлять у фокус саме конструктивні практичні аспекти проблеми, окреслюючи різноманітні стратегії подолання травматизації у перспективі, наголошуючи на життєстійкості (резилієнтності), на життєконструюванні. І в цьому, на наш погляд, українські психологи значно випереджають західних теоретиків. Скажімо, ще в 2020 році вийшла друком монографія Т. Титаренко «Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя», в якій авторка досліджує «життя після травми та його маршрути», в тому числі на прикладі комбатантів російсько-української війни [5, с. 11-50]. Соціально-психологічні чинники формування мотивації досягнень в умовах війни окреслює у наукових публікаціях О. Никоненко [6].

Отож війну доцільно розглядати не лише як травмотвірний, а й життєтворний чинник. І саме українська соціальна психологія має в своєму арсеналі всі можливості для лідерства у світовій науці.

Список використаних джерел

1. Козловський І. Травма як досвід. Збруч. 14 вересня 2022. [Електронний ресурс]. URL: <https://zbruc.eu/node/113136>.
2. Вайсс Г. Травма, провина та репарація. Шлях із тупика до розвитку / пер. з англ. З. Баблюяна; наук. редактор І. Романов. Київ: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2024. 350 с.
3. Колк Бессер ван дер. Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому / пер. з англ. А. Цвіри. Х.: Віват, 2024. 624 с.
4. Alexander J. Trauma: A Social Theory. John Wiley and Sons Ltd, 2012. 180 p.
5. Гитаренко Т. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія / НАПНУ, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
6. Никоненко О. Лимарева І. Соціально-психологічні чинники формування мотивації досягнень в умовах війни. Вчені записки Університету «КРОК». 2024. № 1(73). С. 244-253.