

Особливості впливу війни на психіку особистості

Ірина Соловійова

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

Ірина Сингаївська

кандидат психологічних наук,
професор, професор кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: irinas@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-6802-0081

Протягом усієї історії люди завжди зазнавали впливу травматичних подій, залучаючись до військових конфліктів. Двадцять перше століття не стало винятком. Воно розпочалося із періоду насильства та страху, коли різні прошарки населення по всьому світу були свідками соціально-політичних і збройних конфліктів, громадянських війн, територіальних суперечок і кримінальних злочинів.

Повномасштабна війна в Україні спричинила тяжкі наслідки для українців і суттєво змінила умови життя, як в особистісній, так і професійній сферах. Не лише емоційні страждання та стресові стани, але й економічні ризики, нестабільність зовнішнього середовища та невизначеність життєвих перспектив має негативний фізичний та емоційний вплив на особистість.

Коли люди зустрічаються з невідомістю-часто виникають напружені емоції. Якщо ж ця невідомість є неочікуваною, неприємною, загрозовою для життя та розтягнутою в часі – емоційне напруження може стати непосильним навантаженням для психіки людини.

Військовий конфлікт, що станом на теперішній час проходить на території України, безпосередньо торкається значної кількості цивільних осіб та руйнівним чином впливає на їх психологічне здоров'я, що виводить на перше місце питання надання їм кваліфікованої, якісної та ефективної психологічної підтримки.

Виражений психотравмуючий вплив бойових дій, у вир яких потрапила значна кількість наших громадян, зумовлений об'єктивною загрозою для їх життя та здоров'я, втратою близьких людей та домівки, інших потворних явищ, пов'язаних із застосуванням насильства ворожою стороною. У сукупності збройне протистояння двох держав повністю руйнує звичний мирний життєвий уклад цивільних осіб, завдаючи їм глибоких психологічних травм, що у наслідковому результаті проявляються у вигляді посттравматичних стресових розладів, численних фобій, психосоматичних порушень, депресивно-тривожних станів, порушень функціональних станів, які не можуть бути подолані суб'єктом самостійно без дієвої психологічної допомоги фахівців [1].

Упродовж усього життя, а тим паче у час війни, людина зустрічається з таким явищем, як втрата (втрата цінних речей, довіри чи волі, здоров'я і навіть життя). Науковці зауважують, що незалежно від виду втрати люди в той чи

інший спосіб переживають ідентичні етапи, та їхні переживання відрізняються лише інтенсивністю, глибиною та тривалістю. Серед криз втрат відокремлюють кризу втрати особи, втрати здоров'я, втрати матеріальних і соціальних благ, а також криза втрати волі та свободи пересування [2; 3; 4].

Мораль і цінності відіграють ключову роль у структурі особистості, в її ставленні до світу, в її діяльності, в характері її взаємодії з оточенням тощо. Тому дослідження морально-ціннісної сфери є надзвичайно актуальним завданням наук про поведінку людини в різних обставинах її життя, в тому числі в екстремальних та кризових умовах. Нинішня екстремально-кризова ситуація, спричинена війною, є досить показовою і дає чимало матеріалу для роздумів на тему моралі і цінностей. Як і будь-яка інша гостра стресова ситуація, викликана небезпечними для життя подіями, ця ситуація виходить за рамки звичного людського досвіду, є травмівною для переважної більшості учасників, змушує адаптуватися до стресових умов буття, по-новому мислити і діяти і навіть змінює траєкторії життєвого шляху та долі людей. А це безумовно пов'язане з кризою цінностей і не може не вплинути на розвиток особистості.

Список використаних джерел

1. Левченко К. Б., Панок В. Г., Трубавіна І. М. *Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник*. Київ : Агентство «Україна», 2015. 175 с.
2. Сингаївська І.В. *Адаптація вимушених переселенців за кордоном під час війни. Вектори соціальної, організаційної та економічної психології: тези доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 17 лютого 2023 р.)*. К.: Державний торговельно-економічний університет; Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023.
3. Ралітна Ю.О., Сингаївська І.В. *Негативні психічні стани особистості в кризових життєвих ситуаціях. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей III Міжнародної конференції (Київ, 02 грудня 2021 р.)*. К.: Університет "КРОК", 2021.
4. Васильченко О. М., Глушенко О. А. *Феномен суб'єктивного благополуччя особистості: вплив ненормативних криз. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей IV Міжнародної конференції (7 грудня 2022 р., м. Київ)*. Київ: Університет "КРОК", 2022.