

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

Кваліфікаційна наукова  
праця на правах рукопису

**КОЧУБИНСЬКА ТАМАРА МИКОЛАЇВНА**

**УДК: 159.923.2:364-787.522:355.018(477.61/.62)(043.5)**

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ Я-КОНЦЕПЦІЇ І СОЦІАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО МИРНОГО ЖИТТЯ УЧАСНИКІВ  
ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ**

053 Психологія

05 Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії.

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

\_\_\_\_\_ Т.М.Кочубинська.

(підпис, ініціали та прізвище здобувача)

**Науковий керівник:** Чухрій Інна Володимирівна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та соціальної роботи.

**Вінниця – 2021**

## АНОТАЦІЯ

***Кочубинська Т.М. Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил. - Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.***

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія спеціалізацією - загальна психологія, історія психології. - Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. - Вінниця, 2021.

У дисертації вперше комплексно досліджено проблему взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил.

Науково обгрунтовано теоритичну парадигму та модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил.

Подальшого розвитку набули: концептуальні засади соціально-психологічної адаптації особистості, яка пережила травматичні події; теоретичні уявлення про взаємозв'язок соціально-психологічної адаптації з Я-концепцією особистості; теоретичні положення про компонентний склад Я-концепції учасників бойових дій.

За результатами узагальнення положень діяльнісного, особистісно-орієнтованого, когнітивного, поведінкового, психоаналітичного, гуманістичного, диспозиційного наукових підходів спроектовано модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил. Центральною складовою запропонованої авторської моделі є особистість учасників операції Об'єднаних сил з її ядром – Я-концепцією з основними компонентами: Я-психічне; Я-фізичне; Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське. На особистість учасників операції Об'єднаних сил через призму самоствавлення впливають

зовнішні (соціальні) чинники та внутрішні (психологічні) чинники соціально-психологічної адаптації до мирного життя.

Виокремлено соціальні чинники, що впливають на адаптацію до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил: перебування в зоні операції Об'єднаних сил, специфіка лінії оборони (зона зіткнення, зона оборони) де перебували учасники операції Об'єднаних сил; проблеми взаємодії з оточенням; складності працевлаштування; напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї учасників операції Об'єднаних сил; комплексна соціальна реабілітація (медична, соціальна, психологічна, педагогічна); освітні послуги перекваліфікації; проблеми професійного самовираження. Соціальні чинники можуть як сприяти адаптованості, так і провокувати виникнення дезадаптованості учасників операції Об'єднаних сил.

Визначено внутрішні чинники соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил з адаптивним та дезадаптивним її виявом: нервово-психічна стійкість/нестійкість, адаптивність/дезадаптивність як особистісні властивості; і такі складові соціально-психологічної адаптації/дезадаптації, як емоційна складова – тривожність, депресивність, агресивність, емоційний комфорт; комунікативна складова – комунікативні здібності/їх порушення, стратегія домінування, прийняття/неприйняття себе та інших; поведінкова складова – залежність/незалежність, товариськість/нетовариськість; мотиваційно-ціннісна складова – внутрішній/зовнішній контроль (екстернальність, інтернальність), мотивація досягнення успіху/уникання невдач, ціннісні орієнтації, моральна нормативність/її порушення.

Визначено, що взаємодія між зовнішніми та внутрішніми чинниками соціально-психологічної адаптації і особистісними утвореннями Я-концепції є двосторонньою і забезпечує процесуальний та результуючий аспекти соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил.

Встановлено, що соціально-психологічна адаптація учасників операції Об'єднаних сил до умов мирного життя - це процес та результат активного пристосування учасників військових дій до умов мирного життя з можливістю трансформативної трансформації травматичного досвіду засобами зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (психологічних) чинників, через призму самоствалення та самосприйняття із гармонійно функціонуючою Я-концепцією особистості, в результаті чого відбувається гармонізація зазначеної взаємодії.

Встановлено, що дисгармонійність Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил пов'язана з непропорційністю розвитку компонентів Я-концепції, що утворюється внаслідок трансформаційних змін, спричинених участю у військових діях. Гармонійність Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил пов'язана з соціально-психологічною адаптацією особистості та рівномірним розподілом основних компонентів Я-концепції, розвиток яких є відповідним основним віковим завданням.

Відповідно до основних принципів психодіагностичного дослідження, підбраного методологічного підґрунтя та авторської теоретичної моделі, було сформовано психодіагностичний комплекс методик та модель констатувального дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. До компонентного складу моделі констатувального дослідження увійшли: етапи дослідження (підготовчий, підбору психодіагностичного інструментарію та етап констатувального дослідження); методи дослідження: соціальних характеристик, соціально-психологічної адаптації, психологічних чинників соціально-психологічної адаптації та Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Емпірично виявлено, що показники дисгармонійності Я-концепції притаманні третині досліджуваних учасників операції Об'єднаних сил. Встановлено, що найбільш проблемним типом дисгармонійності є учнівська в порівнянні з професійною та сімейною, у яких виявлений адаптаційний потенціал.

Визначено особливості взаємозв'язку гармонійності/дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил з показниками соціальних чинників адаптації до мирного життя. Встановлено, що дисгармонійність Я-концепції співвідносна з віковим періодом середньої дорослості, з перебуванням у шлюбі та перебуванням під час операції Об'єднаних сил на лінії оборони. Гармонійність Я-концепції пов'язана з освітніми показниками та батьківством. У учасників бойових дій з дисгармонійним типом Я-концепції зазначена дисгармонійність має тенденцію до зниження зі збільшенням терміну перебування у зоні операції Об'єднаних сил.

Встановлено, що існує значущий статистичний зв'язок між дисгармонійним типом Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил та проявами соціально-психологічної дезадаптації: особистісною та реактивною тривожністю, непрямую агресією, рівнем депресії та конфліктністю.

За результатами кластерного аналізу даних дослідження було виділено підгрупу осіб, у якій ситуація з показниками соціально-психологічної адаптації в цілому була гіршою, ніж в інших групах. У зазначеної, переважаючої групи учасників операції Об'єднаних сил, визначено зниження показників: особистісного потенціалу, нервово-психічної стійкості, адаптивності, прийняття інших, емоційного комфорту тощо; й одночасно значимо вищими виявилися показники: реактивної тривожності, самоагресії, уникання боротьби.

У ході дослідження, для визначення векторів психокорекційного впливу, було виокремлено факторну структуру соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил з дисгармонійним типом Я-концепції, до якої увійшли два дезадаптивних фактори (тривожно-депресивний, вороже-агресивний) та два адаптивних фактори (самість і ресурсно-особистісний).

За результатами констатувального дослідження було розроблено програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил. Методологічним підґрунтям для розробки психокорекційної програми стали положення про: основні принципи та види психокорекції,

особливості надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій, особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям і ветеранам війни, систему медико-психологічної реабілітації військовослужбовців, особливості психологічної допомоги учасникам операції Об'єднаних сил. Визначено мету, реалізація якої передбачала дотримання принципів: єдності діагностики та корекції, особистісної орієнтованості, нормативності розвитку, каузальності, діяльності, проектування, моделювання, системно-синергетичного, психокорекційного принципів. Основними засобами психокорекційного впливу визначені: просвітницький блок - проведення лекцій, навчальних семінарів, програм соціально-психологічного супроводу; блок психокорекційної роботи: індивідуальна психокорекція – індивідуальне консультування, дистанційне консультування із застосуванням інтернет-ресурсів; групова психокорекція – дибріфінг, групи підтримки, тренінгові заняття.

У результаті проведеного формувального експерименту дослідження встановлено ефективність запропонованої програми психокорекції. Встановлено, що представлені у психокорекційній програмі засоби впливали на визначені у констатувальному дослідженні фактори соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил з дисгармонійним типом Я-концепції. Встановлено статистично значущі відмінності за показниками шкал, які увійшли у зазначені фактори.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що представлений у дисертації теоретично-психологічний аналіз проблеми гармонізації Я-концепції як передумови соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил, скомпонований психодіагностичний комплекс методів, спрямований на вивчення особливостей взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил та запропонована психокорекційна програма можуть застосовуватися в діяльності психологів, які надають психологічну допомогу учасникам бойових дій. Результати дослідження можуть удосконалити зміст

програми підготовки психологів з навчальних дисциплін «Психологічна реабілітація учасників бойових дій та ООС» і «Психологія сім'ї».

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, Я-концепція особистості, учасники операції Об'єднаних сил, дисгармонійність Я-концепції, зовнішні та внутрішні чинники соціально-психологічної адаптації, взаємозв'язок Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя, програма психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників бойових дій.

## ABSTRACT

***Kochubynska T.M. The relationship between joint force participants' self-concept and social-psychological adaptation.*** - Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

The dissertation on competition of a scientific degree of the doctor of philosophy on a specialty 053 - psychology, specialization - general psychology, history of psychology. - Vinnytsia State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsyubynsky. - Vinnytsia, 2021.

In the dissertation the problem of interrelation of the I-concept and social-psychological adaptation to a peaceful life of participants of operation of the Joint forces is comprehensively investigated.

The theoretical paradigm and the model of the relationship between the self-concept and socio-psychological adaptation to the peaceful life of the participants of the Joint Forces operation are scientifically substantiated.

Further development took place: the conceptual foundations of socio-psychological adaptation of a person who has experienced traumatic events; theoretical ideas about the relationship of socio-psychological adaptation with the self-concept of personality; theoretical provisions on the component composition of the self-concept of combatants.

Based on the results of generalization of the provisions of activity, personality-oriented, cognitive, behavioral, psychoanalytic, humanistic, dispositional scientific approaches, a model of the relationship between self-concept and socio-psychological adaptation to the peaceful life of the Joint Forces operation was designed. The central component of the proposed author's model is the personality of the participants in the Joint Forces operation with its core - the self-concept with the main components: self-mental; I-physical; I-social: I-professional, I-family, I-student. The personality of the participants of the Joint Forces operation is influenced by external (social) factors and internal (psychological) factors of social and psychological adaptation to peaceful life through the prism of self-assessment.



The social factors influencing the adaptation to the peaceful life of the Joint Forces operation participants are singled out: being in the Joint Forces operation zone, specifics of the line of defense (collision zone, defense zone) where the participants of the Joint Forces operation were; problems of interaction with the environment; employment difficulties; tense and conflicting relationships with family members of Joint Forces operations; comprehensive social rehabilitation (medical, social, psychological, pedagogical); educational retraining services; problems of professional self-expression. Social factors can both promote adaptability and provoke maladaptation of the participants in the Joint Forces operation.

The internal factors of social and psychological adaptation of the participants of the Joint Forces operation with its adaptive and maladaptive manifestation are determined: neuropsychological stability / instability, adaptability / maladaptability as personal properties; and the following components of socio-psychological adaptation / maladaptation: emotional malt - anxiety, depression, aggression, emotional comfort; communicative component - communicative abilities / their violations, strategy of domination, acceptance / rejection of oneself and others; behavioral component - dependence / independence, sociability / unsociability; motivational and value component: - internal / external control (externality, internality), motivation to succeed / avoid failures, value orientations, moral norms / its violation.

It is determined that the interaction between external and internal factors of socio-psychological adaptation and personal formations of the self-concept is two-way and provides procedural and resulting aspects of socio-psychological adaptation to the peaceful life of the Joint Forces.

It is established that the socio-psychological adaptation of the participants of the Joint Forces operation to the conditions of peaceful life is a process and result of active adaptation of military participants to the conditions of peaceful life with the possibility of transforming traumatic experience by external (environmental) and internal (psychological) factors. self-assessment and self-perception with a harmoniously functioning self-concept of personality, resulting in the harmonization of this interaction.

It has been established that the disharmony of the self-concept of the participants in the Joint Forces operation is related to the disproportionate development of the components of the self-concept, which is formed as a result of transformational changes caused by participation in hostilities. The harmony of the self-concept of the participants of the Joint Forces operation is connected with the socio-psychological adaptation of the individual and the even distribution of the main components of the self-concept, the development of which is the corresponding main age task.

In accordance with the basic principles of psychodiagnostic research, methodologically selected basis and the author's theoretical model, a psychodiagnostic set of methods and a model of ascertaining research of features of social and psychological adaptation of participants of the Joint Forces operation were formed. The component composition of the model of the ascertaining research included: stages of the research (preparatory, selection of psychodiagnostic tools and the stage of the ascertaining research); research methods: social characteristics, socio-psychological adaptation, psychological factors of socio-psychological adaptation and self-concept of the participants of the Joint Forces operation.

It has been empirically found that indicators of disharmony of the self-concept are inherent in one third of the studied participants in the Joint Forces operation. It is established that the most problematic type of disharmony is student in comparison with professional and family, in which the adaptive potential is revealed.

The peculiarities of the relationship between the harmony / disharmony of the self-concept of the participants of the Joint Forces operation with the indicators of social factors of adaptation to a peaceful life are determined. It has been established that the disharmony of the self-concept is correlated with the age of middle adulthood, with being married and being on the line of defense during the Joint Forces operation. The harmony of the self-concept is related to educational indicators and parenthood. In combatants with a disharmonious type of self-concept, this disharmony tends to decrease with increasing length of stay in the Joint Forces operation area.

It is established that there is a significant statistical connection between the disharmonious type of self-concept of the participants of the Joint Forces operation and the manifestations of socio-psychological maladaptation: personal and reactive anxiety, indirect aggression, depression and conflict.

According to the results of cluster analysis of the study data, a subgroup of individuals was identified in which the situation with indicators of socio-psychological adaptation was generally worse than in other groups. In this, the predominant group of participants in the Joint Forces operation, a decrease in indicators was determined: personal potential, neuropsychological stability, adaptability, acceptance of others, emotional comfort, etc.; and at the same time significantly higher indicators were: reactive anxiety; self-aggression; avoidance of struggle.

During the study, to determine the vectors of psychocorrectional impact, the factor structure of socio-psychological adaptation / maladaptation of the participants of the Joint Forces operation with a disharmonious type of self-concept was identified, which included two maladaptive factors (anxiety-depressive, two-aggressive) and factors (self and resource-personal).

Based on the results of the ascertaining research, a program of psychocorrection of the disharmony of the self-concept of the participants of the Joint Forces operation was developed. The methodological basis for the development of psychocorrection program were the provisions on: basic principles and types of psychocorrection, features of psychological assistance to victims of extreme situations, features of psychological assistance to servicemen and war veterans, system of medical and psychological rehabilitation of servicemen, features of psychological assistance to participants. The purpose was determined, the implementation of which provided for the observance of the principles: unity of diagnosis and correction, personal orientation, normative development, causality, activity, design, modeling and system-synergetic, psycho-correctional principles. The main means of psycho-correctional influence are defined: educational block: conducting lectures, training seminars, programs of social and psychological support;

block of psycho-correctional work: individual psycho-correction - individual counseling, remote counseling with the use of Internet resources; group psychocorrection - debriefing, support groups, training sessions.

As a result of the formative experiment of research the efficiency of the offered program of psychocorrection is established. It was established that the means presented in the psycho-correctional program influenced the factors of socio-psychological adaptation / maladaptation of the participants of the Joint Forces operation with the disharmonious type of self-concept identified in the statement study. Statistically significant differences were found in the indicators of shawls, which were included in these factors.

The practical significance of the study is that presented in the dissertation theoretical and psychological analysis of the problem of harmonization of self-concept as a prerequisite for socio-psychological adaptation to peaceful life of the Joint Forces, a psychodiagnostic set of methods aimed at studying the relationship the concept and socio-psychological adaptation to the peaceful life of the participants of the Joint Forces operation and the proposed psycho-correctional program can be used in the activities of psychologists who provide psychological assistance to combatants. The results of the study can improve the content of the training program for psychologists in the disciplines "Psychological rehabilitation of combatants and environmental protection" and "Family Psychology".

**Keywords:** socio-psychological adaptation, self-concept of personality, participants in the Joint Forces operation, disharmony of self-concept, external and internal factors of socio-psychological adaptation, the relationship of self-concept and socio-psychological adaptation to peaceful life, program psychocorrection of disharmony I-concept of combatants.

## СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### **а) статті у наукових фахових виданнях, затверджених МОН України:**

1. Кочубинська Т.М. Модель соціально-психологічної адаптованості учасників операції Об'єднаних сил. Габітус: науковий журнал. Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій, №22, 2021; С. 34-38.

2. Кочубинська Т.М. Психокорекція проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників бойових дій. Психологічні перспективи. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, В. 37, 2021. С.111-127.

3. Кочубинська Т.М. Особливості взаємозв'язку Я-концепції з проявами соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Психологічний часопис: науковий журнал /за ред. С.Д.Максименка. Том.7. Вип.

4. Київ: Інститут психології ім. Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2021. С. 144 - 152.  
URL.: <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1213>

4. Кочубинська Т.М. Психологічні особливості Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил. Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І.Вернадського. Серія: Психологія.Том 32 (71), №2, 2021. С.1-7.

### **б) статті у наукових періодичних виданнях інших держав та виданнях включених до міжнародних наукометричних баз даних:**

5. Kochubynska T.M. I-concept of joint force participants // Modern Science. Moderní věda. Praha. Česká republika, Nemoros. 2021. № 4. С. 66–73.

### **в) тези доповідей на наукових конференціях:**

6. Кочубинська Т.М. Синдром АТО: прояви та способи реагування на нього. Психологічна наука і практика ХХІ століття: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. м. Львів, 22-23 березня 2019р. Львів: Видавничий дім «Гельветика», 2019. С.21-25.

7. Кочубинська Т.М. Психологічна допомога учасникам операції Об'єднаних сил. Теоретичні та практичні аспекти психології. Вінниця, 2020. С.35-38.

8. Кочубинська Т.М. Особливості соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Теоретичні та практичні аспекти психології. Вінниця, 2020.С. 48-51.

9. Кочубинська Т.М. Чинники соціально-психологічної дезадаптації учасників бойових дій. Соціально-психологічні особливості самоздійснення особистості в умовах сучасних трансформаційних змін: збірник матеріалів звітної науково-практичної конференції викладачів і студентів Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, підготовки фахівців вищої кваліфікації. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця: ФОП Тарнашинський О.В. Випуск 7, 2020. С. 154-156.

10. Кочубинська Т.М. Психологічні особливості сімейних стосунків учасників операції Об'єднаних сил. Теоретичні та практичні аспекти психології. Вінниця, 2021. С.56-59.

11. Кочубинська Т.М. Специфіка переживання негативних емоційних станів учасників бойових дій. Теоретичні та практичні аспекти психології. Вінниця, 2021.С. 31-35.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	16
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО МИРНОГО ЖИТТЯ УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ</b> .....	22
1.1. Проблема соціально-психологічної адаптації особистості у наукових дослідженнях.....	22
1.2. Гармонізація Я-концепції учасників військових дій.....	34
1.3. Модель взаємозв'язку Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил .....	48
<b>Висновки до розділу 1</b> .....	61
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ Я-КОНЦЕПЦІЇ І СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ</b> .....	64
2.1. Організація та методики дослідження Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій.....	64
2.2. Вивчення особливостей соціальної адаптації учасників бойових дій.....	74
2.3. Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій.....	79
2.4. Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил.....	101
<b>Висновки до розділу 2</b> .....	123
<b>РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОКОРЕКЦІЇ ДИСГАРМОНІЙНОСТІ Я-КОНЦЕПЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ</b> .....	128
3.1. Модель дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил .....	128
3.2. Програма психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.....	140
3.3. Ефективність програми психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.....	160
<b>Висновки до розділу 3</b> .....	166
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	169
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	173
<b>ДОДАТКИ</b> .....	195

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Операція Об'єднаних сил, що проходить на території України, впливає не лише на соціально-політичну та економічну ситуацію в країні, але й безпосередньо на населення, особливо на учасників бойових дій, членів їх сімей та внутрішньопереміщених осіб. Тривалість військових дій ставить перед державою численні завдання, серед яких здійснення соціально-психологічного супроводу учасників операції Об'єднаних сил (ООС). Для надання компетентної психологічної допомоги та здійснення соціально-психологічного супроводу важливо вивчити особливості соціально-психологічної адаптації учасників ООС до мирного життя, спрогнозувати можливі ризики виникнення деструктивних особистісних утворень та визначити ефективні методи попередження виникнення або психокорекції негативних особистісних наслідків військових дій.

Проблема соціально-психологічної адаптації особистості – одна з головних у психології, вона висвітлена у межах багатьох психологічних напрямів: особистісно-орієнтованого (К.Роджерс, А.Маслоу, С.Максименко), діяльнісного (С.Максименко, О.Леонтьєв, А.Петровський, С.Рубінштейн, А.Фурман, С.Шандрук), когнітивного (Ж.Піаже), психоаналітичного (А.Адлер, З.Фрейд, О.Феніхель) та в межах інших напрямів. Соціально-психологічна адаптація особистості в критичних ситуаціях розкрита у наукових здобутках як зарубіжних (Н.Грішина, Г.Келлі, А.Налчаджян, Дж.Мід, Т.Шибутані), так і вітчизняних науковців (І.Візнюк, А.Дорожевець, М.Корольчук, Л.Коробка, Т.Комар, О.Мамічева, І.Чухрій, А.Шевцов). Особливості успішної адаптованості описані у наукових працях О.Лящ, О.Паламарчук, С.Шандрука, В.Шахова.

Адаптивні функції самосвідомості, Я-концепції особистості розкриті в наукових роботах представників різних напрямів: функціонального (У. Джемс і інших.); інтераціонального (Ч. Кулі, Дж. Мід, А.Налчаджян і інші.); когнітивного (М. Розенберг, Дж. Роттер, І.С. Кон, Т. Шибутані, А.Налчаджян);



психоаналітичного (А. Адлер, З. Фрейд, К. Хорні, Є. Єріксон); екзистенційного (Р. Бернс, К. Роджерс, С.Л. Петер та інші).

У світовій психологічній науці проблема впливу війни на особистість розкривається у наукових працях А.Адлера, Д.Барлоу, Б.Літца, З.Фрейда, В.Франкла та інших. Вітчизняними науковцями активно досліджуються проблеми наслідків військових дій для особистості та особистісні особливості учасників бойових дій (О. Буряк, М. Гіневського, Г. Катеруши, Т.Комар, О.Паламарчук, І.Чухрій). Вектори психологічної допомоги учасникам бойових дій визначили О.Кокун, М. Мушкевич, Р. Федоренко, А. Мельник та інші.

Попри значущу кількість психологічних праць, присвячених соціально-психологічній адаптації, особливості соціально-психологічної адаптації та їх взаємозв'язок з Я-концепцією особистості учасників ООС не висвітлені у науковій літературі. Варто зазначити, що ООС в Україні триває і має особливу специфіку, що вказує на необхідність розроблення ефективних методів психологічної допомоги учасникам ООС.

Актуальність зазначеної проблеми, її недостатнє теоретичне й експериментальне вивчення зумовило вибір теми дисертаційної роботи **«Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил»**.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Напрямок дисертаційного дослідження пов'язаний із темою науково-дослідної роботи кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського «Соціально-психологічні особливості самоздійснення особистості в умовах трансформаційних змін» (0120U100295).

Тему дисертації затверджено на засіданні Вченої ради Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (протокол №4 від 24.10.2018р.) і погоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол №5 від 27 листопада 2018р.).

**Об'єкт дослідження** - соціально-психологічна адаптація учасників операції Об'єднаних сил.

**Предмет дослідження** – особливості взаємозв'язку Я-концепції й соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил.

**Мета** дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил, її взаємозв'язок з Я-концепцією та апробувати програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Відповідно до поставленої мети визначені **завдання дослідження**:

1. Здійснити аналіз наукових підходів до вивчення проблеми особливостей соціально-психологічної адаптації та Я-концепції особистості учасників операції Об'єднаних сил.

2. Дібрати систему методів, психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації та Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

3. Емпірично дослідити особливості соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил; виявити особливості компонентного складу Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил та його взаємозв'язок з проявами соціально-психологічної адаптації/дезадаптації.

4. Розробити та експериментально апробувати програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

**Гіпотеза** дослідження: існує взаємозв'язок між особливостями Я-концепції та соціально-психологічною адаптацією до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил.

**Методологічну і теоретичну основу** дослідження склали: положення про соціально-психологічну адаптацію/дезадаптацію особистості (А.Налчаджян, С.Максименко, Ж. Піаже, С. Розум, А. Фурман); теоретичні положення про Я-концепцію особистості (Р. Бернс, І. Кон, Ч. Кулі, Дж. Мід, А. Налчаджян, К.

Роджерс, О.Фурман та інші.); положення про вплив травматичних подій на особистість (Д.Герман, О.Романчук, Т.Титаренко, В.Шапарь); дослідження психологічних особливостей та особливостей надання психологічної допомоги учасникам операції Об'єднаних сил (О.Кокун, М. Мушкевич, Р. Федоренко, А. Мельник).

**Методи дослідження.** Для досягнення мети дослідження були застосовані такі методи дослідження:

- *теоретичні:* філософсько-психологічний аналіз дослідження, узагальнення теоретико-методологічних підходів, моделювання та конструювання;

- *емпіричні:* констатувальний експеримент з використанням психодіагностичного комплексу методик, спрямованих на вивчення соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил;

- *методи математичної обробки даних:* кількісний та якісний аналіз результатів дослідження, дисперсійний аналіз Краскела-Уоліса, кореляційний аналіз Спірмана, факторний аналіз, кластерний аналіз.

**Експериментальна база дослідження:** Дослідження здійснювалося упродовж 2018-2020 років на базі Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, Вінницького міського лікувально-діагностичного центру, Вінницького обласного товариства психологів та психотерапевтів, Благодійної організації «Благодійний фонд «Волонтер-1»». У дослідженні взяли участь 90 учасників операції Об'єднаних сил.

**Наукова новизна** результатів дослідження полягає в тому, що:

*Вперше*

- визначено особливості соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил та її взаємозв'язок з Я-концепцією, зокрема гармонійністю або ж дисгармонійністю;

- запропоновано модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил, що розкриває вплив зовнішніх чинників (перебування в зоні ООС, проблеми

соціальної взаємодії, складність працевлаштування, напружені та конфліктні стосунки в сім'ї) і внутрішніх чинників (емоційну, комунікативну, поведінкову та мотиваційно-ціннісну складові проявів соціально-психологічної адаптації) на компонентний склад Я-концепції учасників ООС (Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське); емпірично визначено взаємозв'язок дисгармонійного типу Я-концепції з проявами соціально-психологічної дезадаптації (тривожністю, депресивністю, агресивністю та конфліктністю);

- запропоновано програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

*Набули подальшого розвитку:*

- концептуальні засади соціально-психологічної адаптації особистості, яка пережила травматичні події;

- теоретичні уявлення про взаємозв'язок соціально-психологічної адаптації з Я-концепцією особистості;

- теоретичні положення про компонентний склад Я-концепції учасників бойових дій.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що скомпоновані психологічні діагностичні методи, спрямовані на вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій, та запропоновану психокорекційну програму можна застосовувати в діяльності психологів, які надають психологічну допомогу учасникам бойових дій. Зміст теоретичної та практичної частини роботи було застосовано у ході викладання таких дисциплін: «Психологічна реабілітація учасників бойових дій та ООС», «Психологія сім'ї».

Результати дослідження впроваджені в освітній процес Вінницького державного педагогічного університету (довідка №06/19 від 12.05.2021р.) та практику соціально-психологічної роботи: Міського лікувально-діагностичного центру м.Вінниці (акт впровадження №581, від 05.05.2021р.), Благодійної організації «Благодійний фонд «Волонтер -1» (довідка №34, від 04.05.2021р.),

ГО Вінницького обласного товариства психологів та психотерапевтів (довідка №7, від 23.12.2020р.).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення та результати дисертаційного дослідження обговорено та схвалено на науково-практичних конференціях: *міжнародних*: «Сучасні проблеми екологічної психології: Екологічна парадигма сучасного способу життя і світу» (Харків, 2019); науково-практична онлайн-конференція «Психотерапія – сучасна наука про людину» (Київ, 2020); «Психологічна наука та практика XXI століття». (Львів, 2019); *всеукраїнських*: «Актуальні проблеми мистецької підготовки майбутніх вчителів» (Вінниця, 2020), «Реабілітація учасників бойових дій в Україні: досвід та перспективи» (Хмельницький, 2018); *регіональних*: «Психосоматика: мультидисциплінарний підхід» (Вінниця, 2019); «Актуальні проблеми сучасної науки і наукових досліджень» (Вінниця, 2017, 2018, 2019).

**Публікації.** Основні наукові положення й результати дослідження опубліковані в 11 наукових працях: 4 статі у вітчизняних, 1 – у зарубіжних періодичних наукових виданнях; 6 – у матеріалах конференцій.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертаційне дослідження складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (250 найменувань, з них 23 – іноземними мовами) і 14 додатків. Загальний обсяг роботи становить 217 сторінок, з них основного змісту – 172 сторінки. Дисертація містить 28 таблиць і 15 рисунків на 18 сторінках.

# **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО МИРНОГО ЖИТТЯ УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ**

## **1.1. Проблеми соціально-психологічної адаптації особистості у наукових дослідженнях**

Проблема адаптації є однією з основних у сучасному науковому пізнанні. Вона відображає здатність організму активно пристосовуватися до навколишнього середовища. В широкому розумінні адаптація – це процес пристосування, дія, спрямована на пристосування організму до конкретних умов існування [115; 158; 187].

У межах філософії адаптація розглядається як процес пристосування до умов зовнішнього та внутрішнього середовища, а також як наявність у системи пристосування до певного фактору середовища [187].

З біологічної точки зору, адаптація передбачає життєво необхідне пристосування організму до постійних і мінливих умов зовнішнього середовища (сезонних змін температури, освітленості, вологості, змін у харчуванні) та змін в організмі, пов'язаних із виникненням захворювання, обмеженням чи втратою деяких функцій тощо.

Психофізіологія розглядає адаптацію як процес, що зумовлений змінами психофізіологічних станів людини під впливом дезадаптивних факторів. Адаптація потребує одночасної та узгодженої взаємодії функціональних підсистем на всіх рівнях цілісної системи організму з метою забезпечення її ефективності [115].

Проблема адаптації стала об'єктом розгляду багатьох наукових напрямів, проте провідне місце вона посідає саме у психологічній науці, де вона розглядається через призму входження особистості в соціальне середовище [115; 158].

Виокремлено основні напрямки дослідження адаптації (С.Шапкін, Л.Дікає) [51]:

Медико-психологічні аспекти, що пов'язані з дослідженням медико-психологічних компонентів адаптації в різноманітних стресових умовах, де перевага надається внутрішньоособистісним процесам (динаміці та гармонійності потребова-мотиваційної сфери особистості, встановленню контакту суб'єкта адаптації з власним Я).

Психофізіологічні аспекти, які представлені у вигляді дослідження феномену адаптації пов'язаного з психофізіологічними особливостями функціонування органів (систем органів) та психічних процесів, які вони забезпечують, в умовах видозмінюваного середовища.

Комплексне вивчення психічних та функціональних станів людини, в якому структура та динаміка адаптації вивчається як процес врівноваження у відкритій системі, під час якого набуваються нові системні якості.

Варто розрізняти поняття психічної, психологічної, соціальної та соціально-психологічної адаптації.

Психічна адаптація – це процес, який виникає у відповідь на зміни у навколишньому світі, це процес взаємодії особистості та середовища, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх потреб. Процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних потреб [114; 115; 116].

Адаптація психологічна – сукупні властивості індивіда, що характеризують його стійкість до умов середовища та рівень пристосування до них, а також результат такого пристосування.

Соціальна адаптація (від лат. *adaptation* – пристосування, *socialis* – суспільний) – процес пристосування людини до нового для неї соціального середовища, а також наслідки цього процесу. Соціальна адаптація – це формування в індивіда в процесі онтогенезу соціальної поведінки, яка співвіднесена з поведінкою інших людей і спрямована на встановлення

соціальних стосунків – достатньо стійких і самостійних зв'язків між індивідами та соціальними групами. Соціальна адаптація передбачає дотримання особою соціальних норм – історично зумовлених суспільним буттям вимог до діяльності та взаємин індивіда, соціальних груп, суспільних інститутів, що виражають суспільну потребу в організації діяльності та стосунків відповідно до об'єктивних умов [136;с.15 ].

Соціально-психологічна адаптація визначається як процес і результат активного пристосування людини до видозміненого середовища за допомогою найрізноманітніших інтеріоризованих соціальних засобів (дій, вчинків, діяльності) [115].

Відповідно до своєї наукової концепції А. Фурман визначає типологію рівнів функціонування соціально-психологічної адаптації. Він зазначає, що на рівні суб'єкта адаптація розглядається як процес, а на рівні особистості – як результат [198, с.16].

Процесуальний аспект адаптації заснований на виокремленні її часових характеристик – тривалості стадій адаптації. Досліджуються різні модальності адаптації – від стадій соціальної адаптації до психофізіологічних механізмів адаптації.

Результативний аспект адаптації застосовується як основний елемент при оцінці успішності адаптивних процесів у цілому. Зазначений критерій є основоположним у більшості наукових теорій феномену адаптації, наприклад при дослідженні дихотомії адаптація – дезадаптація.

А.Реан, А.Кудашев при описі адаптації особистості зазначали, що при врахуванні співвідносності зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (особистісних властивостей) чинників адаптація має соціально-психологічну природу, визначили її психологічні утворення: адаптація як результат, що характеризується ступенем підсумкової адаптованості; як процес, що характеризується власними просторово-часовими механізмами; як джерело новоутворень, що характеризується комплексом активно сформованих якостей. Фундаментальними, основними вимірами адаптації є саме її процесуальні та



результативні аспекти. Внутрішні новоутворення виокремлюються та формуються всередині попередньо описаних аспектів, потім надбудовуються і утворюють власні виміри адаптації [152].

Відповідно до наукового напрямку А.Реана та А.Кудашева, повноцінна адаптація завжди включає в себе цілий спектр самозмін та формування нових особистісних якостей, оскільки мова йде про активне пристосування особистості, про активне самозмінювання, самокорекцію відповідно до вимог середовища. Пасивного прийняття ціннісних орієнтацій середовища без активного самозмінювання під час процесу адаптації [152].

Проблема соціально-психологічної адаптації представлена у багатьох психологічних наукових підходах.

Представники діяльнісного підходу (В. Агеєв, О. Леонт'єв, С. Рубінштейн та інші) соціально-психологічну адаптацію пов'язують з діяльністю особистості (трудовою, навчальною, спілкуванням), в структурі зазначеної адаптації виділяють наступні компоненти (вони ж критерії адаптованості): вихідні параметри діяльності особистості, ступені інтеграції особистості з макро- і мікросередовищем, ступінь реалізації внутрішньоособистісного потенціалу, емоційне самопочуття [1; 91; 92; 93; 161; 162]. Використання цих показників у якості критеріїв адаптації дозволяє виділити чотири основні рівні адаптованості особистості: надмірний, оптимальний, низький, дезадаптивний [114; 115].

В.Петровський описав адаптивну спрямованість особистості у вигляді пристосування особистості до світу або ж підпорядкування навколишнього світу власним інтересам [127; 128].

Відповідно до когнітивного підходу Дж.Келлі, соціально-психологічна адаптація пов'язана з відсутністю переживання загрози, а дезадаптація - з виразними емоційними переживаннями [62].

Ж. Піаже описує двоскладовий процес адаптації: перший – акомодация, що забезпечує модифікацію, функціонування організму чи дій суб'єкта у відповідності з властивостями середовища; другий – асиміляція, процес що

змінює ті чи інші компоненти середовища, переробляючи їх згідно із структурою організму або включаючи у схему поведінки суб'єкта. Вказані процеси тісно пов'язані між собою і опосередковують один одного [126].

Представники біхевіористичного напрямку Е.Толмен, К.Халл розглядали у межах своєї наукової концепції особливостей адаптивної поведінки: адаптивна поведінка для вирішення короткотривалих ситуацій, що здійснюється за допомогою простого реагування та адаптивна поведінка, що виникає внаслідок самостійного формулювання системи пристосовувальних поведінкових актів у складних ситуаціях (еволюційне досягнення людини).

На думку Б.Скінера, адаптивна поведінка виявляється в послідовному та цілеспрямованому підкріпленні пристосовницьких реакцій, що не викликані певними стимулами або ситуацією, а здійснюються спонтанно, що є основою оперантного реагування [170].

Представники біхевіористичного напрямку соціально-психологічну адаптацію визначають подвійно: 1) як стан, у якому потреби індивіда, з однієї сторони, та вимоги середовища, з іншої, повністю задоволені. Це стан гармонії між індивідом та природою або соціальним середовищем; 2) процес, за допомогою якого цей гармонійний стан досягається [158; 184; 202].

У психоаналітичній концепції адаптація розглядалася Г. Гартманом, З. Фрейдом [193; 194], захистні механізми адаптації – О.Феніхель, А. Фрейд, З. Фрейдом [188; 192; 193; 194]. Адаптування особистості здійснюється за допомогою розв'язання внутрішньоособистісного конфлікту між Супер Его та Ід. Опираючись на теорію Ж.Піаже, представники психоаналітичного напрямку виокремлювали два види адаптації: 1) аллопластична адаптація, що здійснюється за допомогою зміни людиною зовнішнього середовища для задоволення власних потреб; 2) аутопластична адаптація, що відбувається за рахунок особистісних змін самої людини [158; 193].

В індивідуальній психології А.Адлера соціально-психологічна адаптація представлена в особистісній спроможності людини долати комплекс неповноцінності, зазначений процес відбувається протягом усього життя і

сприяє вдосконаленню та розвитку [3; 4].

У Епі-генетичній концепції Е.Еріксона соціально-психологічна адаптація представлена як розв'язання внутрішньоособистісного конфлікту не із застосуванням захисних механізмів, а із досягненням внутрішньої гармонізації та рівноваги [222; 234].

Представники гуманістичного напрямку психології (А.Маслоу, К.Роджерс, Е.Фромм) описали соціально-психологічну адаптацію людини як наявність у людини позитивних особистісних рис, прагнень, здібностей, які може розвинути кожна людини [103; 104; 156; 157; 195; 196].

А.Маслоу адаптацію описав, як прагнення до самоактуалізації, коли перетинається межа звичайних прагнень та бажань. На шляху до самоактуалізації людина долає внутрішні конфлікти, пов'язані з фрустрацією фундаментальних потреб. Неконструктивні вирішення зазначених конфліктів призводять до дезадаптації, що виражається у виникненні регресії, агресії та фіксації [103; 104].

Повноцінно функціонуюча людина, тобто адаптована, відповідно концепції К.Роджерса, - це така, яка застосовує власні здібності й таланти, реалізує власний потенціал та розвивається в напрямі власного пізнання, своїх переживань. Автор виокремив п'ять особистісних характеристик повноцінно функціонуючої людини, які ми можемо розглядати як внутрішні чинники соціально-психологічної адаптації [156].

Головна адаптивна характеристика – це відкритість переживанням, протилежною ознакою є беззахистність. Люди відкриті для переживання вміють розуміти власні переживання, відчувати всю сферу вісцеральних, сенсорних, когнітивних переживань без переживання загрози. Всі переживання (внутрішні та зовнішні) символізуються в свідомості людини без спотворень. Наступна характеристика - екзистенційний спосіб життя – тенденція жити повним насиченим життям, кожен момент якого повноцінно проживається.

Наступна характеристика - організмична довіра – це здатність людини приймати власні переживання і відчуття та розглядати їх, як основу для

прийняття рішень.

Емпірична свобода – це аспект гарного життя, що полягає в тому, що людина може жити так, як хоче, без обмежень та заборон.

Найзначущіша адаптивна характеристика особистості – це креативність, що пов'язана з оптимальною психологічною зрілістю, оскільки творчіть та продукти творчості виникають у людини, яка живе гарним життям. Творчі люди прагнуть жити конструктивно та адаптивно в своїй культурі. Вони здатні творчо адаптуватися до змінних умов оточення, не будучи комформістами.

У науковій концепції Е.Фромма адаптованість людини представлена у можливості бути автономним та унікальним, не втрачаючи при цьому єднання з іншими людьми та суспільством. Він називав вид свободи, при якій людина переживає себе як частину світу, і в той же час не залежить від нього - позитивною свободою. Саме любов і праця є основними компонентами, за рахунок яких здійснюється позитивна свобода засобами спонтанної активності [195; 196].

У межах диспозиційної теорії, зокрема у науковій роботі Г.Олпорта, адаптованій, зрілій особистості притаманні такі особистісні риси: наявність широких меж Я (уміння подивитися на себе зі сторони, активно брати участь у сімейних, професійних та інших соціальних стосунках, наявність хоббі, зацікавленість у політичних та релігійних питаннях та інших); здатність до теплих соціальних стосунків, а саме до дружніх стосунків та співчуття; емоційна нестурбованість та самоприйняття (позитивне ставлення до себе, толерантність до розчарувань та дратівливих факторів); реалістичне сприйняття та досвід прийняття (можливість бачити навколишній світ таким, яким він є, а не таким, яким хотілося б, щоб він був); здатність до самопізнання та почуття гумору (знання своїх сильних та слабких сторін, почуття гумору перешкоджає самозвеличенню та марнославству); наявність цілісної життєвої філософії (бачення цілісної картини життя за рахунок послідовного виділення та узагальнення значущих подій у житті) [119].

Г.Бал при розгляді феномену адаптації та його значення в психології

особистості виокремлював центральне наукове положення про універсальний характер взаємозв'язку між компонентами соціальної та фізичної систем. Науковець наголошував на тому, що провідним в адаптації є не пристосування людини до соціального середовища, а врівноваження взаємодії людини і середовища, що може досягатися за рахунок тієї соціальної системи, до якої людина належить. При взаємодії людини та середовища варто враховувати багатоаспектність обох понять, тобто особистісний розвиток розширює і взаємодію з ширшим колом середовища [10; 11].

У науковому напрямі психології вчинку В.Роменець зазначав, що обмеженість особистості стає засадою її соціальної природи. Потреба опори в іншому, ущербність одиничного існування викликає необхідність поєднання внутрішньоособистісного світу людини та світу соціального середовища, що сприяє винайденню самодостатності [160].

Вплив ціннісних орієнтацій як мотиваційно-сміслових регуляторів адаптації, зокрема професійної, розкритий у наукових здобутках Ж.Вірної. Також науковець описує компоненти соціальної зрілості особистості: ціннісно-смісловий, емоційно-оцінний та регулятивно-поведінковий [31; 32; 33; 245; 246].

Взаємозв'язок особистісної культури та соціальної адаптації розкритий у наукових роботах І.Візнюк. Автор надає значної уваги культурологічному розвитку особистості, що впливає на різні види соціального адаптування, зокрема професійного [28; 29; 30; 247].

Адаптивні функції самосвідомості та взаємозв'язок самосвідомості особистості з соціальним адаптуванням розкритий у наукових роботах А.Налчаджяна, К.Роджерса, О.Фурман, А.Фурмана [48; 115; 116; 156; 157; 198; 199].

А.Налчаджян зазначає, що регресивні процеси Я-концепції провокують соціальне відчуження особистості, а, наприклад, динамічне-Я формується відповідно до можливих соціальних успіхів особистості. Ідеальне-Я (Л.Кольберг, М.Розенберг, Ж.Піаже) залежить від рівня морального розвитку

особистості, моральної соціалізації та зрілості [115; 116].

Через такий механізм соціалізації, як ідентифікація, що формується як наслідування інших, формується самосвідомість та адаптація (І.Дженіс, В.Столін). Синдром Пеле описаний у психологічній науці, розкриває ідеальне-Я індивіда, що формується у наслідуванні значущого соціального ідеалу[50; 172].

Соціально-психологічну адаптацію як процес взаємодії особистості з середовищем, за якого зважає на особливості середовища і активно впливає на нього, щоб забезпечити реалізацію власних потреб та значущих зв'язків описав у своїх наукових працях С.Максименко [2].

А.Налчаджян описав виокремив види соціально-психологічної адаптації: нормальна, девіантна та патологічна адаптація.

Нормальна соціально-психологічна адаптація – адаптивний процес особистості, який призводить до стійкої адаптації в типових проблемних ситуаціях без патологічних змін її структур та без порушень соціальної структури, в якій відбувається адаптація.

Варто зазначити, що нормальна соціально-психологічна адаптація також поділяється на види: захисну та незахисну. В свою чергу нормальна захисна адаптація, на думку А.Налчаджяна, – це дії особистості у відповідь на фрустраційну ситуацію, що здійснюються за допомогою захисних механізмів (агресії, раціоналізації, витіснення, проекції, регресії, формування зворотної реакції та сублимації), якщо зазначені механізми не стали патологічними. Незахисна соціально-психологічна адаптація виникає у нефрустраційних проблемних ситуаціях, що вимагають від особистості прийняття раціонального рішення. Для досягнення адаптації в умовах нефрустраційної ситуації застосовуються: пізнавальні процеси особистості, процеси цілеутворення, групові соціально-психологічні механізми розв'язання задач, різноманітні форми соціальної поступливості, процеси спілкування та обміну інформацією, інтелектуалізація індивідуального життєвого досвіду.

Оскільки більшість реальних життєвих проблем достатньо складні, то в більшості випадків застосовується змішаний захисно-незахисний тип соціально-психологічної адаптації. Зазначений тип адаптації виникає тоді, коли особистість частково фрустрована, проте є необхідність конструктивно виконувати завдання, пов'язані із її соціальними ролями.

Девіантна адаптація – це процес соціальної адаптації особистості, що забезпечує задоволення її потреб у групі або соціальному середовищі, в той час як очікування інших учасників соціального процесу не виправдовуються такою поведінкою. Девіантна адаптація має два підвиди: неконформна адаптація – процес соціально-психологічної адаптації особистості, завдяки якому вона долає внутрішньогрупову проблемну ситуацію незвичними для членів групи способами, в результаті яких вступають у конфліктну взаємодію з групою; новаторська адаптація – різновид людської діяльності або виконання ролі, під час яких особистість усвідомлює нові цінності, здійснює нововведення в галузі культури.

Патологічна адаптація – соціально-психологічний процес, така активність особистості в соціальних ситуаціях, що повністю або частково здійснюється за допомогою патологічних механізмів та форм поведінки, що призводить до патологічних рис характеру [115; 116].

Відповідно до концепції А.Налчаджяна виокремлено два вектори функціонування адаптації: зовнішня адаптація – адаптаційний процес, за допомогою якого особистість пристосовується до зовнішніх, об'єктивних ситуацій; внутрішня адаптація – адаптація спрямована на вирішення внутрішніх конфліктів за допомогою вже сформованих адаптаційних механізмів [115; 116].

При розгляді соціально-психологічної адаптації як процесу і результату активного пристосування людини до видозміненого середовища постає питання про її вплив на особистість та утворення особистісних властивостей, пов'язаних з результатами цього процесу.

Г.Сельє у концепції загального адаптаційного синдрому, розглядав

адаптованість особистості як відсутність у особистості тривоги, а неадаптованість пов'язував з наявністю проявів стану тривоги. При тривалому перебуванні організму в екстремальних умовах настають значні зміни – фізіологічні, психологічні та соціально-психологічні, які набувають уже незворотного характеру [168].

Відповідно до наукових положень А.Налчаджяна, А.Фурмана [115; 198] адаптованість – це особистісна властивість, що полягає у можливості адаптуватися до широкого спектру соціальних ситуацій, що виникають у соціальному середовищі. Протилежною до адаптованості є особистісна властивість – дезадаптованість, що визначає рівень та результат функціонування психіки, виражається у неможливості адаптуватися до власних потреб і бажань. Центральною ознакою дезадаптованості є переживання довготривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів та негативних емоційних станів, внаслідок стресогенних факторів, без знаходження адекватних психічних механізмів і форм поведінки, що необхідні для їх розв'язання.

Проблема соціально-психологічної дезадаптації та дезадаптованості особистості розкрита у наукових працях: А.Адлера [3;4], Г.Айзенка [194], І.Візнюк [28; 29], Т. Комар [73; 180], А.Налчаджяна [114; 115], Л.Собчик [171], С.Розума [158], М. Томчука [180], А.Шевцова [219; 220; 233].

Важливою складовою соціально-психологічної адаптації особистості зрілого віку є професійна адаптація, оскільки саме вона забезпечує реалізацію провідної діяльності та має важливе соціальне значення для життєдіяльності суспільства.

Е.Клімов зазначав, що важливим показником засвоєння професійно-функціональної ролі є стан адаптованості особистості до соціальних умов праці. Адаптація ґрунтується не лише на пасивно-присосовницьких, але й активно-перетворюючих зв'язках особистості з навколишнім середовищем, що є взаємопов'язаними [66; 67].

С.Шандрук у своїх наукових роботах розглядає адаптивну поведінку як пристосування до довкілля, коли організм особини змінюється, а довкілля



залишається незмінним, що і стимулює творчий пошук. У результаті діяльнісного реалізування адаптивна та творча складова пошукування об'єднуються такою рисою, як доцільність [210; 211; 212; 213].

Головною ознакою творчої особистості автор вважає творчі якості, тобто індивідуально-психологічні особливості, які відповідають вимогам діяльності і є умовою її виконання.

Креативність і спонтанність як ознаки та наслідок соціально-психологічної адаптації розглядалися у психодраматичному психологічному напрямі (Я.Морено, З.Морено) [110; 249].

С.Максименко визначав креативність як глибинну, первісну і абсолютно природну ознаку особистості, як вищу форму активності, що створює і залишає слід, виражає внутрішній світ особистості і створює зовнішній світ. А творчість у працях науковця висвітлена з точки зору аналізу психологічних складових, які необхідні при переході людини від перцептивних задач до більш складних проявів пізнавальної, духовної та продуктивної діяльності [99; 100].

Творчий потенціал як передумова успішної адаптації особистості, зокрема професійної, всебічно розглядався у наукових роботах Ж.Вірної, А.Кестлера, А.Массанова, О.Паламарчук, Р.Роланда, Е.Торранса, В.Шахова та інших науковців [32; 105; 122; 123; 124; 214; 215; 216]. Вплив емоційного інтелекту на соціальну та професійну адаптацію висвітлено у наукових працях О.Лящ [95; 96; 97; 98].

Тобто, при розгляді проблеми соціально-психологічної адаптації особистості варто зазначити її результат особливостей особистості, потрібно враховувати два вектори – зовнішні фактори адаптування, тобто ті соціальні умови, що сприяють зазначеному процесу, та внутрішні чинники адаптування, що виражені у вироблених захисних механізмах та особистісних характеристиках, емоційних станах та поведінкових стратегіях.

Застосування методу науково-психологічного аналізу сприяло узагальненню наукових психологічних підходів розгляду соціально-психологічної адаптації особистості. У проаналізованих наукових підходах

адаптація розглядається як процес та результат двосторонньої взаємодії індивіда і середовища, в результаті якої відбувається гармонізація зазначеної взаємодії. При описі внутрішніх особистісних чинників соціально-психологічної адаптації представники різних психологічних напрямів надають перевагу основоположним концептам власних теорій: поведінці, діяльності як основним засобам та наслідкам адаптації, переживанню емоційних станів, ціннісно-потребовій сфері особистості, самопізнанню та когнітивним процесам, способам подолання внутрішньоособистісних конфліктів та захисних механізмів, як наслідок адаптування розглядається розвиток креативності та спонтанності.

## **1.2. Гармонізація Я-концепції учасників військових дій**

Однією з найбільш актуальних проблем сучасної психології є визначення поняття "Я-концепція". Це пов'язано з великою кількістю існуючих напрямів психології, що пропонують власне трактування досліджуваного предмета та багатогранністю даного явища.

Формування особистості супроводжується цілим рядом внутрішніх змін, зокрема розвитком такого особистісного утворення, як Я-концепція. Поява у науковій психології поняття "Я-концепція" пов'язане з розумінням того, що основоположною субстанцією особистості є Я. Адже свого часу О.М. Леонтьєв стверджував, що особистість народжується двічі: у 3 роки, коли індивід прагне до самостійності та говорить: «Я сам» (виникає свідомість) і у підлітковому віці, коли активно розвивається рефлексивність та людина говорить: «Я розумію себе» (формується самосвідомість) [91]. Зауважимо лише принциповий момент: свідомість спрямована на зовнішній світ, а самосвідомість – на внутрішній простір людини. Крім того, самосвідомість – це процес, з допомогою якого особа пізнає себе, а відтак й ставиться до себе. Її продуктом є уявлення людини про себе, тобто про власну Я – концепцію [240].

При розгляді поняття "Я-концепція" варто зазначити, що це сукупність уявлень людини про себе, що формується поступово, в процесі онтогенезу, під час соціальної взаємодії і самопізнання, надає людині самототожності і ідентичності, до компонентного складу належить сукупність образів власного Я.

Насамперед Я-концепція залежить від зовнішніх впливів, тобто від того, в якому середовищі людина знаходиться, але коли вона сформувалася, то починає виконувати самостійну роль, відповідно, і навколишній світ і власне себе сприймає через призму власного досвіду і утворених конструктів Я-концепції. Таким чином, Я-концепція діє як внутрішній фільтр, через який проходить весь життєвий досвід людини, що в подальшому осмислюється і отримує нові знання [240].

Дослідження Я – концепції особистості досить широко проводилося в межах наукових підходів: функціональномуістичному (У. Джемс і інші.) [50]; інтераціоналістичному (Ч. Кулі, Дж. Мід, А.Налчаджян і інші) [107; 116]; когнітивному (М. Розенберг, Дж. Роттер, І. Кон, Т. Шибутані, А. Налчаджян.) [74; 75; 218; 116]; психоаналітичному (А. Адлер, З. Фрейд, К. Хорні, Е. Еріксон) [4; 193; 194; 201; 222; 234]; екзистенційному (Р. Бернс, К. Роджерс, С. Петер і інші.) [15; 156; 157].

І. Кон, висвітлюючи еволюцію «Я» як наукову проблему, акцентуючи увагу на надзвичайній складності цієї проблеми, у тому числі на труднощах класифікації відповідних психологічних концепцій, тому що вони диференціюються за різними засадними лініями теоретизування [74; 75].

За предметом: одні науковці цікавляться насамперед суб'єктивними властивостями індивіда, внутрішніми джерелами його активності, ідентичності та Его (персоналістична психологія, фрейдизм, екзистенціалізм, его - психологія); інші досліджують переважно «образ Я» як елемент самосвідомості.

За теоретичним контекстом або кутом зору, під яким розглядається проблема Я: коли точкою відліку є теорія особистості, то Я найчастіше

розглядається як певна структурна єдність, й увага надається здебільшого його регулятивній функції; і навпаки, в контексті теорії свідомості першочерговими стають когнітивні особливості процесів самосвідомості, адекватності самооцінок і т. ін.[75].

Істотно відмінною є методологічна стратегія дослідження. Так, підхід до вивчення самооцінок змінюється залежно від того, чи розглядаються вони вченими як безпосередні компоненти аналізованого образу, чи тільки як індикатор окремих глибинних і неусвідомлюваних особистістю якостей [75].

Дослідження різних сторін, аспектів, характеристик Я-концепції в межах зазначених підходів дозволило виділити її функції, структурну організацію, зв'язки з іншими особистісними утвореннями. Адже “образ Я” включає в себе певний набір компонентів взаємовідношень зі світом (уявлень про своє тіло, свої психічні властивості, моральні якості, професійне самовизначення), їх конкретний зміст і значимість варіює в залежності від соціальних, психологічних та нормативних умов. Крім того, людина не просто “впізнає”, відкриває, але й активно формує себе. Усвідомлення та прийняття власних особливостей (особливо після пережитого воєнного досвіду) змінює самооцінку і рівень домагань, але і самі ці особливості не тільки виявляються, але й формуються в процесі певної діяльності [ 180; 240 ].

Незважаючи на велику кількість досліджень із зазначеного проблемного питання, малодослідженими є лінії порушення дисгармонізації цього найважливішого особистісного утворення, особливо внаслідок бойової травматизації.

Я-концепція виникає на основі взаємодії особистості із соціумом. Позитивна Я-концепція корелює з високою самоадаптованістю людини. Це означає, що людина живе у благополуччі, у її внутрішньому світі переважають дбайливе ставлення до себе, самоповага, прийняття себе, відчуття власної цінності, віра в успіх, оптимізм, довіра і внутрішня свобода (Р. Бернс [15], К. Роджерс [157], Е. Еріксон [222]).

Введення Я-концепції як складової психологічної структури особистісної адаптованості цілком закономірне, якщо зважити на те, що Я-концепція є стрижневим утворенням онтогенетичного розвитку людини і характеризує не тільки систему самосприйняття, а й потенційного діяння, вчинкового проживання і творення довкілля та власного Я (Р. Бернс [15], В. Джемс [50], Е. Еріксон [222], І.С. Кон [75], К. Роджерс [157] та ін.).

Я-концепція – це відносно стійка, більшою чи меншою мірою усвідомлена, неповторна система уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він будує взаємодію з іншими людьми і відноситься до себе [48; с. 796].

До компонентного складу Я – концепції входять ті базові принципи, які визначають і регулюють життя, вони складають ядро особистості і спрямовують її прогресивний рух.

Я – концепція – це не лише продукт самосвідомості, а й важливий чинник спричинення людської поведінки, діяльності, тобто таке внутрішнє утворення, котре фундаментально опосередковує і нашу особисту позицію, і набір соціальних ролей, і професійний статус, і навіть нашу долю [48].

Одним з перших психологів, які займалися вивченням Я-концепції, був У. Джемс. Саме йому належить перша і досить глибока теорія вивчення особистісного Я, яке він розглядав у контексті самопізнання. Науковець виділив два аспекти у роздумах особи про себе – самосвідомість та саморозуміння. Самосвідомість складається із зосередження на власному Я та емоційної ідентифікації із своїми властивостями, а саморозуміння містить: 1) особисті пригадування; 2) власні когнітивні образи; 3) теорії Я, котрі можуть виконувати функцію інтеграції особистих пригадувань та образів. Останні змінюються у процесі розвитку.

Отже, саме соціальний контекст розвитку надає змогу особистості формуватися через суспільну взаємодію. У процесі соціального становлення особистості формується не лише самосвідомість, а й саморозуміння, за допомогою якого особистість самовизначається у проблемному просторі актуальних і потенційних соціальних стосунків [240].

Вивчення Я як об'єкта передбачає виділення чотирьох складових аспектів: духовне Я, матеріальне Я, соціальне Я і тілесне Я, які й утворюють для кожної людини унікальний образ або сукупність уявлень про себе як особистість.

Духовне Я – внутрішнє і суб'єктивне буття людини. Набір його релігійних, політичних, філософських, моральних установок. Матеріальне Я те, що людина ототожнює з собою (дім, власність, сім'я, друзі).

Соціальне Я - визнання і повага, які отримує людина від соціуму, його соціальна роль. Фізичне Я - тіло людини, його первинні біологічні потреби [5].

У соціологічному вивченні Я-концепція представлена у наукових працях представників символічного інтеракціоналізму Ч. Кулі і Дж. Міда.

Ч. Кулі і Дж. Мід запропонували характеризувати індивіда через соціальну взаємодію. На думку науковців, Я та Інші утворюють єдине ціле, тому що суспільство, організуючи низку поведінкових реакцій громадян, накладає певні соціальні обмеження на поведінку кожного з них. Я – концепція формується під час організованого засвоєння цінностей, установок і ролей, переважно методом спроб і помилок щодо успішної безперервної взаємодії [202].

На наш погляд, такий розгляд проблеми Я-концепції є не зовсім виправданим, оскільки в даному випадку структура Я-концепції стає ситуативно обумовленою, і не є стійкою.

Узагальнення теоретичних підходів до визначення Я-концепції дає підстави стверджувати про багатоаспектність вивчення самого поняття. Зокрема як: систему уявлень людини про себе, про свої фізичні, інтелектуальні, характерологічні, соціальні та інші властивості (Р. Бернс, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс); уявлення про себе та приналежність собі (В. Джемс); власне самосприйняття (Т. Шибутані); відносно стійку, не завжди усвідомлювану, неповторну систему уявлень індивіда про себе, на основі якої він будує свої взаємостосунки з людьми (І. Кон, В. Петровський і М. Ярошевський) [15; 50; 74; 104; 111; 157; 218; 227].

3. Фрейд розглядав психосексуальний розвиток як біологічно обумовлений процес, характерний для будь-якої людини, незалежно від

культуральних впливів. Відповідно до його уявлень внутрішня сутність людини є наслідком вроджених, генетично успадкованих факторів [192; 193; 194].

На відміну від теорії З. Фрейда, в теорії індивідуальної психології А. Адлера Я-концепція розглядається як стиль життя індивіда, який формується в перші п'ять років життя дитини. Стиль життя А. Адлер розглядав як індивідуальність особистості, яка виражається і формується в певному оточенні. Таким чином, на відміну від З. Фрейда, А. Адлер вважав, що соціальна ситуація є основним фактором при формуванні та розвитку Я-концепції. Не погодитися з автором можна лише в тому, що Я-концепція завершує своє формування до п'яти років. Ми вважаємо, що, безумовно, основи Я-концепції закладаються в ранньому віці, але в процесі розвитку вона якісно змінюється [202; 240].

У психіці будь-якої людини відбувається конфлікт між бажанням (волею до могутності) і можливістю (неповноцінністю). Проблемність у взаємодії індивіда з суспільством А. Адлер обґрунтовує невротичним стилем життя, який є наслідком несприятливих умов дитинства і характеризується такими особливостями, як егоцентризм, відсутність співпраці, нереалістичність [4]. Цей невротичний, або помилковий, стиль життя супроводжується постійним відчуттям загрози самооцінці, невпевненістю в собі, загостреною чутливістю, що призводять до проблем у стосунках з оточуючими [240].

К. Юнг у своїх наукових працях не виділяв поняття Я-концепції, проте в його теорії існує поняття "самість особистості", яке він розглядав як первинний образ, архетип, - комплекс, існуючий у колективному несвідомому. Самість - це архетип цілісності, символ повноти людського потенціалу та єдності особистості [194; 223].

Підхід Е. Еріксона є послідовним продовженням психоаналітичної концепції З. Фрейда, що акцентує увагу на соціокультурному контексті "становлення усвідомленого Я індивіда, яке представлене у вигляді Его. Проблематика Я-концепції розглядається Е. Еріксоном крізь призму Его-

ідентичності, що представлено як продукт певної культури біологічного походження. Характер Его-ідентичності визначається особливостями культури, до якої належить індивід і індивідуальними можливостями індивіда. Джерелом Его-ідентичності, на думку науковця, є культурно значуще досягнення [194; 222].

На наш погляд, необхідно відзначити, що, не дивлячись на те, що Е.Еріксон представив у своїй теорії досить розгорнуте поняття про розвиток Его-ідентичності, однак, на жаль, автор у своїй роботі не приділяв уваги такому аспекту, як структура і зміст даного феномена. Крім того, ми вважаємо, що ототожнення понять "Я-концепції" і "Его - ідентичності" не зовсім обгрунтоване, оскільки, за визначенням самого Е. Еріксона, Его-ідентичність є «суб'єктивне почуття безперервної самототожності», що вказує лише на афективну сторону даного поняття. Я-концепція не може, на нашу думку, розглядатися тільки з позиції емоційного-забарвлення, оскільки не беруться до уваги важливі для особистості когнітивний та поведінковий аспекти. Зазначені уявлення власного сприйняття переважно визначені ставленням до соціуму, що в свою чергу реалізується поведінкою індивідуума [240].

Сучасний стан теоретичних розробок у вивченні Я-концепції індивіда значною мірою досягнуто завдяки науковим працям К. Роджерса, власне його феноменологічному підходу. Поняття Я-концепції виникло в 1950 році в змістовному контексті феноменологічної (гуманістичної) психології, представники якої (А. Маслоу, К. Роджерс та ін.), на відміну від біхевіористів і фрейдистів, цілісно інтерпретували людське Я та його особистісне самовизначення у мікросоціумі. Автор розглядає Я-концепцію як систему самосприйняття, а не як окреме реальне Я [156]. К. Роджерс у своєму науковому здобутку зазначав, що внутрішня структура Я формується в процесі взаємодії з навколишнім середовищем, зокрема зі значимими іншими (батьками, сестрами, братами і т.д.). У якості ядра особистості він розглядав Я-концепцію, представлену динамікою співвідношення Я-реального і Я-ідеального. На його думку, в структурі особистості співіснують ці дві інстанції,



які повинні працювати узгоджено. Згідно з пропонованим підходом К. Роджерса, Я-концепція є організований, послідовний концептуальний гештальт, складений з сприйнять властивостей Я або мене і сприймань взаємовідносин Я або мене з іншими людьми і з різними аспектами життя, а також цінності, пов'язані з цим сприйняттям. Цей гештальт доступний усвідомленню, хоча не обов'язково усвідомлюваний.

Дослідник підкреслює, що Я-концепція включає не тільки наше сприйняття того, які ми є, але й те, якими хотіли б бути, якими, на нашу думку, повинні бути [156;193; 194]. Цей компонент Я К. Роджерс позначив як Я-ідеальне, тобто уявлення про себе, до якого людина найбільшою мірою прагне і яке цінує.

На наш погляд, К. Роджерсу першому з психологів вдалося скласти найповнішу картину феномена Я-концепції і вказати на її важливість у процесі формування та розвитку особистості в цілому[156].

У свою чергу Р. Бернс, засновник інтегрально-інтеракціоналістського підходу, назвав Я-концепцію сукупністю установок на себе і визначив її як динамічну сукупність властивих кожній особистості установок, спрямованих на саму особу [15]. Аналізуючи дослідження У. Джемса, Дж. Міда, Е. Еріксона, К. Роджерса, він виділив три основні модальності самоустановок: реальне Я, дзеркальне Я та ідеальне Я; при цьому кожна з них включає чотири підструктури: фізичне Я, соціальне Я, розумове Я та емоційне Я[15; 48].

На думку Р. Бернса, реальне Я - це установки, пов'язані з тим, як індивід сприймає свої актуальні здібності, ролі, свій статус, тобто його уявлення про те, яким він є насправді. Дзеркальне Я (соціальне) - установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, яким його бачать інші. Ідеальне Я - це установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, яким він хотів би стати [15].

У той же час, значний внесок у вивчення проблеми Я-концепції належить представникам радянської психології: Б. Ананьєву, І. Кону, Д. Леонтьєву, С. Рубінштейну, В. Століну [5; 6; 7; 74; 75; 92; 162; 172]. Вітчизняний науковець С. Максименко розглядає Я-концепцію у контексті здійснення особистості. У наукових працях психологів розглядається проблема

Я-концепції через призму поняття "самосвідомість". При цьому під самосвідомістю особистості розуміється сукупність її уявлень про себе, що виражається в Я-концепції і в оцінці особистістю цих уявлень (самооцінки) [99]. З погляду вітчизняної психології, самосвідомість є складним психічним процесом, сутність якого полягає у сприйнятті особистістю численних образів самої себе в різних ситуаціях діяльності та поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і в поєднанні цих образів у єдине цілісне утворення поняття Я, власної індивідуальності [167].

Таким чином, можна говорити про те, що дані автори ототожнюють поняття самосвідомості та Я-концепції. Однак відкритим залишається питання про виправданість такого ототожнення.

Так, згідно з ідеями В.Століна та А.Асмолова, Я-концепція є центральним утворенням самосвідомості, яка представляє собою узгоджену несуперечливу і вербально зафіксовану систему уявлень людини про саму себе, підсумок пізнання й оцінки самого себе через окремі Я-образи в умовах різних ситуацій. На думку авторів, Я-концепція є вершиною самосвідомості. Це найбільш усвідомлений, раціональний її компонент. Поряд з Я-концепцією, у самосвідомості є так само й інші, менш усвідомлені компоненти, такі як самоствавлення, самооцінка і Образ Я. Всі зазначені компоненти є динамічними складовими процесу самосвідомості, обумовлені реальною життєдіяльністю особистості [172].

І. Кон формулює рівневу концепцію Я-образу, використовуючи поняття установки. В цілому Я-образ розуміється як настановна система. Установки володіють трьома компонентами: когнітивним, афектним і похідним від перших двох поведінкових (готовність до дій щодо об'єкта). Нижній рівень Я-образу, на думку автора, становить неусвідомлені, представлені лише у переживанні установки, що традиційно асоціюються із самопочуттям і емоційним ставленням до себе [75].

Вивчення різних варіантів структурування особистісного Я показало, що Я-концепція багатоконпонентна, тому в нашому дослідженні ми будемо

розглядати її як психологічну єдність когнітивного, афективного і поведінкового компонентів. Когнітивний компонент - образ Я, до якого відноситься зміст уявлень про себе (думаю, знаю про себе); афективний або емоційно-оцінний компонент - пережите ставлення до себе в цілому (загальне прийняття чи неприйняття себе) і до окремих сторін своєї особистості; до цього компонента відноситься система самооцінок (ставлюся до себе, оцінюю себе); поведінковий компонент - характеризується проявом Я в поведінці, тобто прояв перших двох компонентів у поведінці (роблю, роблю, зраджую себе) [240].

Змістовна структура Я-концепції поділяється за різними критеріями. За модальністю: Я-реальне (який я насправді); Я-ідеальне (яким я хотів би бути), ступінь розбіжності між цими аспектами Я-концепції вважається причиною відмінностей у рівні самооцінки.

За характером властивостей людини Я-концепція поділяється на: Я-фізичне, Я-соціальне, Я-інтелектуальне, Я-особистісне. За тимчасовим вимірюванням зміст Я-концепції поділяється на Я-минуле, Я-теперішній і Я-майбутнє.

Найважливішою функцією Я-концепції є набуття внутрішньої узгодженості особистості, відносної стійкості її поведінки, іншими словами, набуття ідентичності.

Я-концепція формується під впливом життєвого досвіду людини, в якому особливо важливу роль відіграють дитячо-батьківські стосунки. Однак ще з раннього вікового періоду Я-концепція набуває активної ролі, впливаючи на інтерпретацію цього досвіду, на ті цілі, які людина ставить перед собою, на відповідну систему очікувань, прогнозів щодо майбутнього, оцінку досягнень і тим самим на власне становлення, розвиток, діяльність і поведінку [240].

Я – концепція – не лише продукт самосвідомості, а й важливий чинник спричинення людської поведінки, діяльності, вчинку, тобто внутрішнє утворення, котре фундаментально опосередковує і нашу особисту позицію, і набір соціальних ролей, і професійний статус, і навіть нашу долю [ 48;52].

Формування Я- концепції особистості – це тривалий і складний процес, який відбувається під впливом виховання та життєвого досвіду, діяльності та спілкування з іншими.

Я-концепція – стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття такою, якою вона є, і хоче бути в ідеалі, і має обов'язково стати [48].

Дослідники з галузі психології розвитку А.Реан та Г.Крайг виокремили у своїх наукових працях особливості Я-концепції особистості в віковому періоді – зрілість. Розвиток дорослої людини автори описують у контексті трьох самостійних систем, що співвідносяться з різними аспектами її Я. До них належить розвиток особистого Я, Я як члена сім'ї (доросла дитини, шлюбний партнер або батько/мати) і Я робітника. Зазначені системи взаємопов'язані. Ще одна важлива складова Я-концепції дорослого – Я-індивідуальне, що розкривається через встановлення власної ідентичності в близьких стосунках з іншими людьми [87; 153].

Перенесені травми ведуть за собою дисгармонізацію Я-концепції. Дисгармонізація веде за собою дезінтеграцію Я-образів (Я-реальне, Я-ідеальне, Я-дзеркальне) і дезорієнтацію часової протилежності Я ( дисбаланс Я-минулого, Я – теперішнього, Я- майбутнього), підсилення екстернальної тенденції в суб'єктивному контролі. В тому випадку, якщо очікування не збігаються, утворюються захисні механізми психіки. Вони допомагають людині інтерпретувати події таким чином, щоб вони відповідали її образу Я. Отже, дисгармонія Я-концепції ветеранів антитерористичної операції (операція Об'єднаних сил) є фактором соціальної дезадаптації особистості.

Таким чином, як показав теоретичний аналіз літератури з проблеми Я-концепції, досі не існує єдиного, чіткого визначення даного явища, яке розкривало б усі основні його особливості. Багато в чому це пов'язано з

термінологічної підміною або ототожненням понять Я-концепції, Я-образу, самосвідомості, самості та інших.

На початкових етапах наукового вивчення Я, науковці ототожнювали його з ідентичністю. Проте Я – це той простір, у якому відбувається власна ідентифікація та ідентифікація з навколишнім світом.

У подальшому науковому пошуку виникли зацікавлення самосприйняттям Я. А саме, як Я представлене через різні сфери предметності, Я- психологічне, Я-соціальне, Я- фізичне. Було визначено, що Я співіснує не в предметному визначенні, а в якісних ознаках. Самовизначення Я - це самовизначення в предметному світі.

Конструкт Я- образ відображає взаємодію індивіда зі світом. Цей конструкт узагальнює досвід індивіда, проте він мало структурований, досить рухомий ( Я- реальне, Я- потенціальне, Я – ідеальне).

Адаптивні функції самосвідомості розкриті у наукових роботах А. Налчаджяна. Автор зазначає, що Я-концепція є результатом соціально-психологічної адаптації до типових життєвих ситуацій, а особливості Я-концепції та особливих її підструктур, зокрема стійкість, є показником, що особистість адаптувалася. Проте А. Налчаджян зазначає, що в структурі особистості можуть існувати як адаптуючі, так і дезадаптуючі підструктурні утворення Я-концепції [115].

У науковому дослідженні А.Шевцова та І.Чухрій розкрита специфіка та компонентний склад учасників ООС з порушеннями функцій опорно-рухового апарату, до якого належать: Я-фізичне (складний біосоціальний комплекс, який складається з досвіду функціонування індивіда як фізичного об'єкта і формується під впливом оцінок фізичного тіла з боку соціального оточення, існуючих норм, уявлень і стереотипів); Я-психічне (включно з ідентичністю та генеративністю); Я-соціальне, в якому виділяється Я-професійне (становлення професійної ідентичності, професійний досвід), Я-сімейне (член сім'ї, доросла дитина, шлюбний партнер, батько або матір), Я-учнівське (досвід та спрямованість суб'єкта навчальної діяльності) [219; 220; 233].

У своєму науковому здобутку І. Чухрій описала вплив такого компонента, як Я-фізичне впливає на соціальну та соціально-психологічну адаптацію осіб, які набули обмежень життєдіяльності в молодому віці. На думку автора, політравматизація ветеранів ООС спричинена участю у військових діях та набутті порушень функцій опорно-рухового апарату спричинює підвищення значущості в структурі Я-концепції компоненту Я-фізичне, який, в свою чергу, змінює структурний склад Я-концепції [206].

На думку автора, представлені компоненти Я-концепції, можуть бути розвинуті в різних пропорційних співвідношеннях, проте гармонійність Я-концепції є наслідком їх рівнозначущості. І відповідно дисгармонійність Я-концепції визначається різкою відмінністю у показниках зазначених компонентів.

Розглядаючи дисгармонійність Я-концепції учасників ООС, важливо зазначити, що вона виникає внаслідок переважання однієї складової (компонента) над іншими. Також участь у військових діях може спричинити порушення здоров'я. Будь-яке порушення здоров'я людини може спричинити зростання компонента Я-фізичне, що впливатиме на гармонійність Я-концепції, а саме – зменшуватиме показники Я-соціального та Я-психічного і в кінцевому результаті спричинюватиме дисгармонійність.

За результатами теоретичного аналізу представленого у попередньому розділі дисертаційного дослідження, встановлено, що ускладнення соціально-психологічної адаптації, а у випадку учасників ООС до мирного життя, характеризуються порушеннями різних особистісних сфер, що може ускладнювати можливість працевлаштування, що може знизити вираження Я-професійного, що співвідносне не лише з провідною діяльністю зрілої особистості, але й з виконанням основних завдань зазначеного періоду.

Участь у війні одного з членів сім'ї може ускладнювати специфіку внутрішньосімейних стосунків. Зазначені особливості можуть позначитися і на такому компоненті, як Я-сімейне. Проте відповідно до сучасних досліджень, саме на сім'ю припадає основне навантаження адаптації учасника ООС, і саме

сім'я розв'язує численні наслідки військових дій. Хоча частина сімей не витримують зазначеного навантаження та розпадаються. Вищезазначене може впливати на такий компонент Я-концепції, як Я-сімейне.

Пережита травма участі у військових діях може спричинювати перешкоди у саморозвитку та самоосвіті, а у деяких випадках, коли необхідно здобути нову професію, освіті учасника ООС. Це зумовлено нищівним впливом травматичного досвіду на когнітивні та емоційні процеси особистості. Вищезазначене може вплинути на Я-психічне та Я-учнівське.

Важливо, щоб усі зазначені компоненти Я-концепції учасників ООС (окрім Я-фізичного, що важливий на більш ранніх стадіях розвитку) були гармонійно пропорційними, оскільки нереалізованість в одному компоненті, внаслідок механізмів компенсації, викликає гіпертрофований розвиток інших компонентів. Порушення компонентного складу Я-концепції може спричинити її дисгармонійність.

За результатами аналізу наукових робіт встановлено, що Я-концепція особистості – це стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття та ідеалістичного уявлення про себе. Я-концепція, яка виконує адаптивну, прогностичну та захисну функції. Виокремлено структуру Я-концепції учасників ООС, до якої належать такі компоненти, як Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне, що представлене Я-професійним, Я-сімейним та Я-учнівським.

Дисгармонійність Я-концепції пов'язана з непропорційністю розвитку компонентів Я-концепції, що може виникати внаслідок трансформаційних змін, спричинених участю у військових діях. Гармонійність Я-концепції пов'язана з соціально-психологічною адаптацією особистості та рівномірному розподілі основних компонентів, розвиток яких є відповідним основним завданням вікового періоду зрілості.

### 1.3. Модель взаємозв'язку Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил

На території України з 2014 року тривають військові дії, які нищівним чином впливають на все її населення, а особливо на учасників операції Об'єднаних сил (ООС).

Проблема соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників військових дій стоїть гостро у всіх країнах світу, які залучені до збройних конфліктів, оскільки будь-яка війна несе для суспільства як безпосередні, так і відтерміновані наслідки: ціннісно-сміслові та моральні девіації учасників, їх негативні психічні стани (дезадаптація, зниження опірності організму, нервово-психічне перенапруження); перехід сформованих психічних станів у посттравматичний стресовий розлад та інші.

Вплив травми на психічне здоров'я особистості широко розглядався у межах багатьох психологічних концепцій. У психоаналітичному напрямі травми ранніх періодів життя надається перевага при розгляді дорослих неврозів (Ф.Йоманс, Дж.Кларкін, О.Кренберг [58]), а особливості психологічної допомоги при переживанні травматичного досвіду війни описані у роботах Дж.Герман, М.Мюллера [37; 113]. Достатньо широко опрацьована та описана проблема допомоги особистості, яка пережила травматичні події, у когнітивно-поведінковій терапії Д.Барлоу, Дж.Бека, К.Монсон, П.Шнур, П.Резнік, М.Фрідман та емотивно-образній терапії Н.Лінде та інших [13; 68; 69; 94]. Вітчизняними науковцями О. Кокур, Н. Агаєв, О. Пішко, О. Романчук, І.Чухрій розробили основні положення психологічної допомоги учасникам бойових дій [135; 159; 207; 208].

Участь у військових діях нищівним чином впливає на психічне здоров'я людини. Військові дії є нетиповим фактором зовнішнього середовища, що порушує безпеку особистості як відчуття внутрішньої безпеки, так і реальну фізичну безпеку, оскільки є загроза життю та здоров'ю.



Повертаючись з війни, учасники ООС починають жити за своїми правилами, це те, що допомогло їм вижити в екстремальній ситуації, і те, без чого учасники бойових дій не обходяться в мирному житті. Саме ці правила викликають труднощі з адаптацією до соціуму, важкість у встановленні контактів, підвищують ступінь недовіри та стимулюють замкненість особистості [183; 185; 204].

Зазначені правила закріплюються на все життя, тому найголовнішим для учасників та неучасників війни є прийняття того, що змінити ситуацію не можна. Ці правила не несуть шкоди іншим, вони лиш захищають воїна від реальної чи уявної загрози, що виникає на їх шляху.

До психічних наслідків участі в бойових діях відносять психічну травму, бойовий стрес, посттравматичний стресовий розлад та ін.

Психічна травма. Вперше психологічні зміни в людей, які пережили ту чи іншу екстремальну ситуацію, катастрофу глобального (війна, землетрус, паводок) чи особистісного плану, було описано Джейкобом Мендесом Да Костою у солдат під час Громадянської війни в Америці (1871 р.). Вони були названі «синдром солдатського серця» [132; 139].

Психотравмуючі фактори діють не лише на психіку воїна, але й на весь організм в цілому. Психотравмуючі дії в умовах війни мають не тільки психічний, але й соматичний бік впливу. Страх, викликаний бойовою обстановкою, придушується ціною великої нервової напруги. Досягнута рівновага порушується додатковими діями, як правило, соматичного характеру.

У якості одного з наслідків дії стрес-факторів особистісного розвитку розглядається психічна травма. Існують різні підходи до розуміння цього явища.

Психічну травму можна розуміти як результат дії на особистість значимих для неї стресових факторів, які виражаються в знижуючих ефективність життєдіяльності суб'єкта змін його системи регуляції. Ці зміни можуть бути наслідком інтенсивної разової стресової події чи діючої впродовж довгого часу стресової ситуації. При цьому в основі психічної травми можуть

лежати усвідомлювані чи неусвідомлювані зміни в фізіологічній, емоційній, когнітивній та поведінковій складових системи регуляції.

Бойовий стрес. Характерна особливість бойової обстановки – постійна загроза життю, в умовах якої солдат повинен діяти. Вимоги, які пред'являються особистості, перевищують її ресурси. Цією невідповідністю породжується бойовий стрес. Причини його формування численні. Це – жах війни, страх бути вбитим, пораненим, фізична і психічна перенапруга, порушення режиму життєдіяльності, хвороби, травми і поранення, страх не впоратися з обов'язками, невизначеність та дефіцит інформації, незвичність ситуації, відсутність у попередньому досвіді запасу можливих відповідних реакцій [60; 69].

Війна приносить не лише фізичну, але й душевну інвалідність. Учасники бойових дій, часто не усвідомлюючи цього, несуть на собі вантаж болю довгі роки. Одні, в силу особистісних якостей, можуть подолати ці проблеми самостійно. Іншим необхідна психологічна допомога і підтримка впродовж усього життя. Лікарі не дарма б'ють на сполох через те, що пережите в зоні ООС може нанести удар не тільки сім'ям військових, але й усьому суспільству [83].

Посттравматичний стресовий розлад у військових виникає внаслідок реакції на події загрожуючого чи катастрофічного характеру, тобто на пряму загрозу смерті [60; 69].

Через шоківий стан солдати можуть здійснювати незрозумілі, часом необдумані вчинки. Перші симптоми посттравматичного розладу більше схожі на депресію. Це нав'язливі яскраві спогади, які часто повторюються в снах, постійне відчуття тривоги, дратівливість, підвищена чутливість до інших подій, які нагадують пережитий стрес. Це спалахи гніву, зниження концентрації уваги, прискорене серцебиття, підвищення тиску та ін..

Класичний розлад може проявлятися в ранні періоди – до півтора місяця після події. В цей час розладу піддається невелика кількість військових.

Оскільки перебороти травматичну ситуацію важко, в подальшому кількість людей з синдромом збільшується [69].

Військовослужбовці, які брали участь у бойових діях, піддані воєнно-травматичному стресові, що викликаний такими обставинами:

По-перше, військовослужбовці перебувають у ситуації, яка безпосередньо загрожує їхньому життю, вони опосередковано переживають смерть та поранення товаришів, психологічна напруга підтримується постійними негативними очікуваннями.

По-друге, військовослужбовці в бойових умовах знаходяться в стані психічної депривації, що викликана неможливістю довгий час задовольнити важливі життєві потреби (зміна цивільного життя на воєнне, розлука з близькими та ін.).

По-третє, бійці в зоні ООС, які, здебільшого, стримують натиск супротивника, а не проводять активні наступальні дії, переживають психічний стан фрустрації, який виникає при невідповідності реальної дійсності очікуванням людини.

Стан фрустрації може виникнути при зіткненні з об'єктивними непереборними труднощами (наприклад, неможливістю одержати перемогу над супротивником з об'єктивних причин його кращої технічної оснащеності) або суб'єктивними переживаннями (наприклад, з приводу неможливості побороти ворога, оскільки керівництво не віддає відповідних наказів).

Участь у проведенні операції ОС на Сході України українських військовослужбовців, які морально не готові до бойових дій, стає причиною посттравматичних стресових розладів [16; 69; 83].

Слід розуміти, що війна, як і будь-яка інша діяльність, по-перше, висуває свої вимоги до особистості, й не кожна людина їм відповідає за своїми психологічними, фізичними та духовними якостями. По-друге, воєнна діяльність вимагає кваліфікованої підготовки, оскільки від неї залежить не лише професійне виконання завдань, а і власне життя військовослужбовця та товаришів по службі.

У своїх наукових працях І.Чухрій зазначає, що спільний військовий досвід, спогади про нього зближують колишніх військовослужбовців і змушують їх об'єднуватися при поверненні до мирного життя. Так створюються громадські об'єднання та організації учасників бойових дій. Усвідомлення своєї приналежності до військових побратимів надовго зберігає між колишніми бійцями теплі, довірливі стосунки. Не тільки однополчани, товариші по службі, але і просто колишні військовослужбовці намагаються один одному допомагати і підтримувати в навколишньому світі, де інші ставляться до них без належного розуміння, з підозрілістю і настороженістю [204; 206].

На переживання ситуації участі в ООС впливають особистісні характеристики людини (Л.Гридковець), зокрема: здатність адаптуватися до військової ситуації, що визначається професійною підготовкою; наявність попереднього досвіду перебування в складних ситуаціях і досвіду позитивного розв'язання проблем, пов'язаних із цим перебуванням; розвинуті стресостійкість та психологічна пружність [42].

Важливою складовою реагування на ситуацію участі у військових діях є історія попереднього життя людини: наявність у минулому психічних розладів чи схильність до таких; проблеми із фізичним здоров'ям; зловживання учасником ООС чи його батьками психоактивними речовинами; особистий досвід (чи його відсутність) перебування в екстремальних ситуаціях; досвід позитивного розв'язання проблем або недостатня готовність до вирішення екстремальних ситуацій (брак необхідних знань, умінь, навичок).

І. Чухрій зазначає, що при поверненні до мирного життя варто зважати на поліфункціональний характер травми участі у військових діях. Політравма виражається у поєднанні кількох видів травмування: травма участі у військових діях; психологічна травма (що супроводжується психічним болем та розпадом звичного перебігу життя); фізична травма (більшість учасників ООС зазнають фізичних травмувань, що супроводжуються фізичним болем) та ментальна

травма, що проривається через пласти психічного апарату при набутті травми в дорослому віці і спричинює потужні регресивні та захисні реакції [204; 206].

Наслідки воєнно-травматичних стресових обставин будуть визначатися психологічними чинниками (індивідуально-типологічними, психічними, характерологічними особистісними особливостями військовослужбовця, адекватністю механізмів психологічного захисту та адаптації тощо), тривалістю дії стресових факторів та соматоневрологічною важкістю.

Зміни особистісних рис можуть стати перешкодою для налагодження комунікацій в умовах миру, викликаючи соціальну ізоляцію, контакти підтримуються лише з "бойовими товаришами".

Формами соціальної дезадаптації учасників бойових дій є різні форми адикцій, що дозволяють увійти в стан зміни свідомості, "втекти" від реальності в ілюзорний, віртуальний світ за допомогою алкоголю, наркотичних засобів, ігор тощо.

Девіації у військовослужбовців нерідко проявляються як у насильстві по відношенню до інших, так і в насильстві до самих себе (аутоагресії), і можуть характеризуватися небезпечними діями, суїцидальними спробами та ін. За біхевіористичною теорією, агресивна поведінка по відношенню до ворога, що виробляється в умовах війни, закріплюється на підсвідомому рівні [26; 27; 64; 70; 121; 132; 140].

Питання суїцидів та суїцидальних думок серед військових стоїть дуже гостро. Нажаль, люди, що вижили на війні, мають мотивацію піти з життя в умовах мирного життя. Це пояснюється тим, що людина шукає вихід і не знаходить зони комфорту в мирних умовах. На війні – простіше. Є чітка структура, вони знають, що робити в якійсь ситуації. А тут, коли стикаються з байдужістю, бюрократією, коли ідеали, які були там, тут руйнуються, то настає момент безвиході. Це може бути не просто емоційна пригніченість, а й агресія - бажання все нищити, людина ставить запитання: навіщо було мені бути там, щоб тут і зараз до мене було таке ставлення. Щоб подолати цю

образу, вони вживають алкоголь, або ж стають агресивнішими і шукають на чому зривати злість, або ж шукають вихід через самогубство [121].

Не менш важливою проблемою ветеранів ООС є сімейні стосунки. О.Запорожець і Д.Креймеєр у своїх наукових дослідженнях зазначали, що переважно сім'ї учасників військових дій щодня приносять численні жертви, до прикладу, сім'я функціонує без одного з батьків тривалий час, постійно не вистачає військовослужбовця у свята, дні народження і під час спеціальних подій; якщо військовослужбовець живе із родиною, то його робочий день ненормований; сім'я налаштована сприймати військову службу понад усе; кожен член сім'ї переживає дистрес, тому що близька людина може не повернутися з військового завдання або повернутися зміненим – психологічно і/або фізично [121].

У наукових роботах О.Паламарчук, Н.Пророк та інших науковців визначено вплив переживання травми війни батьками на переживання стресу дітьми і поведінкові та емоційні прояви наслідків визначеної взаємодії [23; 121; 125].

Після бойових дій особистість може змінитися настільки, що навіть для найближчих людей буде важко її прийняти. З проблемами нерозуміння і замкненості стикається багато сімей. Необхідно прийняти той факт, що для повернення демобілізованого військовослужбовця до нормального життя потрібен час.

Зміни емоційної сфери учасників ООС можуть стати причиною сімейних сварок та розлучень. Повернувшись з війни, звична поведінка воїна змінюється, часто рідні та близькі не приймають того, що військовий повністю не повернеться до того стану, в якому був до війни.

Варто зазначити, що зміни емоційної сфери сприяють важкості в адаптації до соціуму. Вони стимулюють захисні механізми, які дозволяють відсіювати тих, хто може нести небезпеку для воїна чи його близьких. Дезадаптація особистості виникає на різних рівнях (ціннісному, психологічному, соціальному). Відбувається зміна соціального статусу

військовослужбовця, який на війні є професіоналом, від якості роботи якого залежить результат війни, до того ж його місія почесна і відповідальна, бо саме від нього залежить перемога та доля всієї країни. При поверненні до звичайного мирного життя, в силу того, що військовий досвід військовослужбовець не може застосувати, він виявляється неконкурентоспроможним на ринку праці, що змушує його займатися некваліфікованою працею, а часом і вдаватися до правопорушень, оскільки в "силовій сфері" він відчуває себе більш впевнено, ніж в "інтелектуальній" [26].

Важливо зазначити, що оскільки переважна кількість учасників ООС люди зрілого віку, то, відповідно до провідної діяльності, при поверненні до мирного життя гостро стоїть проблема працевлаштування. Проте мова йде не лише про забезпечення відповідних робочих місць, а й надання, за необхідності, належного соціально-психологічного супроводу на робочому місці. Зазначений вид підтримки, ще не розвивається в нашій країні, проте варто звернути на нього увагу, оскільки військові дії в Україні тривають і відповідно збільшується кількість учасників ООС, які потребують не лише психологічних, але й соціальних послуг.

Вплив на соціальну адаптацію факторів психотравмуючих ситуацій в учасників військових конфліктів багато в чому залежить від підтримки, яку надають сім'я та суспільство.

На жаль, система «повернення назад» і те, як готове суспільство прийняти і врахувати потреби цих людей, базується більше на волонтерстві. Але ж учасники ООС виконували першочергові державні завдання, то саме держава має нести відповідальність за наслідки і адаптувати їх до мирного життя.

За результатами теоретичного аналізу проблеми соціально-психологічної адаптації учасників ООС нами виокремлено:

Основні проблеми соціальної адаптації учасників ООС, що полягають у складності сімейних, професійних та інших видів соціальної взаємодії, у недостатній можливості працевлаштування, у нерозвиненій системі соціального

супроводу та реабілітації ветеранів і низькій соціальній активності, що потребує розробки спеціальних психосоціальних корекційних заходів.

До проблем психологічної адаптації учасників ООС належать: особливості історії індивідуального розвитку учасника ООС (особливо наявність пережитих травм або успіху долаття стресових ситуацій); наявність негативних змін емоційної, ціннісно-смиислової, когнітивної та поведінкової сфер особистості. Зазначені зміни проявляються у негативних емоційних переживаннях, складностях навчання для здобуття нової професії або підвищення професійної компетенції; деструктивних поведінкових та комунікативних стратегіях та інших дезадаптивних проявах.

За результатами теоретичного аналізу дослідження проблеми соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій встановлено, що адаптація до умов мирного життя залежить від зовнішніх факторів впливу на особистість та внутрішніх особистісних чинників. Було розроблено модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил. Представлена модель демонструє уявлення про взаємозв'язок Я-концепції з емоційною, комунікативною, поведінковою та мотиваційною складовими соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

Центральною складовою запропонованої авторської моделі була особистість учасників ООС з її ядром – Я-концепцією з основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське.

На особистість учасників ООС через призму самоствалення впливають зовнішні (соціальні) чинники і внутрішні (біологічні та психологічні) чинники соціально-психологічної адаптації до мирного життя.

Виокремлено соціальні чинники, що впливають на адаптацію до мирного життя учасників ООС: перебування в зоні ООС, специфіка лінії оборони (зона зіткнення, зона оборони), де перебував учасник ООС; проблеми взаємодії з оточенням; складності працевлаштування; напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї; комплексна соціальна реабілітація (медична, соціальна,



психологічна, педагогічна); освітні послуги, перекваліфікація; працевлаштування та професійне самовираження. Соціальні чинники можуть як сприяти адаптованості, так і провокувати виникнення дезадаптованості.

До внутрішніх чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС з адаптивним та дезадаптивним її виявом належать: нервово-психічна стійкість / нестійкість, адаптивність / дезадаптивність як особистісні властивості; і такі складові соціально-психологічної адаптації / дезадаптації: *емоційна складова* – тривожність, депресивність, агресивність, емоційний комфорт; *комунікативна складова* – комунікативні здібності / їх порушення, стратегія домінування, прийняття / неприйняття себе та інших; *поведінкова складова* – залежність / незалежність, товарииськість / нетоварииськість; *мотиваційно-ціннісна складова* – внутрішній / зовнішній контроль (екстернальність, інтернальність), мотивація досягнення успіху / уникання невдач, ціннісні орієнтації, моральна нормативність / її порушення.

Висновки. За результатами теоретичного дослідження і відповідно до запропонованої у дослідженні моделі встановлено, що соціально-психологічна адаптація учасників ООС виражається через адаптивний та дезадаптивний континіум, що виражається у зовнішніх чинниках: складності працевлаштування, напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї, потреба в комплексній соціальній реабілітації, складності у міжособистісних стосунках, проблеми отримання освітніх послуг, перекваліфікації, проблеми професійного самовираження; внутрішніх чинниках: нервово-психічна стійкість / нестійкість, комунікативні здібності / їх порушення, моральна нормативність / її порушення, особистісний адаптаційний потенціал / його порушення, тривожність, депресивність, агресивність, адаптивні та дезадаптивні поведінкові прояви.

Адаптованість учасників бойових дій виражається у нервово-психічній стійкості адаптивних поведінкових стратегій, у переживанні позитивних емоційних станів, у встановленні міжособистісних стосунків та оптимальної комунікації, у моральній нормативності.

За результатами теоретичного аналізу дослідження проблеми соціально-психологічної адаптації особистості та специфіки соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що адаптація до умов мирного життя залежить від зовнішніх чинників впливу на особистість та внутрішніх особистісних чинників, що в учасників ООС виражаються в емоційних переживаннях, ціннісних орієнтаціях, поведінкових та когнітивних стратегіях та інших [76; 206; 208].

Було розроблено модель взаємозв'язку Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил (Рисунок 1.1).

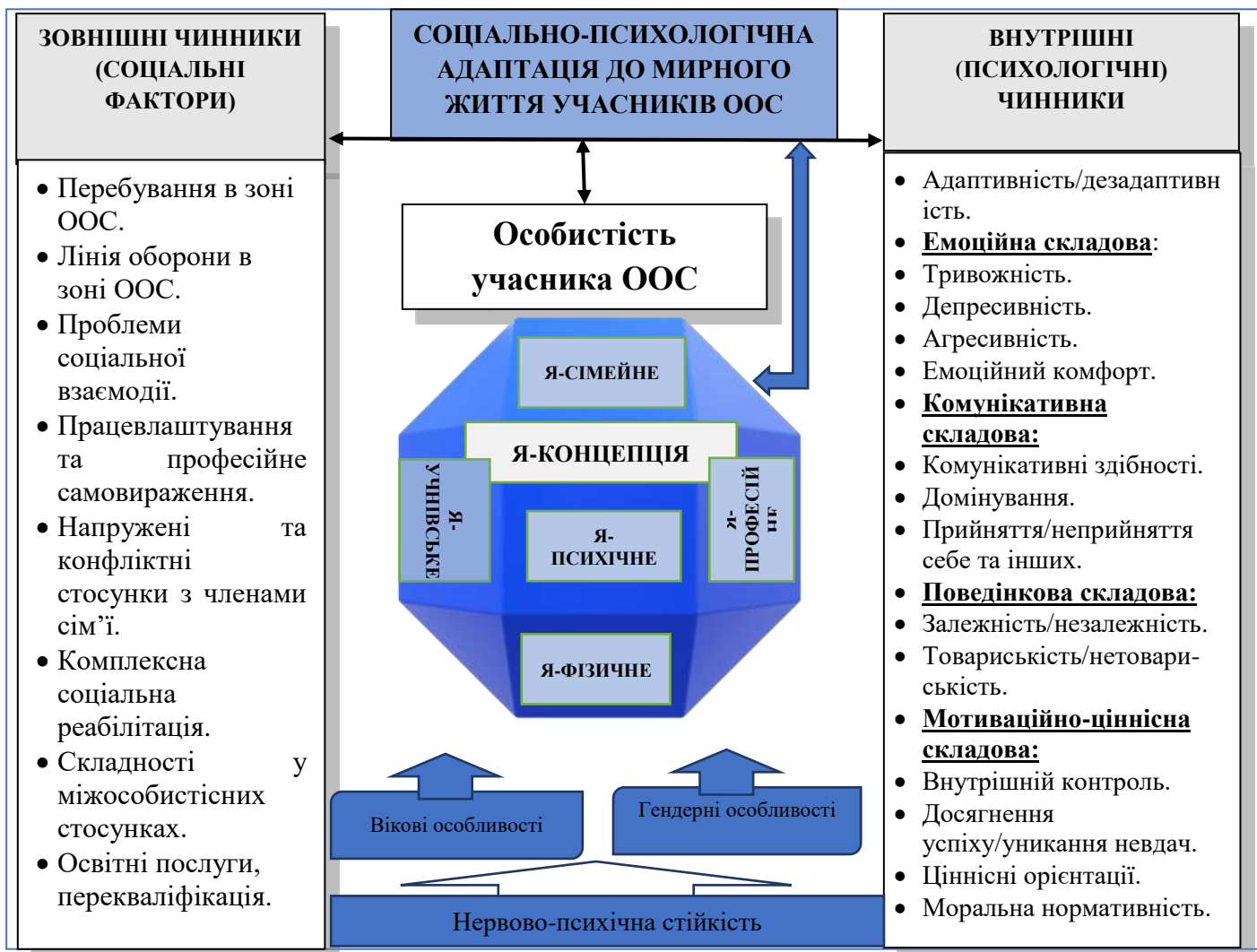


Рис. 1.1 Модель взаємозв'язку Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил

Представлена модель демонструє уявлення про соціально-психологічну адаптацію учасників ООС, основоположним конструктом якої є Я-концепція особистості з її основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське.

Соціально-психологічна адаптація в пропонованій моделі представлена у системі двостороннього взаємозв'язку соціальних та внутрішніх (психологічних) чинників. Виокремлено соціальні чинники, що впливають на адаптацію до мирного життя учасників ООС: перебування в зоні ООС, специфіка лінії оборони (нульова, перша, друга), де перебував учасник ООС; проблеми взаємодії з оточенням; складності працевлаштування; напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї; потреба в комплексній соціальній реабілітації (медичній, соціальній, психологічній, педагогічній); проблеми отримання освітніх послуг, перекваліфікації; проблеми професійного самовираження [76].

Соціальні чинники можуть як сприяти адаптації, так і провокувати виникнення дезадаптованості.

До внутрішніх чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС з адаптивним та дезадаптивним її виявом належать: нервово-психічна стійкість/ нестійкість, адаптивність / дезадаптивність як особистісні властивості; і такі складові соціально-психологічної адаптації / дезадаптації: *емоційна складова* – тривожність, депресивність, агресивність, емоційний комфорт; *комунікативна складова* – комунікативні здібності / їх порушення, стратегія домінування, прийняття/ неприйняття себе та інших; *поведінкова складова* – залежність/незалежність, товариськість / нетовариськість; *мотиваційно-ціннісна складова*: – внутрішній / зовнішній контроль (екстернальність, інтернальність), мотивація досягнення успіху/уникання невдач, ціннісні орієнтації, моральна нормативність / її порушення.

Зазначені зовнішні та внутрішні чинники впливають на особистість учасників ООС, через призму зазначених чинників формується власне самоставлення та центральний особистісний конструкт – Я-концепція

особистості з її основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське. В свою чергу вже сформована до періоду зрілості Я-концепція учасника ООС впливає на його соціально-психологічну адаптацію (зовнішні та внутрішні чинники) [76].

Висхідними у представленій моделі є біологічні ознаки: вік учасників ООС, гендерні особливості та нервово-психічна стійкість, що у сукупності з соціальними та психологічними чинниками впливають на особистість учасника ООС.

Грунтуючись на основних положеннях діяльнісного (В.Агеєв, Г.Бал, О.Леонт'єв, А.Налчаджян, В.Роменець, С.Рубінштейн, В.Фурман, С.Шандрук та інші науковців [1; 10; 91; 115; 160; 198; 213]), когнітивного (Дж.Келлі, Ж.Піаже [62; 126]), поведінкового (Б.Скінер, Е.Толмен, К.Халл [170; 115]), психоаналітичного (О.Феніхель, А.Фрейд, З.Фрейд [188; 192; 193]), гуманістичного та особистісно-центрованого (С.Максименко, А.Маслоу, К.Роджерс, Е.Фром [99; 104; 157; 195]), враховуючи наукові положення світових (Дж.Бек, Дж.Герман, М.Мюллер [13; 37; 113]) та вітчизняних (Н.Агаєв, О.Кокун, М.Мушкевич, О.Паламарчук, І.Чухрій [135; 125; 206]) науковців про особистість, яка зазнала травматичного досвіду участі у військових діях, було сформоване визначення соціально-психологічної адаптації учасників ООС до умов мирного життя - це процес та результат активного пристосування учасника військових дій до умов мирного життя з можливістю трансформатизації травматичного досвіду засобами зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (психологічних та біологічних) чинників, через призму самоствалення та самосприйняття із гармонійно функціонуючою Я-концепцією особистості, в результаті чого відбувається гармонізація зазначеної взаємодії.

За результатами теоретико-методологічного аналізу було розроблено модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Центральною складовою запропонованої авторської моделі була особистість учасників ООС з її ядром – Я-концепцією з

основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське.

На особистість учасників ООС через призму самоствавлення впливають зовнішні (соціальні) та внутрішні (біологічні та психологічні) чинники. Зазначений вплив є двостороннім, оскільки одна конкретна особистість може впливати на конкретні умови, змінюючи їх, а також сформований особистісний конструкт певним чином бере участь у побудові поведінкових стратегій, в емоційних переживаннях, реагує на загрози зміни цінісних орієнтацій та мотивації. Взаємодія між зазначеними чинниками і особистісними утвореннями забезпечує процесуальний та результуючий аспекти соціально-психологічної адаптації.

## **Висновки до розділу 1**

За результатами науково-психологічного аналізу проблеми соціально-психологічної адаптації учасників ООС, можна зробити висновки:

1. Теоретичне узагальнення проблеми соціально-психологічної адаптації особистості, з урахуванням діяльнісного, поведінкового, особистісно-орієнтованого, гуманістичного, психодраматичного напрямів дає підстави стверджувати, що зазначена наукова категорія визначається як процес і результат активного пристосування людини до видозміненого середовища за допомогою внутрішньопсихологічних чинників.

За результатами аналізу наукових робіт встановлено, що Я-концепція особистості – це стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття та ідеалістичне уявлення про себе. Я-концепція виконує адаптивну, прогностичну та захисну функції.

Виокремлено структуру Я-концепції учасників ООС, до якої належать такі компоненти як Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне, що представлене Я-

професійним, Я-сімейним та Я-учнівським. Дисгармонійність Я-концепції може бути спричинена трансформаційними змінами компонентів Я-концепції, що може виникати внаслідок участі учасників ООС у військових діях. Гармонійність Я-концепції пов'язана з соціально-психологічною адаптацією особистості та рівномірним розподілом основних її компонентів.

2. Військові дії є потужним дезадаптуючим соціальним фактором, що значно ускладнює відновлення учасників бойових дій у мирному житті. Повертаючись з війни, ветерани зіштовхуються з багатьма труднощами, які стосуються всіх сфер їх життєдіяльності. До них відносяться проблеми в сім'ї, професійній та навчальній діяльності, труднощі у встановленні нових контактів та проблеми особистісного характеру.

3. За результатами теоретико-методологічного аналізу було розроблено модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Центральною складовою запропонованої авторської моделі є особистість учасників ООС з її ядром – Я-концепцією з основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське.

На особистість учасників ООС через призму самоствавлення впливають зовнішні (соціальні) та внутрішні (біологічні та психологічні) чинники. Зазначений вплив є двостороннім. Взаємодія між зазначеними чинниками і особистісними утвореннями забезпечують процесуальний та результуючий аспекти соціально-психологічної адаптації.

5. Грунтуючись на основних положеннях діяльнісного, поведінкового, психоаналітичного, гуманістичного та особистісно-центрованого напрямів, враховуючи наукові положення світових та вітчизняних науковців про особистість, яка зазнала травматичного досвіду участі у військових діях, було сформоване визначення соціально-психологічної адаптації учасників ООС до умов мирного життя - це процес та результат активного пристосування учасника військових дій до умов мирного життя з можливістю

трансформатизації травматичного досвіду засобами зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (психологічних та біологічних) чинників, через призму самоствалення та самоприйняття із гармонійно функціонуючою Я-концепцією особистості, в результаті чого відбувається гармонізація зазначеної взаємодії.

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ І Я-КОНЦЕПЦІЇ УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ**

### **2.1. Організація та методи емпіричного дослідження Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій**

За результатами науково-психологічного аналізу дослідження було встановлено, що проявами соціально-психологічної адаптації учасників ООС є показники емоційного реагування на кризову ситуацію, здатність свідомо керувати своїми емоціями, високий рівень саморегуляції, рішучість, упевненість, дисциплінованість, організованість, самоконтроль тощо. Деадаптованість учасників ООС пов'язана із такими емоційними реакціями на ситуацію як депресія, тривожність, негативне самопочуття, фрустрація та ін..

Визначено, що ситуація участі у військових діях є кризовою та критичною для особистості і впливає на емоційну, комунікативну, поведінкову та мотиваційно-ціннісну складову соціально-психологічної адаптації.

Емпіричне дослідження Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій ґрунтувалося на таких загальнонаукових принципах (С.Максименко, А.Петровський, С.Рубінштейн, А.Шевцов, М.Ярошевський) [99; 128; 161; 129; 219 ]:

1. Принцип детермінізму, згідно з яким необхідно досліджувати психічні явища, відповідно до утворюючих їх факторів, у нашому дослідженні соціально-психологічна адаптація досліджується відповідно до зовнішніх (соціальних) та внутрішніх (психологічних) чинників.

2. Системно-синергетичний принцип, у межах якого досліджуване явище вивчається у взаємозв'язку з внутрішньою цілісністю, що утворюють елементи, структури, функції досліджуваного явища, що в нашому дослідженні представлено у вигляді взаємозв'язків між чинниками соціально-психологічної



адаптації та внутрішнім особистісним ядром – Я-концепцією.

3. Принцип об'єктивності представляє вивчення специфіки соціально-психологічної адаптації учасників ООС у сукупності внутрішніх та зовнішніх чинників; розв'язує проблему об'єктивного та суб'єктивного в психології.

4. Принцип єдності біологічного та соціального, що повною мірою розкриває природу досліджуваних психологічних явищ (соціально-психологічну адаптацію та Я-концепцію особистості).

5. Принцип аналізу за одиницями - передбачає розкриття, з'ясування причинних зв'язків і відношень, що лежать в основі соціально-психологічної адаптації та Я-концепції учасників ООС.

6. Принцип розвитку – досліджувані явища розглядаються як постійно змінні функціональні способи перетворення з урахуванням їх особливостей розвитку в даний часовий проміжок, із врахуванням історії їх розвитку і факторів, що вплинули на їх формування, та перспектив їх подальшого розвитку.

Методологічну основу емпіричного дослідження склали наукові теорії про проведення психодіагностичного дослідження (М.Акімова, Л.Бурлачук, Е.Гуревич, С.Рубінштейн [24; 133; 143; 144; 161]), дослідження соціально-психологічної адаптації та адаптованості особистості (А.Кудашев, С.Максименко, А.Реан, А.Фурман [2; 152; 198]); чинників соціально-психологічної адаптації (А.Реан, О.Саннікова, Л.Собчик, Б.Теплов, та інших науковців [151; 164; 165; 171; 176; ]); дослідження психологічних особливостей учасників військових дій (Л.Кондратенко, Л.Манилова, Н.Пророк, О.Чекстере [121]).

Мета емпіричного дослідження полягає у встановленні особливостей взаємозв'язку між соціально-психологічною адаптацією, зокрема її чинників, та особливостями Я-концепції учасників ООС.

Емпіричне дослідження проводилося упродовж 2018-2020 років на базі Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, Вінницького міського лікувально-діагностичного

центру, Вінницького обласного товариства психологів та психотерапевтів, Благодійної організації «Благодійний фонд «Волонтер-1»». У дослідженні взяли участь 90 учасників операції Об'єднаних сил. Констатувальний експеримент передбачав поділ на такі етапи дослідження:

Констатувальне дослідження передбачало поділ на такі етапи:

1. Підготовчий етап дослідження – було визначено основні принципи та методологічне підґрунтя дослідження; сформовано мету та завдання дослідження.

2. На другому етапі дослідження відповідно до теоретичного науково-психологічного аналізу та теоретичної моделі соціально-психологічної адаптації учасників ООС було сформовано психодіагностичний комплекс методів, що увійшли в емпіричну модель дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

3. На третьому етапі проводилося констатувальне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників ООС, особливостей їх Я-концепції та за допомогою методів статистичної обробки даних дослідження було (кореляційного, кластерного та факторного аналізу) було визначено взаємозв'язок між досліджуваними явищами та виокремлено фактори досліджуваних явищ.

До компонентного складу емпіричної моделі констатувального дослідження увійшли такі блоки з методами дослідження (Рисунок 2.1.):

1) дослідження соціальних характеристик учасників ООС: анкета дослідження особистих даних учасників бойових дій (соціальний анамнез);

2) дослідження ознак соціально-психологічної адаптації учасників ООС: методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) [108; 109; 149];

3) дослідження психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС: діагностика провідних тенденцій поведінки в реальній групі та уявлень про себе методика "Q-Сортування" В.Стефансона,

методика «Шкала самооцінки» (Ч. Спілберга, Ю. Ханіна), методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація А. Осницького), методика диференціальної діагностики депресивних станів В. Зунге (модифікація Т. Балашової), методика Ш.Шварца PVQ «Портрет цінностей»; шкали методики діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда [142; 149; 200];

4) дослідження Я-концепції учасників ООС: тест-опитувальник для визначення самоствалення особистості В. Століна, С. Пантелєєва, дослідження особливостей Я-концепції молоді І. Чухрій [232].

Для дослідження особливостей соціальної адаптації учасників бойових дій було розроблено анкету дослідження особистих даних. За допомогою представленої анкети збирався соціальний анамнез учасників ООС. Запитання, запропоновані в анкеті, дозволяють зібрати оптимальний соціальний анамнез: вік, стать, працевлаштування, освіту, сімейний стан, наявність дітей, тривалість участі в ООС та інформацію про лінію оборони під час ООС. Зазначені дані дозволять дослідити особливості соціальної адаптації, зокрема приналежність до соціальних інститутів, рівень освіченості, працевлаштованість, сімейний стан та наявність ускладнюючих соціальних факторів, таких як тривалість перебування в зоні ООС, специфіку участі в ООС (лінія оборони) та інших особливостей.

Для дослідження адаптивності використовувався багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова. Опитувальник призначений для оцінювання адаптаційних можливостей особистості із врахуванням деяких психофізіологічних та соціально-психологічних характеристик, що відображають узагальнені особливості соціального та нервово-психічного розвитку [108; 109].

В основі методики лежить уявлення про адаптацію як безперервний процес активного пристосування людини до змінних умов середовища та професійної

<b>КОНСТАТУВАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ Я-КОНЦЕПЦІЇ І СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ ООС</b>			
<b>ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ</b>			
<i>Підготовчий етап</i>	<i>Підбір психодіагностичного інструментарію</i>		<i>Констатувальне дослідження</i>
<b>МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ</b>			
<i>Дослідження соціальних характеристик учасників ООС</i>	<i>Дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС</i>	<i>Дослідження психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС</i>	<i>Дослідження Я-концепції учасників ООС</i>
1. Анкета дослідження особистих даних учасників бойових дій (соціальний анамнез).	1. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда . 2. Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ).	1. Діагностика провідних тенденцій поведінки в реальній групі та уявлень про себе методика "Q-Сортування" В.Стефансона. 2. Методика диференціальної діагностики депресивних станів В. Зунге (модифікація Т. Балашової). 3. Методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація А. Осницького). 4. Методика «Шкала самооцінки» (Ч. Спілберга, Ю. Ханіна). 5. Методика Ш.Шварца PVQ «Портрет цінностей». 6. Шкали методики діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда.	1. Тест-опитувальник для визначення самоствалення особистості В.Століна, С.Пантелєєва 2. Дослідження особливостей Я-концепції молоді І. Чухрій.
<b>МЕТОДИ МАТЕМАТИЧНОЇ ОБРОБКИ ДАНИХ</b>			
<i>Кореляційний аналіз</i>	<i>Кластерний аналіз</i>		<i>Факторний аналіз</i>

Рис. 2.1. Модель констатувального дослідження взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил

діяльності. Ефективність адаптації багато в чому залежить від того, наскільки людина сприймає себе і свої соціальні зв'язки, вміє порівняти свої потреби та реальні можливості, усвідомлює мотиви своєї поведінки.

Недостатньо розвинене чи спотворене уявлення про себе веде до порушень адаптації, що може супроводжуватися підвищеною конфліктністю, порушенням взаємин, зниженням працездатності чи погіршенням стану здоров'я.

Випадки глибокого порушення адаптації можуть призводити до грубих порушень військової дисципліни, правопорядку, суїцидальних намірів, зривів професійної діяльності та розвитку захворювань.

Опитувальник складається зі шкал [108; 109]: достовірність (Д) – визначає правдивість даних, поданих досліджуваним про самого себе; нервово-психічна стійкість (НПС) – визначає рівень поведінкової регуляції, здатність до нервово-психічних зривів, наявність чи відсутність адекватної самооцінки та реального сприйняття дійсності; комунікативні здібності (КП) – комунікативний потенціал, здатність вибудовувати контакти з іншими людьми, рівень конфліктності та тенденції до агресивної поведінки; моральна нормативність (МН) – реальність оцінки свого місця та ролі в колективі, дотримання встановлених правил; особистісний адаптивний потенціал (ОАП) – загальна сума всіх балів, здатність до адаптації.

Для дослідження емоційної складової внутрішніх (психологічних) чинників соціально-психологічної адаптації учасників ОСС було застосовано такі методи дослідження:

Методика Ч. Спілбергера, Ю.Ханіна, що є надійним та інформативним способом виявлення рівня тривожності на даний момент (реактивної тривожності як стану) і особистісної тривожності (як стійкої характеристики особистості).

Рівні тривожності за шкалою Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна визначалися наступним чином: низький рівень тривожності, середній рівень тривожності, високий рівень тривожності [133; 149].

У ході експериментального дослідження нами було використана методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки, які запропонували опитувальник для визначення важливих, на їх думку, форм агресії: фізичної агресії - використання фізичної сили проти іншої особи; вербальної агресії – вираження негативних почуттів через форму і зміст словесних звертань до іншої людини; опосередкованої агресії – використання пліток, жартів, виявів неупорядкованих спалахів гніву, спрямованих проти іншої людини; негативізму – опозиційної форми поведінки, яка спрямована, як правило, проти авторитету керівництва і може зростати від пасивного опору до активних дій проти певних вимог, правил, законів; роздратування – схильність до роздратування, готовність при найменшому збудженні вилитись у різкості, грубоощах; підозрливості – схильність до недовіри й обережної поведінки у ставленнях до людей, яка виходить з переконань, що оточуючі хочуть завдати шкоди; образа – вияв заздрощів і ненависті до оточуючих, який зумовлює почуття гніву, незадоволення кимось або всім світом за дійсні або вигадані страждання; почуття провини - відношення і дії стосовно себе і оточуючих, які впливають з можливого переконання самого піддослідного у тому, що він є поганою людиною, поводить погано – аутоагресія [133; 149].

Методика диференціальної діагностики депресивних станів В. Зунге [133; 149] дозволяла у ході експериментального дослідження визначити рівень депресії: депресія відсутня або незначна, депресія мінімальна, легка депресія, помітна депресія, виражена депресія, глибока депресія.

З метою виявлення тенденцій поведінки особистості в соціумі й уявлення про себе, поведінкової складової соціально-психологічної адаптації, нами використана методика “Q-сортування” В. Стефансона [149]. Вона дозволяє визначити шість основних тенденцій поведінки людини в реальній групі: залежність, незалежність, товариськість, нетовариськість, прийняття “боротьби”, уникання “боротьби”.

Тенденція до залежності визначена, як внутрішня спрямованість індивіда до прийняття групових стандартів і цінностей: соціальних і морально-етичних.

Тенденція до товарищкості свідчить про контактність, прагнення утворити емоційні зв'язки як у своїй групі, так і за її межами.

Тенденція до боротьби – це активна спрямованість особистості брати участь у груповому житті, домагатися вищого статусу в системі міжособистісних взаємин; на протигагу цій тенденції – уникання боротьби свідчить про прагнення відійти від взаємодії, зберегти нейтралітет у групових суперечках і конфліктах, схильність до прийняття компромісних рішень.

Кожна з цих тенденцій має, на наш погляд, внутрішню і зовнішню характеристику, тобто залежність, товарищкість і “боротьба” можуть бути істинними, внутрішньо притаманними особистості, а можуть бути зовнішніми, своєрідною маскою, яка приховує істинне обличчя людини. Якщо сума позитивних відповідей у кожній парі (залежність – незалежність, товарищкість – нетоварищкість, прийняття “боротьби” – уникання “боротьби”) наближається до 20, то ми говоримо про істинну перевагу тієї чи іншої стійкої тенденції, притаманної індивіду, і що вона виявляється не лише в певній групі, але і за її межами.

Для дослідження особливостей мотиваційно-ціннісної складової соціально-психологічної адаптації учасників ООС, було застосовано Ціннісний опитувальник Ш.Шварца. Зазначений опитувальник розроблений у відповідності із розподілом цінностей за їх соціальними та індивідуальними характеристиками. У відповідності із основною метою досліджуваних, автор виділив такі типи ціннісних орієнтацій: влада (досягнення соціального статусу або престижу, контролю та домінування над людьми); досягнення (особистий успіх через прояв компетенції); гедонізм (насолада та чуттєве задоволення); стимуляція ( прагнення до нового та глибоких переживань); самостійність (самостійність мислення, самоконтроль та автономність); універсалізм (виживання в соціальних умовах); доброта (збереження добробуту людей, з якими індивід перебуває в особистих контактах); традиції (повага до традицій та ідей культури, до якої належить індивід); конформність (утримання проявів, що мають негативні соціальні наслідки); безпека (соціальна та особистісна

безпека, почуття приналежності до групи, здоров'я).

Для дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників ООС, відповідно емоційного, поведінкового, комунікативного та мотиваційно-ціннісного її проявів, було застосовано діагностику соціально-психологічної адаптації (СПА) К.Роджерса і Р.Даймонда. У зазначеному опитувальнику визначалися такі шкали: адаптація (помірне пристосування людини до умов взаємодії з оточуючими); самоприйняття (позитивна самооцінка власних особистісних якостей); прийняття інших (помірна терплячість до оточуючих, до їх недоліків та критичність до них); емоційна комфортність (оптимізм, переважання позитивних емоційних станів); інтернальність (переважання внутрішньої мотивації над зовнішньою); домінування (бажання впливати на оточуючих та переконувати їх в власних ідеях); підлеглість (піддатливість впливу оточуючих); ескапізм (уникання проблем) [149].

Для дослідження особливостей Я-концепції учасників ООС були застосовані такі опитувальники:

Тест-опитувальник для визначення самоствавлення особистості В.Століна, С.Пантелєєва, що визначав: відкритість, що пов'язана з такими характеристиками образу Я, як рефлексивність та критичність; самовпевненість – уявлення про себе як самостійну, вольову, енергійну, надійну людину; самокерівництво – інтеграція особистості і життєдіяльності людини у власному Я; дзеркальне Я – відображає очікування певного ставлення до себе з боку інших людей; самоцінність – відображає емоційну оцінку власного Я; самоприйняття – згода із собою, своїми планами та бажаннями; самоприхильність – небажання змінюватися, що пов'язане з неадекватно сформованим Я-образом; внутрішня конфліктність – наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, непогодження з собою; самозвинувачення – переживання провини за власні промахи та недоліки. У опитувальнику виокремлено три інтегровані фактори: самоповага (оцінка власного Я відповідно до соціально-нормативних критеріїв); аутосимпатія (емоційне ставлення до власного Я);



самоприниження (негативне самоствавлення).

Дослідження особливостей Я-концепції молоді І. Чухрій. За допомогою опитувальника визначається компонентний склад Я-концепції учасників ООС: Я-фізичне (уявлення про образ власного тіла); Я-психічне (уявлення про власну ідентичність); Я-професійне (становлення у професії, професійний досвід); Я-сімейне ( член сім'ї, доросла дитина, шлюбний партнер, батько або матір); Я-учнівське (досвід та спрямованість суб'єкта навчальної діяльності). Зазначена методика призначена для діагностики компонентного складу Я-концепції осіб з обмеженнями життєдіяльності, оскільки у зазначеної категорії досліджуваних компонент Я-фізичне є одним з провідних у структурі Я-концепції, на відміну від осіб з типовим розвитком. Нами було обрано зазначену методику, оскільки переважна частина учасників ООС під час військових дій набуває різних видів травмування, що також може спровокувати підвищення значущості зазначеного компонента [232].

Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації і Я-концепції учасників бойових дій проводилося відповідно до загально-наукових принципів: детермінізму, системно-синергетичного, об'єктивності, єдності біологічного та соціального, аналізу за одиницями та розвитку; і, ґрунтуючись на методології проведення психодіагностичного дослідження, дослідження соціально-психологічної адаптації особистості та дослідження учасників військових дій. На основі теоретичної моделі взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС було скомпоновано психодіагностичний комплекс методів, що були взяті за основу моделі констатувального дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників ООС. До компонентного складу зазначеної моделі дослідження увійшли такі блоки: дослідження соціальних характеристик учасників ООС; дослідження ознак соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження Я-концепції учасників ООС.

## 2.2. Вивчення особливостей соціальної адаптації учасників бойових дій

Відповідно до теоретичного дослідження та моделі констатувального дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС, з метою дослідження особливостей її соціальних чинників, було проведено анкетування, за результатами якого встановлено основні соціальні характеристики досліджуваних учасників бойових дій (Таблиця 2.1.).

Таблиця 2.1.

### Дослідження соціально-демографічних характеристик учасників ООС

Соціальні характеристики	Рівні	Частота (N)	Відсотки (%)
Вікові групи	до 29	20	22,22
	від 30 до 39	43	47,78
	від 40 до 49	20	22,22
	від 50	7	7,78
Стать	чоловіча	83	92,22
	жіноча	7	7,78
Освіта	середня	4	4,44
	середня спеціальна	18	20,00
	вища	68	75,56
Професійна зайнятість	непрацюючий	25	27,78
	працюючий	65	72,22
Сімейний стан	не у шлюбі	22	24,44
	у шлюбі	58	64,44
	розлучення	8	8,89
	вдівець	2	2,22
Діти	дітей немає	61	67,78
	діти є	29	32,22
Термін перебування	до року	22	24,44
	від року до 2	40	44,44
	більше двох років	28	31,11
Лінія служби	оборони	52	57,78
	зіткнення	38	42,22

Аналізуючи соціально-демографічні характеристики учасників ООС, ми можемо констатувати (Рисунок 2.2.), що вікові групи складають: 22,22%

досліджуваних віком до 29 років (молодь), 47,78% досліджуваних віком від 30 до 39 років, 22,22% віком від 40 років до 49 років і 7,78% віком від 50 років. Тобто основна досліджувана категорія учасників ООС – особи зрілого віку. У дослідженні взяли участь учасники ООС як чоловічої, так і жіночої статі. Отже учасники є найбільш активною, працездатною частиною української нації.

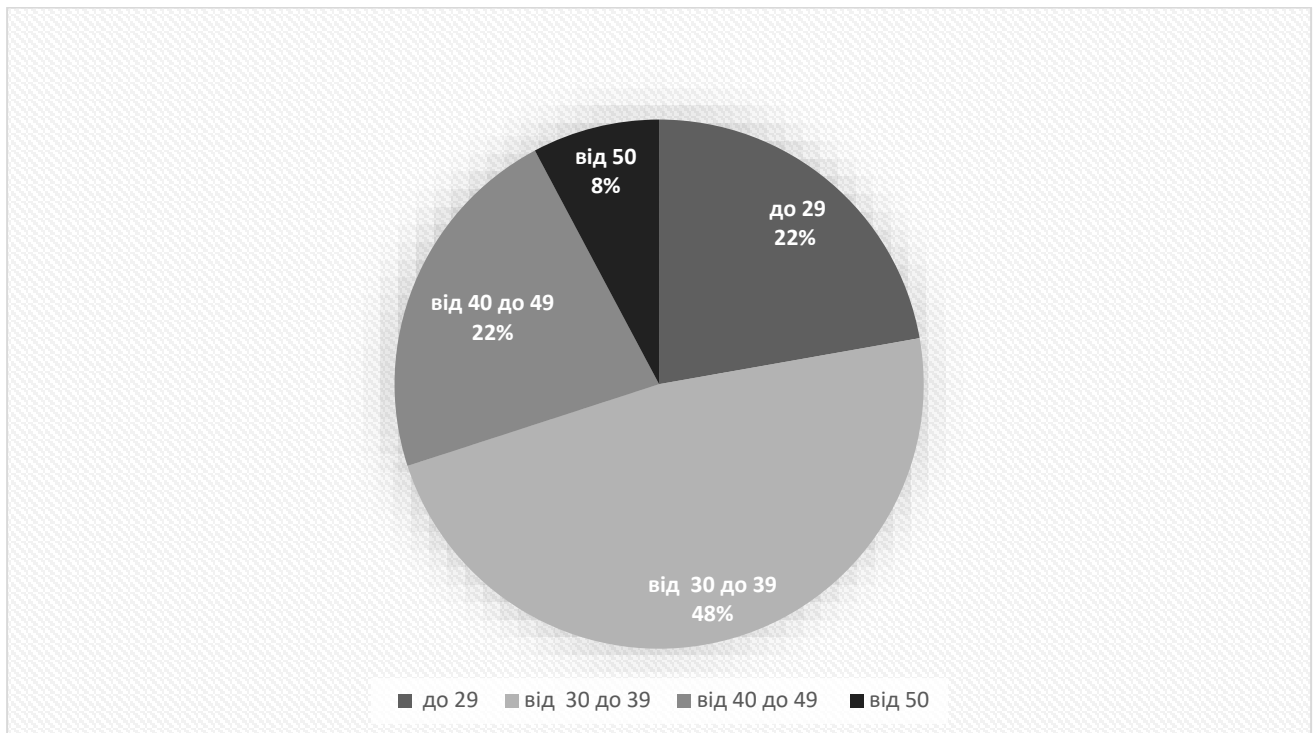


Рис. 2.2. Дослідження вікових особливостей учасників ООС

Дослідження гендерного співвідношення учасників ООС показує, що 83 (92,22%) – чоловіки, 7(7,78%) – жінки. Тобто переважна кількість досліджуваних, так само як і загальна кількість учасників бойових дій, – чоловіки.

Встановлено, що більшість досліджуваних має середню 4(4,44%) та середню спеціальну освіту 18 (20%), також виявлено, що вищу освіту мають 68 (75,56%). Тобто переважна кількість досліджуваних має вищу освіту.

Показники працевлаштованості: 65 (72,22%) учасників бойових дій працевлаштовані, це достатньо високий показник, проте значна частина досліджуваних має проблеми з працевлаштуванням – 25 осіб (27,78%). Ця

проблема вимагає вирішення шляхом впровадження програм працевлаштування.

Отримані дані піднімають важливі питання освіти дорослих, тобто варто забезпечити на державному рівні можливість отримання вищої, незавершеної вищої освіти учасникам бойових дій з метою їх професійного навчання та підвищення освітнього рівня з подальшими можливостями працевлаштування.

За результатами анкетування виявлено ряд соціальних проблем учасників бойових дій, які потребують розробки соціальних програм надання освіти, працевлаштування та супроводу на робочому місці.

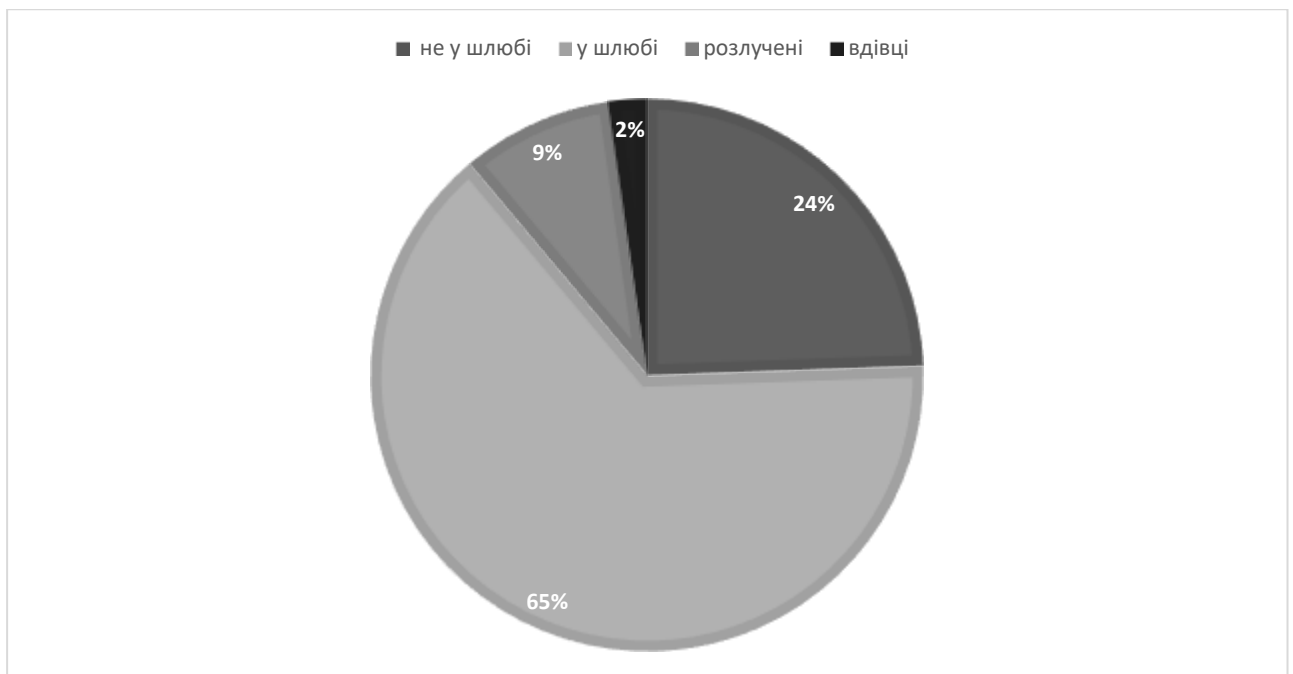


Рис 2.3. Дослідження особливостей сімейного стану учасників ООС

За результатами дослідження встановлено, що переважна більшість досліджуваних учасників бойових дій перебуває у шлюбі 58(64,44%) що відповідає основним завданням дорослості (Рисунок 2.3.). Проте варто зазначити, що участь у військових діях значною мірою вплинула на внутрішньосімейні стосунки, і з'являється ризик виникнення розлучень, що потребує психологічної допомоги усім членам сім'ї.

За результатами дослідження встановлено, що у 61,89% досліджуваних учасників ООС є діти, 38,11% – дітей не мають. Зазначені показники є важливими, оскільки діти також можуть зазнавати негативного впливу від участі одного з батьків в ООС. Це пов'язано з відсутністю одного з батьків під час виконання військових завдань, а також переживання батьків безпосередньо впливають і на дітей.

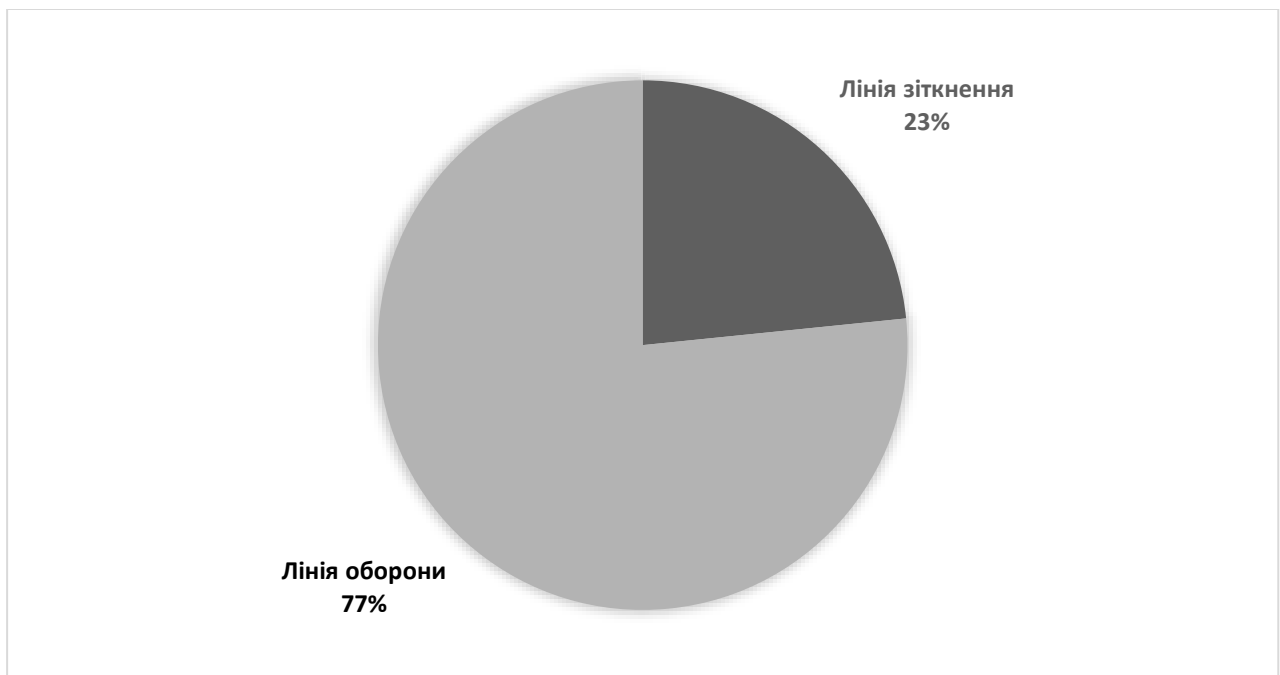


Рис 2.4. Дослідження участі в операції Об'єднаних сил учасників ООС

За результатами анкетування встановлено, що 22,22% досліджуваних під час участі в ООС, перебували на лінії зіткнення, проте не можна виключати психотравматичний фактор війни, хоча вони і не були у безпосередньому контакті з окупаційними військами. 72,78% досліджуваних перебували на лінії оборони, що прогнозовано може вплинути на їх особистісні характеристики (Рисунок 2.4.).

Термін перебування та лінія служби впливає на емоційні стани учасників ООС. Можливі переживання гострих та кумулятивних стресів, прояви яких можуть спостерігатися уже після повернення додому.

Гострий стрес – це вплив екстремально стресових чинників за короткий проміжок часу, результатом чого є виникнення інтенсивних станів збудження, які перевищують внутрішні та зовнішні ресурси індивідуальної здатності до протистояння їм, після повернення в таких учасників можуть виникати посттравматичні стресові розлади (ПТСР) [69].

У такому випадку при роботі із зазначеними типом учасників ООС важливо отримати інформацію про історію переживання гострого стресу.

Певна кількість досліджуваних під час перебування на війні могла переживати кумулятивний стрес. Кумулятивний стрес – це вид стресу, що наростає протягом тривалого проміжку часу та залишає сліди у нервовій системі у тому випадку, коли немає можливості відпочити, відновитись або повернутися до базового рівня чи спокою.

Попередній вплив травматичних подій може підвищити рівень кумулятивного стресу, зменшуючи при цьому здатність бути стійким до нового стресу [71].

За результатами дослідження особливостей соціальних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що досліджувані переважно зрілого віку, 92,22% відсотка з яких чоловіки, і відповідно 7,78% - жінки. Переважна кількість досліджуваних має вищу освіту, проте працевлаштованих учасників ООС 72,22%, тобто третина досліджуваних, не зважаючи на наявність освіти, не працевлаштовані. Більшість досліджуваних перебуває у шлюбі (64,44%) і 38,11% - мають дітей. Також встановлено, що 22,22% досліджуваних під час участі в ООС перебували безпосередньо на лінії зіткнення, а 72,78% - на лінії оборони. Тобто було встановлено, що майже третина досліджуваних має соціальні характеристики, що можуть визначатися, як несприятливі для соціально-психологічної адаптації, зокрема непрацевлаштованість, відсутність сім'ї і дітей та перебування під час ООС безпосередньо на лінії зіткнення.

### 2.3. Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій

За результатами дослідження рівня адаптивності учасників бойових дій за методикою «Адаптивність» (МЛО-АМ) (Таблиця 2.2.; Рисунок 2.5.) встановлено, що за шкалами: нервово-психічна стійкість, комунікативні навички та моральна нормативність – у досліджуваних учасників бойових дій переважає середній рівень вираженості показників.

Таблиця 2.2.

#### Дослідження особливостей адаптивності учасників ООС за методикою МЛО-АМ

Шкали Амплітуда показників	Адаптаційні здібності		Нервово- психічна стійкість		Комунікатив ний потенціал		Моральна нормативність	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Високий і нормальний рівень	11	12,20	4	4,45	2	2,22	-	-
Задовільний рівень	43	47,80	38	42,22	85	94,45	61	67,77
Низький рівень	36	40,00	48	53,33	3	3,33	29	32,23

За дослідженням рівня достовірності, встановлено, що її рівень високий, а відповідно достовірними є і показники за іншими шкалами опитувальника.

За результатами дослідження встановлено, що 12,2% учасників ООС мають високий і нормальний рівень адаптації. Вони легко адаптуються до нових умов діяльності, швидко входять у новий колектив, досить легко і адекватно орієнтуються в ситуації, швидко виробляють конструктивну поведінку. Мають високу емоційну стійкість.

Визначено, що 47,8% досліджуваних мають задовільну адаптацію. Це

вказує на те, що більшість учасників ООС є ознаки акцентуації, які у звичних умовах частково компенсовані і можуть проявлятися при зміні діяльності. Тому успіх адаптації залежить від умов зовнішнього середовища. Проте, варто зауважити, що середовище, в яке повертаються учасники ООС, не завжди адекватно реагує на учасників ООС, непоодинокі випадки вияву неповаги та нерозуміння. Оскільки учасники бойових дій даної групи мають невисоку емоційну стійкість, це може приводити до асоціальних зривів, прояви агресії і конфліктності.

У 40% даної вибірки встановлено низький рівень за шкалою «адаптаційні здібності». Дана група має ознаки акцентуації характеру і може мати ознаки психопатії, а психічний стан може характеризуватися, як межевий, досліджуваним притаманна можливість нервово-психічних зривів. Зазначена категорія досліджуваних має низький рівень нервово психічної стійкості, конфліктності, можливі асоціальні вчинки. Зазначені особливості можуть утворюватися внаслідок тривалого перебування учасників ООС у стресових ситуаціях, внаслідок чого може проявлятися неконтрольована агресія, конфліктність на робочому місці, численні конфлікти в сім'ї, участь у бійках та інші асоціальні вчинки [14; 40; 175].

Було встановлено рівень нервово-психічної стійкості учасників ООС і їх толерантність до несприятливих дій професійної діяльності. Аналізуючи одержані результати, ми можемо зробити висновки, що за шкалою нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції 4,45% учасників ООС мають достатньо високий рівень. Зазначені результати вказують на достатньо високий рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності; достатньо високу толерантність до психічних і фізичних навантажень; достатньо високу стійкість до дії стрес-чинників [89; 90; 134; 145].

У 42,22% учасників ООС визначено задовільний рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Стійкий рівень працездатності у звичних умовах життєдіяльності. При тривалій дії явних психічних навантажень можливе тимчасове погіршення якості діяльності.



У 53,33% досліджуваних встановлено низький рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Нестабільний рівень працездатності, що особливо проявляється в ускладнених умовах діяльності. Адаптація до нових і незвичайних умов життєдіяльності ускладнена і може супроводжуватися тимчасовим погіршенням функціонального стану організму [106].

Встановлено, що лише 2,22% учасникам ООС притаманний високий рівень комунікативного потенціалу. Тобто їм притаманна швидка адаптація до нового колективу, легкість у встановленні контактів з оточуючими, неконфліктність, адекватне оцінювання власної ролі і конструктивна побудова міжперсональних взаєностосунків у колективі.

Задовільний рівень комунікативного потенціалу притаманний 94,45% даної групи. Зазначена категорія досліджуваних переважно на початковому етапі адаптації до нового колективу може відчувати ускладнення, не завжди правильно будує міжперсональні взаєностосунки, зважаючи на деяку неадекватність самооцінки, а на критичні зауваження на свою адресу в основному реагує адекватно, хоча і дещо хворобливо. В цілому здатні до корекції своєї поведінки.

У 3,33% досліджуваних учасників ООС встановлено низький рівень комунікативних здібностей, їм притаманні ознаки деяких акцентуацій характеру, а на початковому етапі адаптації до нового колективу виникають значні ускладнення. Міжперсональні взаєностосунки (як по горизонталі, так і по вертикалі) часто будують неправильно, хворобливо реагують на критику, у досліджуваних недостатньо розвинута здатність до корекції своєї поведінки.

За результатами дослідження моральної нормативності визначено, що у 67,77 % досліджуваних учасників ООС переважає середній рівень соціалізації. Тобто досліджувані у цілому орієнтовані на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки, дотримуються корпоративних вимог, у повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами.

У 32,23% учасників ООС визначено низький рівень соціалізації. Тобто

зазначена категорія досліджуваних не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки і соціально ухвалених вимог. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси переважають над груповими, досліджувані діють згідно з власними планами, не орієнтуючись на думку оточуючих, у них переважають егоцентричні тенденції і, відповідно, особистісні інтереси переважають над інтересами групи.

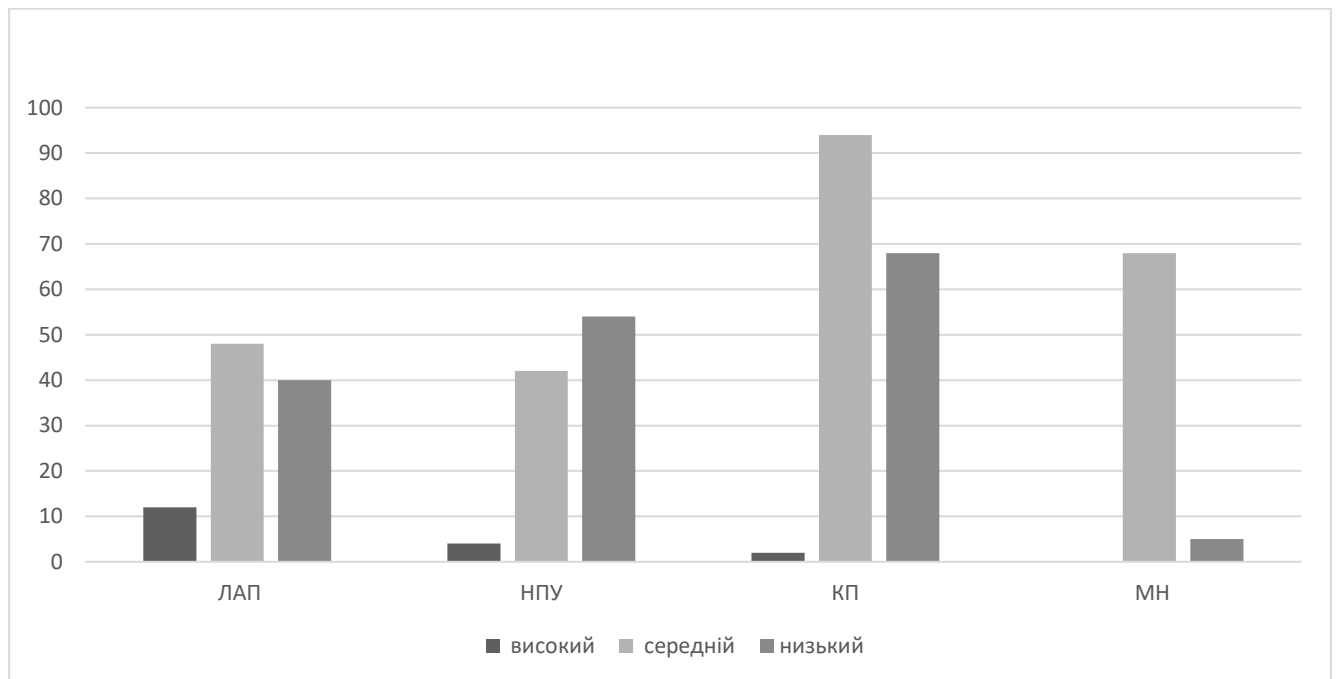


Рис. 2.5. Дослідження адаптивності учасників ООС за методикою «Адаптивність» (МЛО –АМ)

*Примітка: ОАП – особистісний адаптаційний потенціал; НПС – нервово-психічна стійкість; КП – комунікативний потенціал; МН- моральна нормативність.*

За результатами статистичної обробки даних встановлено: середнє квадратичне відхилення за шкалами особистісно-адаптивного потенціалу та нервово-психічної стійкості визначені як досить нестійкі величини (Додаток А). Тобто, якщо не проводити корекцію, то ризик зриву даних показників досить великий. Більш стійкі показники за шкалами комунікативні особливості та моральна нормативність, і, відповідно, показники переважно середнього значення з малим розкидом.

Результати дослідження за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда розкривають специфіку стосунків людини з соціальним оточенням та власне самосприйняття.

Адаптаційний процес має важливе значення для успішної взаємодії учасників ООС з навколишнім середовищем. Для задовільного протікання даного процесу необхідно навчитися протистояти дії несприятливих факторів навколишнього середовища, засвоювати нові соціальні ролі, стратегії поведінки, спрямовуватися в напрямку самореалізації та самоактуалізації, що сприятиме можливості успішно взаємодіяти.

Таблиця 2.3.

**Дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників ООС за методикою К. Роджерса і Р. Даймонда (у%)**

Шкали Ампліт уда показн ика	Адаптивність	Деадаптивність	Прийняття себе	Неприйняття себе	Прийняття інших	Неприйняття інших	Емоційний комфорт	Емоційний дисконфорт	Внутрішній контроль	Зовнішній контроль	Домінування	Підлеглість	Ескапізм
Вище норми	24,50	-	24,43	-	35,52	-	2,32	4,45	14,43	-	9,99	-	-
Норма	64,40	77,8	57,72	73,26	44,50	57,72	85,47	65,49	79,92	57,72	65,49	91,02	91,02
Нижче норми	11,10	22,2	17,76	26,65	19,98	42,28	12,21	29,97	5,65	42,26	24,42	8,88	8,88

За результатами дослідження адаптивності визначено, що у 64,4% досліджуваних учасників ООС переважають показники середнього рівня.

Відповідно у 11,1% учасників ООС показники нижчі норми, а у 24,5% - високий рівень адаптації. Тобто рівень адаптації у досліджуваних учасників ООС відповідає нормі.

За результатами дослідження дезадаптованості встановлено, що 77,8% учасників ООС мають середній рівень, 22,2% – нижчий норми, а осіб з високим

рівнем дезадаптованості не виявлено. Тобто, переважна кількість досліджуваних має низький та середній рівні вираження дезадаптованості.

Визначено показники за шкалою прийняття себе, а саме: у 57,72% учасників ООС середній рівень прояву зазначеної особливості, у 17,76% - низький рівень і у 24,43% – вищий норми. Також у 73,26% досліджуваних переважає середній рівень прояву неприйняття себе, а у 26,65% низький рівень.

За показниками шкали прийняття інших встановлено, що у 44,5% досліджуваних переважає середній рівень, а у 19,98% - низький рівень, високий рівень вираження зазначеної особливості у 35,52% досліджуваних. Неприйняття інших у 57,72% має середній рівень прояву, а у 42,28% досліджуваних низький рівень вираження зазначеної особливості.

Тобто, за результатами дослідження встановлено, що у досліджуваних учасників ООС переважає середній рівень як прийняття себе та інших, так і неприйняття [85].

Визначено, що у досліджуваних переважає середній рівень показників емоційного комфорту (85,47%), значно менша кількість досліджуваних має низький рівень (12,21%) і вищий норми (2,32%). Середній рівень емоційного дискомфорту у 65,49% досліджуваних, низький рівень у 29,97% і у 4,45% - високий рівень. Як визначено за результатами дослідження, у досліджуваних учасників ООС переважно середній рівень прояву як емоційного комфорту, так і емоційного дискомфорту, що вказує на певну емоційну стабільність.

У переважній кількості досліджуваних середній рівень за шкалою внутрішнього контролю 79,92%, низький рівень представлений у значно меньшому відсотковому співвідношенні 5,65%, високий рівень у 14,43%. За шкалою зовнішнього контролю також переважає середній рівень прояву показників ( 57,72%), хоча низький рівень також достатньо виражений (42,26%). Можна зазначити, що досліджувані мають достатньо стійкі показники як інтернальності, так і екстернальності, і можна припустити збалансованість мотиваційного компонента адаптації [85].

За шкалою домінування переважають показники середнього рівня (65,49%), низький рівень менше виражений (24,42%), а найнижчими показники високого рівня (9,99%).

Показники за шкалою підлеглості також переважно середнього рівня – 91,02%, низький рівень у 8,88%. За шкалою ескапізм у переважає середній рівень прояву показників - 91,02%, виявлено незначну кількість досліджуваних з низьким рівнем - 8,88%.

*Таблиця 2.4*

**Інтегральні показники дослідження за методикою соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда.**

	<b>n</b>	<b>Інтегральний показник</b>
Адаптивність	90	57,34
Самоприйняття	90	54,93
Прийняття інших	90	59,87
Емоційний комфорт	90	57,02
Інтернальність	90	62,95
Домінування	90	53,16

Для респондентів досліджуваної групи характерним є те, що найвищим інтегральним показником є інтернальність, прийняття інших, емоційний комфорт. Найнижчим інтегральним показником є потяги до домінування, самоприйняття. В учасників ООС може розвиватися неприйняття себе, що свідчить про загальну незадоволеність у сприйнятті власної особистості, її загальних якостей, характеристик.

Щодо здатності до прийняття інших, констатовано, що досліджувані тяжіють до прийняття. Але спостереження дає підстави характеризувати зазначених досліджуваних як осіб, які мають фрустровані потреби в

спілкуванні та взаємодії з іншими, а також труднощі в організації суспільної діяльності, тобто наявні внутрішні конфлікти.

Показники за шкалою емоційного комфорту, як однієї з ключових потреб у соціалізації та взаємодії з оточуючими, у досліджуваних свідчать про здатність адаптованих учасників ООС до адекватного емоційного реагування на проблеми взаємодії та особистісного розвитку. Їхнє ставлення до оточення є стабільним. У той же час, досліджувані характеризуються певною невизначеністю у своєму емоційному ставленні до оточуючих і до подій життя. Їм притаманні невпевненість, емоційна ригідність, відстороненість в емоційній взаємодії з іншими. Власне, це і є визначальним у їхньому соціальному статусі. Аналізуючи інтернальність учасників ООС у вимірах внутрішнього та зовнішнього контролю і саморегуляції, встановленими, що респонденти демонструють внутрішній контроль – інтернальність (як схильність приписувати причини того, що відбувається, внутрішнім чинниками). Тобто вони виявляють схильність пояснювати відповідальність за події, що відбуваються в житті, результатами власної активності, своєю поведінкою, характером, здібностями. Інтерпретація показника домінування засвідчує, що притаманна тенденція до лідерства та провідної ролі у вирішенні завдань і до особистісної активності за рахунок залучення інших. У учасників ООС низький рівень прояву показників за шкалою підлеглисть, що можна інтерпретувати як прагнення виконувати поставлені кимось завдання, що може бути проблемою у процесі будь-якої діяльності. Ескапізм у досліджуваних знаходиться на середньому рівні.

Узагальнюючи отримані результати, слід зазначити, що в цілому отримані результати дають підстави вважати, що найбільший інтегрований показник за методикою СПА - це інтернальність, що відповідає особливостям участі у військових діях [78].

Наступним етапом нашого дослідження було дослідження *емоційної складової соціально-психологічної адаптації учасників ООС*.

Для дослідження особливостей емоційної складової соціально-психологічної адаптації учасників ООС було проведено дослідження рівня вираженості переживання депресії, тривожності та агресії.

Для дослідження рівня переживання депресії була використана методика діагностики депресивних станів В. Зунге (Таблиця 2.5.). За результатами дослідження встановлено, що у переважної більшості досліджуваних відсутні прояви депресії (89,91%), а у 10,09% визначено легку форму депресії, що вказує на те, що психологічних переживань, що супроводжують депресивний афект, немає. Настрій має стійкий характер, рівень активності, працездатності, а також самооцінки та впевненості в майбутньому не знижений.

*Таблиця 2.5.*

**Дослідження переживання депресивних станів учасниками ООС за методикою В. Зунге (%)**

<b>Шкала Рівень</b>	<b>Нормальний стан</b>	<b>Легка депресія</b>	<b>Помірна депресія</b>	<b>Важка депресія</b>
депресія	89,91	10,09	-	-

Для дослідження рівня тривожності використовувався опитувальник, розроблений Чарльзом Спілбергером та адаптований Юрієм Ханіним, для діагностики особистісної (як стійкої якості особистості) тривожності та тривоги в даний момент часу (реактивної, як стану) (Таблиця 2.6.).

Дослідження тривожності як якості особистості особливо важливе, адже ця властивість багато в чому обумовлює поведінку суб'єкта. Тривожність не може розглядатися, як негативна властивість особистості, оскільки наявний середній рівень тривожності забезпечує активність особистості та її діяльність. Кожній людині притаманний власний оптимальний чи бажаний рівень тривожності – це так звана корисна тривожність. Оцінка людиною власного

стану в цьому відношенні є для неї суттєвим компонентом самоконтролю та самовиховання [68].

Досліджуваним властивий високий рівень особистісної тривожності (30,07%). Отже, у них сформована стійка індивідуальна характеристика, що відображає схильність сприймати більшість життєвих ситуацій як загрозові і відповідно на них реагувати. Високий рівень особистісної тривоги вказує на наявність внутрішньоособистісного конфлікту.

*Таблиця 2.6.*

**Дослідження особистісної та реактивної тривожності учасників ООС за методикою Ч.Спілбергера, Ю.Ханіна**

Рівень тривожності учасників ООС	Реактивна тривожність		Особистісна тривожність	
	n	(%)	n	(%)
Низький	65	72,25	11	12,21
Середній	25	27,75	52	57,72
Високий	-	-	27	30,07

У 12,21% досліджуваних учасників ООС визначено показники низької тривожності, тобто їм притаманні неактивність та низький рівень мотивації. У поодиноких випадках показники низької тривожності є результатом активного витіснення особистістю високої тривоги з метою виставити себе в найкращому вигляді.

Рівень ситуативної тривоги у досліджуваних переважно середній (27,75%). Низький показник за зазначеною шкалою у 72,25% досліджуваних. За результатами дослідження ситуативної тривоги встановлено, що 76% досліджуваним не притаманний зазначений вид тривоги, що є важливим показником під час участі у військових діях.



Тривожність учасників ООС, як підвищена схильність переживати тривогу через реальну чи уявну небезпеку, може даватися взнаки у міжособистісному спілкуванні, у поведінці і супроводжуватися виявом неадекватно підвищеної психоемоційної напруженості, призводити до порушень регуляторних процесів. При постійних виявах таких станів вона, як засвідчили наші спостереження, закріплюється і перетворюється у стійку властивість особистості і може стати навіть домінуючою рисою характеру. Саме такої позиції притримується більшість науковців [55; 57].

Нами встановлено, що тривожність як риса особистості учасника ООС є найбільш значущим ризик-фактором, що сприяє нервово-психічним захворюванням. Висока тривожність знижує ефективність їх інтелектуальної діяльності, гальмує її в напружених ситуаціях, наприклад, під час відповідальної діяльності; знижує рівень розумової працездатності, викликає невпевненість у своїх здібностях, є однією з причин низького соціального статусу особистості, тому що така поведінка характеризується емоційною невірноваженістю, роздратуванням і може призвести до емоційного стресу.

Стан тривоги загалом свідчить про емоційну нестійкість особистості, недостатню пристосованість організму до змін навколишньої дійсності, він є суб'єктивним виявом неблагополуччя особистості, тобто її дезадаптованості.

Для дослідження рівня агресії учасників бойових дій була використана методика А. Басса та А. Дарки.

У сучасних психологічних дослідженнях термін «агресія» використовується в досить широкому контексті, тому потребує «очищення» від ряду нашарувань окремих значень.

Кожен автор по-різному визначає поняття агресії та агресивності у своїх дослідженнях та монографіях: агресія розглядається як вроджена реакція людини для захисту території, яку вона займає; як прагнення чи установку до домінування; як реакцію людини на ворожу для неї дійсність. Доволі стрімкого поширюються отримали теорії, що пов'язують агресію та фрустрацію.

Агресивність сприймають та розуміють як якість, властивість особистості, що характеризується наявністю деструктивних тенденцій, в основному в області суб'єктно-суб'єктних відношень. Ймовірно, деструктивний компонент людської активності є необхідним у пізнавальній діяльності, оскільки потреби індивідуального розвитку формують у людях здатність до подолання й руйнування труднощів та перешкод, що протидіють цьому процесу.

Агресивність має якісну та кількісну характеристики. Як і будь-яка властивість, вона має різний ступінь виразності: від майже цілковитої відсутності до її максимального розвитку. Кожній особистості притаманний певний ступінь агресивності. Її відсутність приводить до пасивності та конформності. Надмірне ж вираження агресивності робить особистість конфліктною, не здатною йти на свідому співпрацю.

Сама по собі агресивність не робить суб'єкта свідомо небезпечним, адже з одного боку, існуючий зв'язок між агресією та агресивністю не є жорстким, а з іншого, власне акт агресії може не мати свідомо небезпечних та незадовільних форм. У людській свідомості агресивність є синонімом «злої активності», але сама по собі деструктивна поведінка не містить злості, такою її робить мотив діяльності, ті цінності, заради досягнення і володіння якими активність «повертається». Зовнішні практичні дії можуть бути подібні, але їх мотиваційні компоненти протилежні.

Виходячи з цього, прояви агресії можна розділити на два основних типи: перший – мотиваційна агресія, як самоцінність, другий – інструментальна, як засіб. Фахівців більшою мірою має хвилювати мотиваційна агресія як прямий вияв реалізації деструктивних тенденцій. Для виявлення власне цих тенденцій використовується опитувальник А. Басса та А. Дарки.

А. Басс, прийнявши ряд положень своїх попередників, розділив поняття агресії і ворожості. Останню визначав як реакцію, що розвиває негативні почуття і негативні оцінки людей та подій. Створюючи свій опитувальник, що розділяє прояви агресії та ворожості, А. Басс та А. Дарка виділили наступні

види реакцій: фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи; непряма агресія, обхідним шляхом спрямована на іншу особистість чи не направлена ні на кого; роздратування – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні (запальність, грубість); негативізм – опозиційна манера поведінки від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв та законів; ображеність – заздрість та ненависть до оточуючих за дійсні чи вигадані дії; підозрілість – у діапазоні від недовіри та обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують та завдають шкоду; вербальна агресія – вираження негативних відчуттів як через форму (крик, писк), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози); почуття провини – виражає можливі переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що вчиняє зло, даний вид агресивності включає в себе докори сумління.

За результатами дослідження особливостей агресивності за методикою А.Басса та А.Дарки (Таблиця 2.7.; Рисунок 2.6.), були визначені основні види агресивності учасників ООС.

Встановлено наступні показники в учасників бойових дій: рівень фізичної агресії розвинений на низькому рівні у 31,11% досліджуваних, на середньому у 37,78%, 24,44% опитуваних мають підвищений рівень фізичної агресії та у 6,67% відзначається високий рівень фізичної агресії. Високий рівень фізичної агресії свідчить про можливість застосування фізичної сили проти інших людей, що особливо може проявлятися в моменти фрустрованості потреб.

Рівень вербальної агресії має низькі показники у 2,22% опитуваних, середній рівень у 22,2% досліджуваних та у 17,76% респондентів встановлено підвищений рівень показник вербальної агресії, високий рівень вербальної агресії у 18,87% досліджуваних, дуже високий у 38,95% респондентів. Високий та дуже високий рівні вербальної агресії можуть виявлятися у критиці або у погрозах, які особистість застосовує по відношенню до інших. Найчастіше такий вид агресії не має об'єкта, тобто він може бути викликаний роздратуванням чи невдалим днем, тоді суб'єкт виражає злість на тих, хто

стоїть поруч, або просто невчасно підійшов, у вигляді різких жестів, мовленнєвих формулювань. Однак такий вид не передбачає заподіяння фізичної шкоди будь-кому.

Таблиця 2.7.

**Дослідження особливостей агресивності учасників ООС за методикою А. Басса та А. Дарки**

<i>Рівні</i> <i>Шкали агресивності</i>	Низький рівень		Середній рівень		Підвищений рівень		Високий рівень		Дуже високий рівень	
	п	%	п	%	п	%	п	%	п	%
<b>Фізична</b>	28	31,11	34	37,78	22	24,44	9	6,67	-	-
<b>Непряма</b>	9	9,99	50	55,50	29	32,19	2	2,32	-	-
<b>Дратівливість</b>	11	12,21	23	25,53	32	35,52	20	22,20	4	4,54
<b>Негативізм</b>	81	89,91	9	10,09	-	-	-	-	-	-
<b>Ображеність</b>	27	29,97	43	47,73	20	22,30	-	-	-	-
<b>Підозрілість</b>	16	17,76	23	25,53	29	32,19	22	24,52	-	-
<b>Вербальна</b>	2	2,22	20	22,20	16	17,76	17	18,87	35	38,95
<b>Самоагресія</b>	18	19,98	22	24,42	40	44,40	10	11,20	-	-

Показники непрямої агресії такі: 9,99% досліджуваних учасників ООС мають низький рівень, 55,5% - середній рівень, 32,19% – підвищений рівень та у 2,32% виявлено високий рівень непрямої агресії. При високих показниках агресія спрямовується на людину обхідним шляхом. Це прихований вид агресії, спрямований на об'єкт таємно, і ним самим не усвідомлюється. Для прикладу можна навести заздрість до чужого щастя або успіху.

Форма агресивної поведінки «негативізм» розвинена у 89,91% досліджуваних на низькому рівні, у 10,09% середній рівень його прояву. Високий рівень негативізму не виявлений у даній вибірці.

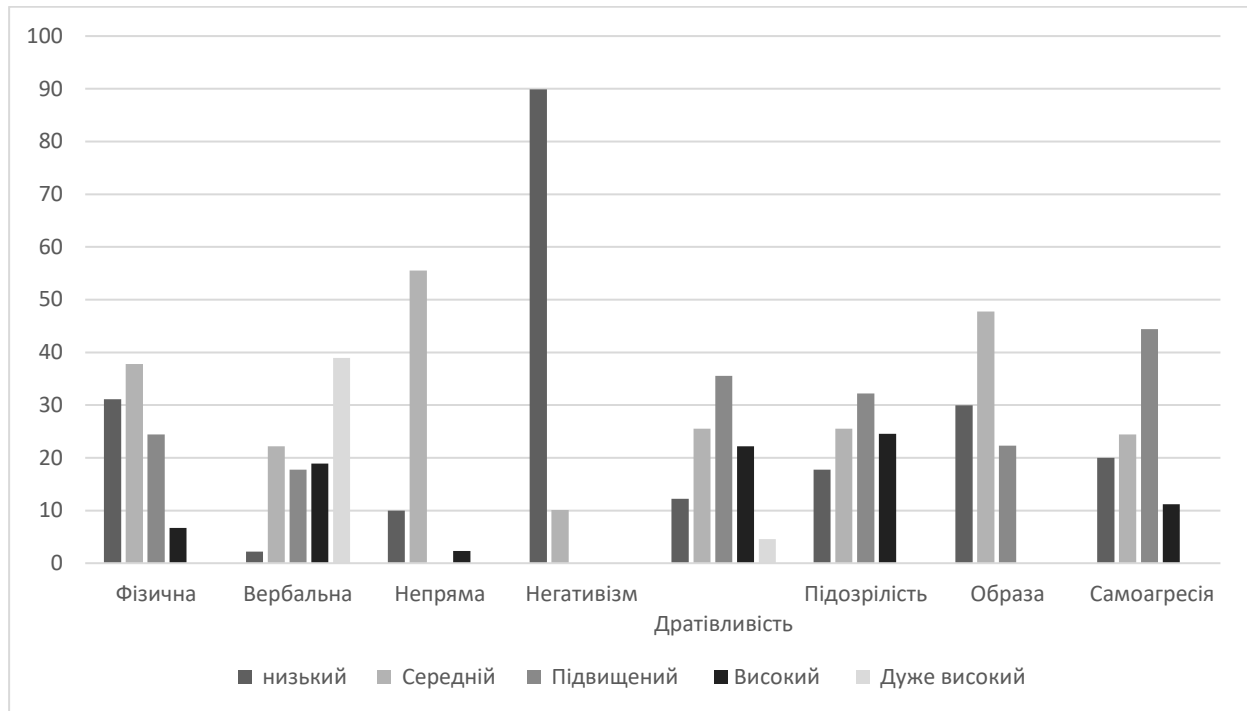


Рис.2.6. Дослідження агресивності учасників ООС за методикою А. Басса та А. Дарки (у %)

У 12,21% опитуваних низький рівень дратівливості, у 25,53% – середній рівень, а 35,52% мають підвищений рівень дратівливості, у 22,2% – високий рівень, у 4,54% – дуже високий рівень дратівливості. Високі показники дратівливості виражають готовність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні (запальність, грубість).

Низький рівень показників підозрілості притаманний 17,76% досліджуваних, 25,53% – середній, 32,19% – підвищений рівень. У 24,52% досліджуваних високий рівень, що виражається в діапазоні від недовіри та обережності по відношенню до людей, до переконання в тому, що інші люди планують та завдають шкоди. Можуть розвиватися параноїдальні тенденції.

Показники образливості переважно мають низький 29,97%, середній - 47,73% та підвищений 22,3% рівні прояву.

У 19,98% опитуваних низький рівень почуття провини, у 24,42% - середній рівень, у 44,4% – підвищений рівень, у 11,2% - високий. Високий показник виражає можливість переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що вчиняє зло, зазначена особливість включає в себе докори сумління.

Можна зробити висновок, що найбільш розвинені такі види агресії, як вербальна, фізична, самоагресія. Тобто при ситуації, що розцінюється учасниками ООС як фрустраційна, може виникати вербальна агресія у вигляді лайки, фізичної агресії та почуття провини після інциденту [84].

*Експериментальне дослідження поведінкової складової соціально-психологічної адаптації учасників ООС.*

Методика Q-сортування В.Стефансона призначена для вивчення уявлень людини про себе й дозволяє визначити шість основних тенденцій поведінки людини в реальній групі: залежність, незалежність, товарицькість, нетоварицькість, прийняття боротьби, уникання боротьби.

За результатами дослідження тенденцій у реальній групі та уявлень про себе за методикою Q-сортування В.Стефансона (Таблиця 2.8.) встановлено, що провідними в учасників бойових дій є тенденції: товарицькість, залежність, уникання боротьби.

Тобто учасникам бойових дій притаманна поведінкова стратегія – товарицькість, що свідчить про контактність, прагнення встановлювати емоційні зв'язки, але досвід показує, що тільки у своїй групі побратимів, в інших групах прослідковується прагнення не встановлювати емоційні зв'язки, але в той самий час існують протилежні тенденції, що полягають в активному прагненні до участі в суспільному житті та досягненні високого групового статусу. Можна припустити, що наявне прагнення до активного встановлення контактів у групах учасників бойових дій та тісної взаємодії з ними. Також виявлено переважання внутрішнього та зовнішнього прагнення особистості не

приймати групові стандарти як соціально, так і морально-етичні, що може бути наслідком участі у військових діях та розчарування в соціальній підтримці. І, відповідно, виражений показник уникання боротьби, що є ознакою активного прагнення відійти від взаємодії, зберегти нейтралітет у групових суперечках і конфліктах, досліджувані мають схильність до компромісних рішень.

Таблиця 2.8.

**Дослідження тенденцій поведінки в реальній групі та уявлень про себе в учасників ООС за методикою Q-сортування В.Стефансона (n=90)**

Показники досліджуваних учасників ООС	Тенденції поведінки в реальній групі					
	Залежність	Незалежність	Товариськість	Нетовариськість	Прийняття боротьби	Уникання боротьби
Показники (у %)	4,24	3,82	4,74	3,50	2,72	4,14

На жаль, зазначені особливості можуть виглядати як протестні, як бажання встановлювати стосунки лише в соціальній групі з досвідом участі у військових діях, що може ускладнювати міжособистісні стосунки з колегами, рідними та знайомими без зазначеного досвіду.

Крім того, кожна з тенденцій має внутрішню й зовнішню характеристику, товариськість, залежність та уникання боротьби можуть бути дійсними, а можуть приховувати істинні бажання, також ні одна з тенденцій не має якісної переваги.

Для дослідження *мотиваційно-ціннісної складової соціально-психологічної адаптації учасників ООС* було застосовано методикою Ціннісний опитувальник Ш.Шварца.

За результатами дослідження ціннісних орієнтацій учасників ООС

(Рисунок 2.7.) встановлено, що провідними за соціальними та індивідуальними характеристиками є такі ціннісні орієнтації, як універсалізм (31,18; 31,34), безпека (23,08; 26,94), самостійність (21,5; 23,52), доброта (21,36; 22,74). Тобто досліджуваним притаманні ціннісні орієнтації, що пов'язані з виживанням у соціальних умовах, з соціальною та особистісною безпекою, почуттям приналежності до групи, зі здоров'ям, із самостійністю мислення, самоконтролем та автономією, із збереженням добробуту людей, з якими учасники ООС перебувають в особистих контактах.

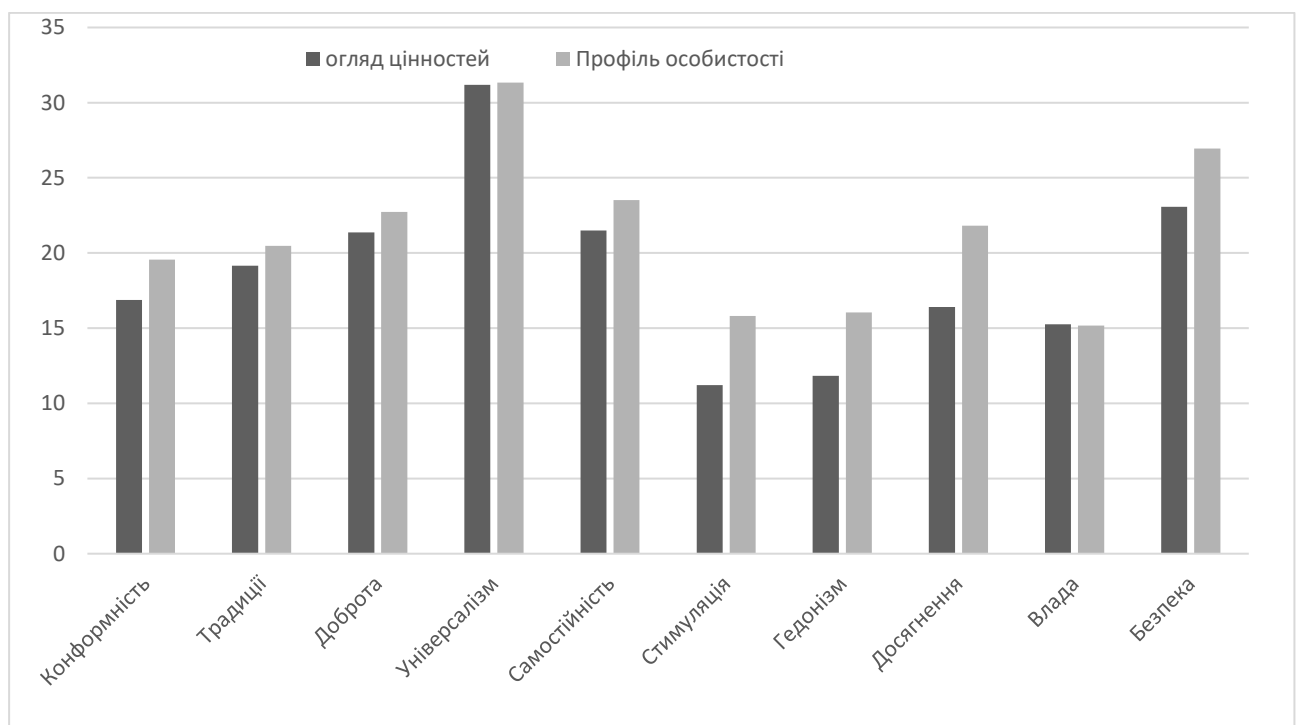


Рис.2.7. Дослідження ціннісних орієнтацій учасників ООС за методикою Ш.Шварца

Найнижчі показники у досліджуваних за шкалами ціннісних орієнтацій за соціальними та індивідуальними характеристиками: гедонізм (11,82; 16,04) та стимуляція (11,22; 15,82). Можна припустити, що участь у військових діях знизила переживання насолоди, зокрема чуттєве задоволення, і пригнітила прагнення до нових та глибоких переживань.

Встановлено, що середній рівень прояву в учасників ООС за шкалами



таких ціннісних орієнтацій: влада (досягнення соціального статусу або престижу, контролю та домінування над людьми); досягнення (особистий успіх через прояв компетенції); гедонізм (насолада та чуттєве задоволення); традиції (повага до традицій та ідей культури, до якої належить індивід); конформність (утримання проявів, що мають негативні соціальні наслідки).

Для визначення особливостей *самоствавлення* учасників ООС було застосовано тест-опитувальник В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва.

Самоствавлення – це певне стійке переживання власного Я, що містить ряд специфічних модальностей (вимірів), які відрізняються як за емоційним тоном, переживанням, так і за семантичним змістом відповідного ставлення до себе.

Таблиця 2.9.

**Дослідження особистісного самоствавлення учасників ООС за тестом-опитувальником В. Століна, С. Пантелєєва**

Види самоствавлення	Відвертість	Самовпевненість	Самокерованість	Дзеркальне-Я	Самоцінність	Самоприйняття	Самоприв'язаність	Конфліктність	Самозвинувачуваність
Показники учасників ООС	6,74	8,98	6,94	7,04	8,42	6,30	5,52	4,26	3,36
Фактори самоствавлення		1 фактор - 22,66			2 фактор - 20,24		3 фактор - 7,62		

Шкала внутрішньої чесності – відкритості тесту-опитувальника В.Століна, С.Пантелєєва пов'язана з такими аспектами образу Я: самоствавлення, поведінки які, будучи значимими для особистості, важко допускаються до усвідомлення. У даній вибірці показники за названою шкалою

вищі середнього (6,74балів). Отже, учасники ООС мають середній рівень відкритості.

За шкалою самовпевненості в учасників бойових дій даної вибірки встановлено високий рівень (8,98 балів). Тобто досліджувані мають уявлення про себе як про самостійну, вольову, енергійну, надійну людину, якій є за що себе поважати.

За шкалою самокерівництва у досліджуваних учасників ООС визначено середній рівень прояву (6,94балів), тобто основним джерелом активності та результатів, що стосуються як діяльності, так і власної особистості досліджуваних, є вони самі. Проте є ряд ситуацій, де вони не можуть протистояти долі, і як наслідок - погана саморегуляція, дещо розмитий локус Я.

Шкала Дзеркальне-Я (7,04 балів) відображає самоставлення, тобто очікуване ставлення до себе з боку інших людей, що свідчить про те, що у досліджуваних учасників ООС є уявлення про те, що їх особистість, характер та діяльність здатні викликати в інших повагу, симпатію, схвалення та розуміння.

Шкала самоцінності (8,42 балів) відображає емоційну оцінку себе, свого Я за внутрішніми інтимними критеріями любові, духовності, багатства внутрішнього світу. Високі оцінки за шкалою відображають зацікавленість у власному Я, любов до себе, відчуття цінності власної особистості та одночасно передбачувану цінність свого Я для інших.

Визначено високий рівень прояву показників за шкалою самоприйняття (6,3 балів), що відповідає дружньому ставленню до себе, згоді з самим собою, схваленню своїх планів та бажань, емоційному, безумовному прийняттю себе таким, який ти є, нехай навіть з деякими недоліками.

За шкалою самоприв'язаності у досліджуваних учасників ООС визначено низький рівень (5,52 балів). Зазначені дані дослідження свідчать про бажання щось у собі змінити, потяг до відповідності з ідеальним уявленням про себе, незадоволеність собою.

Встановлено помірне підвищення показників за шкалою внутрішньо конфліктності (4,26 балів), що вказує на підвищену рефлексію, глибоке проникнення у себе, усвідомлення своїх труднощів, адекватний образ Я та відсутність витіснення.

Визначено середній рівень прояву показників за шкалою самозвинувачення (3,36 балів), що вказують на самозвинувачення, готовність поставити собі у провину свої промахи та невдачі, власні недоліки. Шкала є індикатором відсутності симпатії, що супроводжується негативними емоціями.

За результатами дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що у більшості досліджуваних учасників операції ООС переважають нормативні рівні за шкалами соціально-психологічної адаптації. Поряд з вищезазначеним, показники низького рівня визначено за шкалами: неприйняття себе, неприйняття інших, зовнішній контроль.

За результатами дослідження рівня адаптивності учасників бойових дій встановлено, що за шкалами: нервово-психічна стійкість, комунікативні навички, моральна нормативність та адаптаційні здібності - у досліджуваних учасників бойових дій переважає середній рівень вираженості показників.

Тобто, для переважної більшості досліджуваних характерна адаптованість, що є ознакою подолання наслідків участі в військових діях за рахунок власного особистісного потенціалу.

Встановлено, що третина досліджуваних учасників ООС мають прояви соціально-психологічної дезадаптації, зокрема низькі показники нервово-психічної стійкості, адаптованості, комунікативних здібностей, моральної нормативності та соціалізації. Також третина досліджуваних має високі показники особистісної тривожності, агресивності та складності у взаємодії з оточенням.

Визначено, що провідними в учасників бойових дій є поведінкові тенденції: товарицькість, залежність, уникання боротьби. Зазначене свідчить про контактність, прагнення створювати емоційні зв'язки, проте, як показує досвід, лише у своїй групі, тобто у групі побратимів. Домінуючі ціннісні орієнтації:

безпека (соціальний порядок, безпека сім'ї, національна безпека), самостійність (незалежність мислення і вибору дій), універсалізм (захист всіх людей і природи).

За результатами дослідження особистісного самоствалення встановлено, що у досліджуваних виражені: самовпевненість, самоцінність та дзеркальне-Я (очікування позитивного ставлення до себе з боку інших); низькі значення за шкалою самоприв'язаності, конфліктності та самозвинувачення. Відповідно досліджуваним притаманна як впевненість у власному особистісному потенціалі, любов до себе, так і незадоволеність собою, провина за власні дії та орієнтування на ставлення оточуючих, що може бути причиною внутрішнього конфлікту.

За результатами дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що більшості досліджуваних властиві середні показники за шкалами адаптивності, дезадаптивності, прийняття себе та інших, неприйняття себе та інших, емоційний комфорт та емоційний дискомфорт, внутрішній та зовнішній контроль, домінування, підлеглість та ескапізм. Поряд із вищезазначеним, показники низького рівня визначено за шкалами: неприйняття себе, неприйняття інших, зовнішній контроль, що може вказувати на приховану потребу реалізації зазначених тенденцій.

За результатами дослідження рівня адаптивності учасників ООС встановлено, що за шкалами – нервово-психічна стійкість, комунікативні навички, моральна нормативність та адаптаційні здібності - у досліджуваних учасників бойових дій переважає середній рівень вираженості показників. Тобто, переважній більшості досліджуваних характерна адаптованість, що є ознакою подолання наслідків участі в військових діях за рахунок власного особистісного потенціалу.

Встановлено, що третина досліджуваних учасників ООС мають прояви соціально-психологічної дезадаптації, зокрема низькі показники нервово-психічної стійкості, адаптованості, комунікативних здібностей, моральної нормативності та соціалізації. Також третина досліджуваних має високі

показники особистісної тривожності, агресивності та складності у взаємодії з оточенням.

Визначено, що провідними в учасників бойових дій є поведінкові тенденції: товарицькість, залежність, уникання боротьби. Зазначене свідчить про контактність, прагнення створювати емоційні зв'язки, проте, як показує досвід, лише у своїй групі, тобто у групі побратимів.

Провідні ціннісні орієнтації досліджуваних - безпека (соціальний порядок, безпека сім'ї, національна безпека), самостійність (незалежність мислення і вибору дій), універсалізм (захист всіх людей і природи).

За результатами дослідження особистісного самоствавлення встановлено, що у досліджуваних виражені: самовпевненість, самоцінність та дзеркальне-Я (очікування позитивного ставлення до себе з боку інших); низькі значення за шкалою самоприв'язаність, конфліктність та самозвинувачення, також досліджуваним притаманна як впевненість у власному особистісному потенціалі, любов до себе, так і незадоволеність собою, провини за власні дії та орієнтування на ставлення оточуючих, що може бути причиною внутрішнього конфлікту.

Результати дослідження підтверджують і вказують на двополярний континуум (адаптивність/дезадаптивність) внутрішніх психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

#### **2.4. Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил**

Для дослідження особливостей Я-концепції було застосовано методику дослідження особливостей Я-концепції молоді І. Чухрій [232], а соціальні характеристики учасників бойових дій досліджувалися за допомогою анкети дослідження особистих даних учасників бойових дій (соціальний анамнез) Т.Кочубинської, детальний аналіз яких представлений у пункті 2.2. дисертаційного дослідження.

Дослідження особливостей Я-концепції за методикою І.Чухрій [232] передбачало визначення компонентного складу та специфіки Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

За результатами встановлено, що до компонентного складу Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил (Рисунок 2.8.) увійшли: Я-фізичне 17%, Я-психічне 20%, Я-професійне 22%, Я-сімейне 23% та Я-учнівське 18%.

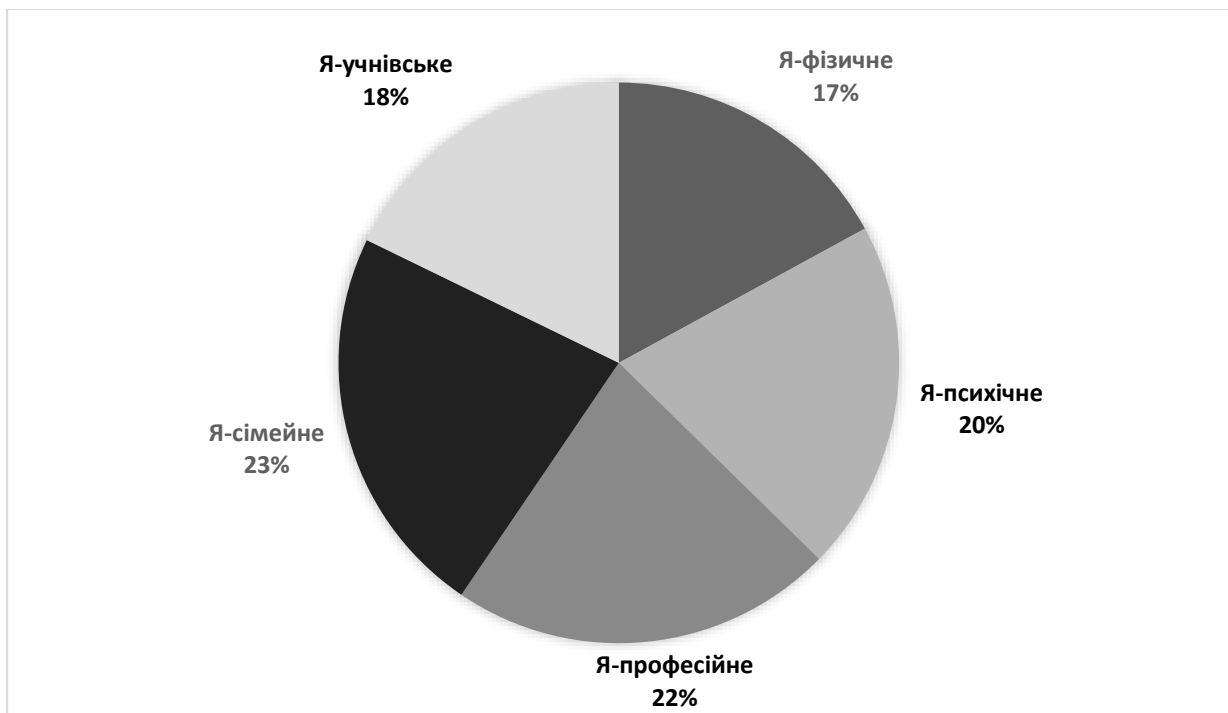


Рисунок 2.8. Особливості компонентного складу Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил

Встановлено, що компоненти Я-сімейне, Я-професійне та Я-психічне демонструють більш високі показники, що властиво саме досліджуваній віковій категорії. Відповідно до наукового положення Р.Крайга, в періоді зрілості основні компоненти Я-концепції – це Я-особистісне, що розкривається у запропонованій методиці у компоненті Я-психічне, Я-професійне та Я-сімейне.

Компоненти Я-учнівське та Я-фізичне також увійшли до складу структури Я-концепції досліджуваних учасників ООС, що може обґрунтуватися ризиками та втратою фізичного здоров'я досліджуваними

внаслідок участі у військових діях та можливим регресом до ранніх особистісних структур [150; 154]. Я-учнівське зайняло значну позицію через необхідність перекваліфікації або підвищення професійної кваліфікації досліджуваних [82].

Заслуговує на увагу дисгармонійність досліджуваних компонентів, що виражається у відмінності їх відсоткових значень.

Для даної методики ми вводимо такі результуючі показники:

- потужність Я-концепції, як загальна кількість набраних за методикою балів;
- тип Я-концепції. Можливі варіанти: 1) гармонійний; 2) збалансований; 3) дисгармонійний. Ці типи визначаються близькістю балів за шкалами методики. При цьому використовуємо міру «середньоквадратичне відхилення»;
- характер дисгармонійності Я-концепції, як домінуюча сфера Я-концепції [82].

Як бачимо, домінуюча більшість вибірки досліджуваних мала дисгармонійний тип Я-концепції (68%) (Таблиця 2.10.). При чому домінуючим типом дисгармонійності виявився сімейний (50%), тоді як професійний і учнівський склали приблизно однакові відсотки (23,5% і 26,% відповідно) (Таблиця 2.11.).

Таблиця 2.10.

### Особливості Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил

Тип Я-концепції		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичувальний відсоток
Валідні					
	Гармонійна	16	17,8	17,8	17,8
	Збалансована	13	14,4	14,4	32,2
	Дисгармонійна	61	67,8	67,8	100,0
	Разом	90	100,0	100,0	

Як бачимо, домінуюча більшість вибірки досліджуваних мала дисгармонійний тип Я-концепції (68%) (Таблиця 2.10.). При чому домінуючим типом дисгармонійності виявився сімейний (50%), тоді як професійний і учнівський склали приблизно однакові відсотки (23,5% і 26,% відповідно) (Таблиця 2.11.).

Важливо зауважити, що значна частина досліджуваних учасників ООС вказувала на складності саме сімейних взаємовідносин та конфліктну взаємодію з членами подружжя.

Таблиця 2.11.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності компонентів Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил**

Тип дисгармонійності		Частота	Відсотки	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні					
	Професійна	14	23,0	23,0	23,0
	Сімейна	31	50,8	50,8	73,8
	Учнівська	16	26,2	26,2	100,0
	Разом	61	100,0	100,0	

Саме сім'я зустрічається з складністю адаптування учасників ООС до умов мирного життя, не завжди близькі розуміють всю специфіку наслідків військових дій, оскільки самі пізнають складну парадигму емоційних переживань.

Було досліджено зв'язок типу Я-концепції з певними соціально-демографічними характеристиками, а саме: з віковою групою, статтю, рівнем освіти, професійною зайнятістю, сімейним станом, наявністю дітей та часом і місцем несення служби у зоні ООС. Основним матеріалом аналізу слугували таблиці спряженості, які подано нижче.

За результатами дослідження встановлено, що спостерігається певна вікова динаміка дисгармонійності (Таблиця 2.12.). Її пік приходиться на період



середньої дорослості, тоді як до 30 й після 50 років визначено тенденцію до зниження. У віковій психології саме період середньої дорослості визнаний як найбільш стабільний, у період якого людина розширює власні можливості, вдосконалює надбання попередніх вікових періодів, можливо, це певним чином і впливає на гармонізацію Я-концепції досліджуваних.

Таблиця 2.12.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та вікових характеристик учасників операції Об'єднаних сил**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Вікова група						
% в Вікова група						
		Вікова група				Разом
		до 29	від 30 до 39	від 40 до 49	від 50	
Тип Я-концепції	Гармонійна	27,3%	12,5%	18,2%	50,0%	18,0%
	Збалансована	18,2%	12,5%	18,2%	-	14,0%
	Дисгармонійна	54,5%	75,0%	63,6%	50,0%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

До зазначеного періоду в учасників ООС, можливо, було виконано ряд важливих життєвих завдань, а захист рідної держави додає вже сформованому особистісному конструкту переживання виконання місії захисту наступних поколінь, боротьби з несправедливістю, примноження національного спадку незалежності, національної ідентичності та волі, що може містити у собі розвиток генеративності як цілісності особистості (Е.Еріксон) [163; 222; 234].

Встановлено, що в чоловіків дисгармонійність Я-концепції більш виражена, ніж у жінок (Таблиця 2.13.). Проте, цей результат не може вважатися репрезентативним, оскільки відсоток жінок у досліджуваній вибірці склав лише 8%.

Щодо рівня освіти (Таблиця 2.14.), відзначимо найменшу дисгармонійність в осіб з середньою освітою, тоді як в інших двох категоріях майже на однаковому рівні домінує дисгармонійність.

Таблиця 2.13.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та гендерних характеристик учасників операції Об'єднаних сил**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Стать				
% Стать				
		Стать		Всього
		чоловіча	жіноча	
Тип Я-концепції	Гармонійна	15,2%	50,0%	18,0%
	Збалансована	15,2%		14,0%
	Дисгармонійна	69,6%	50,0%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%

При цьому відзначимо, що особам з вищою освітою майже у два рази більше притаманна гармонійність (18,6% проти 10,0%).

Таблиця 2.14.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та освітніх характеристик учасників операції Об'єднаних сил**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Освіта					
% Освіта					
		Освіта			Всього
		середня	середня спеціальна	вища	
Тип Я-концепції	Гармонійна	50,0%	10,0%	18,6%	18,0%
	Збалансована		20,0%	13,2%	14,0%
	Дисгармонійна	50,0%	70,0%	68,2%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

У працюючих дисгармонійний тип Я-концепції зустрічається частіше, ніж у непрацюючих, й, одночасно, переважає гармонійність (Таблиця 2.15.).

З одного боку, це вказує на те, що забезпечення виконання провідної діяльності дорослого періоду життя певним чином формує гармонійність, але з іншого боку, складність адаптування до нових, невійськових, професійних вимог, проблеми міжособистісної взаємодії та інші все ж таки викликають дисгармонійність [82].

Таблиця 2.15.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та  
працевлаштованості учасників операції Об'єднаних сил**

<b>Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Праця</b>				
% Праця				
		Праця		Всього
		не працюючий	працюючий	
Тип Я-концепції	Гармонійна	14,3%	19,4%	18,0%
	Збалансована	21,4%	11,1%	14,0%
	Дисгармонійна	64,3%	69,4%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%

Досить цікавими виявилися показники дисгармонійності Я-концепції в осіб з різним сімейним станом (Таблиця 2.16.).

Таблиця 2.16.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та сімейного  
стану учасників операції Об'єднаних сил**

<b>Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Сімейний стан</b>						
% Сімейний стан						
		Сімейний стан				Всього
		не у шлюбі	у шлюбі	розлучені	вдівець	
Тип Я-концепції	Гармонійна	25,0%	15,6%	20,0%		18,0%
	Збалансована	16,7%	9,4%	40,0%		14,0%
	Дисгармонійна	58,3%	75,0%	40,0%	100,0%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Усі особи – вдівці, мали дисгармонійний тип Я-концепції, що є цілком логічним. Проте в осіб що перебувають у шлюбі, виявився найнижчим показник гармонійності (15,6%) та дуже значним – показник дисгармонійності – у 75% досліджуваних.

Щодо зв'язку наявності дітей з типом Я-концепції (Таблиця 2.17.), відзначимо, що тут у єдиному випадку виявлено статистичну значимість (за критерієм хі-квадрат). Як бачимо, в осіб, що не мають дітей, порівняно з іншими переважають гармонійний і дисгармонійний типи Я-концепції, тоді як в осіб, що мають дітей, досить потужною виявилася частка осіб зі збалансованим типом (31% проти 6%). Можна припустити, що генеративна функція Я-концепції, а саме: можливість передачі власного досвіду наступним поколінням, виконання продовження людського роду, досвіду, моральних цінностей, любові спричинює гармонізацію Я-концепції.

Таблиця 2.17.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та наявності дітей у учасників операції Об'єднаних сил**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Наявність дітей				
% Наявність дітей				
		Наявність дітей		Всього
		дітей нема	діти є	
Тип Я- концепції	Гармонійна	23,5%	6,3%	18,0%
	Збалансована	5,9%	31,3%	14,0%
	Дисгармонійна	70,6%	62,5%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%

Досить суперечливу тенденцію було виявлено щодо часу перебування у зоні ООС. З таблиці можна бачити, що відсоток з дисгармонійним типом Я-концепції (так само, як і зі збалансованим) має тенденцію до зменшення зі збільшенням терміну перебування (Таблиця 2.18.).

Тобто можна припустити, що із збільшенням терміну перебування в зоні ООС учасники бойових дій пристосовуються до військових умов, що спричинює гармонізацію основних компонентів Я-концепції. Хоча важко собі

уявити можливість гармонізації особистісних конструктів в умовах нестабільності спокою, військових дій та хаосу, що супроводжують нищівну дію війни.

Таблиця 2.18.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та тривалості участі в ООС**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Тривалість в ООС					
% Тривалість в ООС					
		Тривалість в ООС			Всього
		до року	від року до двох	більше двох років	
Тип Я-концепції	Гармонійна	8,3%	18,2%	25,0%	18,0%
	Збалансована	16,7%	13,6%	12,5%	14,0%
	Дисгармонійна	75,0%	68,2%	62,5%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Щодо місця перебування у зоні ООС визначено, що в осіб, що несли службу в лінії оборони, дисгармонійність Я-концепції виявилася суттєво вищою (76% проти 57%), ніж в учасників ООС, які воювали у зоні зіткнення (Таблиця 2.19). Зазначені особливості можуть вказувати на те, що безпосередня участь у військових діях впливає на гармонійність Я-концепції, оскільки травматичний досвід порушує її цілісність і гармонійність.

Емпіричним шляхом встановлено, що до компонентного складу Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил увійшли: Я-психічне, Я-сімейне, Я-професійне, Я-фізичне та Я-учнівське, що відповідає віковій динаміці розвитку та специфіці участі у військових діях.

Таблиця 2.19.

**Особливості гармонійності/дисгармонійності Я-концепції та лінії оборони  
чи зіткнення в ООС**

Комбінаційна таблиця Тип Я-концепції * Лінія				
% Лінія				
		Лінія		Всього
		оборони	зіткнення	
Тип Я- концепції	Гармонійна	10,3%	28,6%	18,0%
	Збалансована	13,8%	14,3%	14,0%
	Дисгармонійна	75,9%	57,1%	68,0%
Разом		100,0%	100,0%	100,0%

Також встановлено, що у більшості досліджуваних переважає дисгармонійний тип Я-концепції, а домінуючим типом дисгармонійності є сімейний. Зазначена дисгармонійність виникає через відмінності у показниках компонентів Я-концепції, гармонійність – виникає у приблизно однаковому розподілі особистісного ресурсу людини у особистісній, професійній та сімейній сферах.

Віковим піком дисгармонійності серед учасників ООС є середня дорослість. У чоловіків більш виражена зазначена дисгармонійність. З підвищенням рівня освіти – дисгармонійність знижується.

В учасників ООС, що перебувають у шлюбі, високі показники дисгармонійності Я-концепції, проте якщо родина має дітей, то дисгармонійність збалансовується.

Дисгармонійність Я-концепції зменшується з часом перебування у зоні ООС, що спонукає до подальшого дослідження особливостей адаптованості учасників ООС, чинників, що на неї впливають, та їх взаємозв'язок з Я-концепцією.

Наступним етапом дослідження було встановлення взаємозв'язку особливостей Я-концепції із показниками соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників ООС.

Було з'ясовано специфіку зв'язків потужності Я-концепції і показників соціально-психологічної адаптації/дезадаптації (Таблиця 2.20; Додатки Б-Е.). Для цього було розраховано коефіцієнти кореляції та перевірено їх статистичну значимість. При цьому використовувався показник порядкової кореляції Спірмена. У Таблиці 2.20. наведено тільки значимі кореляційні зв'язки.

*Таблиця 2.20.*

**Кореляційні зв'язки між гармонійним типом Я-концепції учасників ООС та проявами соціально-психологічної адаптивності/дезадаптивності**

	Коефіцієнт кореляції	Значимість (двостороння)
Реактивна тривожність	-0,384**	0,006
Особистісна тривожність	-0,417**	0,003
Непряма агресія	-0,373**	0,008
Рівень депресії	-0,517**	0,000
Конфліктність	-0,458**	0,001

Як бачимо, з 39 вимірюваних показників значимих зв'язків виявлено 5, тобто 13%. Усі вони виявилися сильними зворотними, причому найсильніші кореляції з рівнем депресії і конфліктністю. Тож можна стверджувати, що чим менш потужною є Я-концепція, тим більше досліджувані схильні до депресивності, конфліктності, особистісної і реактивної тривожності та до непрямої агресії. Можна припустити, що дисгармонійний тип Я-концепції взаємопов'язаний з показниками тривожності, непрямої агресії, депресивності та конфліктності. Тобто, пережиті військові дії у третини досліджуваних учасників ООС спровокували розвиток негативних емоційних станів, що зумовлені переживанням внутрішньоособистісного конфлікту, що в

подальшому спричинило дисгармонійність Я-концепції особистості, при умові її гармонійності до участі у військових діях [77].

Переважання Я-сімейного компонента Я-концепції можна обґрунтувати тим, що в адаптаційний період учасники переважно перебувають з родинами і в ситуації сімейного нерозуміння складності пережитих подій військовим, можливе погіршення його психологічного стану.

На наступному етапі ми досліджували вплив типу Я-концепції на показники соціально-психологічної адаптації. Для цього ми використовували непараметричний метод Краскела-Уоліса перевірки гіпотези для незалежних вибірок. При цьому не було виявлено жодного показника, який би свідчив про значимий вплив гармонійного, збалансованого чи дисгармонійного типу Я-концепції на показники адаптивності.

Такий результат мав би означати одне з двох: або зв'язок дійсно відсутній, або серед дисгармонійних Я-концепцій виявилися такі, що по-різному впливають на складові соціально-психологічної адаптації. Щоб перевірити останнє припущення, ми ввели показник «тип дисгармонійності», який свідчить про домінування в ній професійної, сімейної чи учнівської сфер.

Тож для вибірки досліджуваних із дисгармонійним типом Я-концепції нами перевірялася гіпотеза про вплив характеру дисгармонійності на показники адаптації. При цьому так само застосовувався критерій Краскела-Уоліса. Результат певною мірою підтвердив наше припущення (Табл.2.21.).

З 39 показників характер дисгармонійності Я-концепції виявився значимим у 36% випадків, причому найпроблемнішим типом дисгармонійності виявилася «учнівська». Значимо нижчими є абсолютно усі показники, що мають відношення до адаптивного потенціалу, а вищими – показники, що сприяють дезадаптації. Дисгармонізація, спричинена Я-учнівським компонентом Я-концепції, може обґрунтуватися, по-перше, складністю оволодіння новими знаннями, зокрема пов'язаними із здобуттям нових спеціальностей для подальшого працевлаштування, та складністю набуття нових знань про себе, суспільство, шляхи розвитку, оскільки травматичний



досвід стає важливою перешкодою для когнітивного опрацювання нового досвіду.

Таблиця 2.21.

**Вплив дисгармонійності Я-концепції учасників ООС на показники соціально-психологічної адаптованості**

Показники	Я-Професійне	Я-Сімейне	Я-Учнівське	Асим. значимість	Хі-квадрат	Ст.св.
Нервово-психічна стійкість	34,25	35,76	23,33	0,042	6,363	2
Реактивна тривожність	18,63	19,00	30,22	0,009	9,415	2
Особистісна тривожність	34,00	37,53	47,00	0,001	14,138	2
Рівень депресії	30,88	30,71	46,44	0,001	13,368	2
Товариськість	6,00	4,47	3,56	0,022	7,669	2
Прийняття боротьби	2,63	1,59	3,89	0,044	6,245	2
Прийняття інших	21,88	23,65	15,33	0,012	8,909	2
Адаптивність	62,61	58,75	50,57	0,031	6,933	2
Прийняття інших	64,84	62,42	50,90	0,024	7,468	2
Домінування	58,77	58,20	38,15	0,028	7,160	2
Самовпевненість	10,25	9,71	6,67	0,006	10,145	2
Самокерованість	8,75	7,71	5,67	0,015	8,438	2
Самоцінність	9,50	9,00	5,89	0,002	12,812	2
Конфліктність	3,63	2,71	7,44	0,007	10,065	2

Також зазначена дисгармонійність може бути спричинена неактуальністю зазначеного компонента Я-концепції у періоді зрілості, оскільки основні професійні знання людина отримує на попередніх вікових етапах [77].

У випадку професійної сфери, порівняно з сімейною, можна відзначити незначиме переважання показників, пов'язаних з адаптивним потенціалом.

За результатами емпіричного дослідження було встановлено, що у третини досліджуваних учасників ООС переважають показники проявів

соціально-психологічної дезадаптованості, у решти досліджуваних – адаптованості відповідно. Було досліджено особливості компонентного складу Я-концепції учасників ООС та встановлено провідний тип поєднання зазначених компонентів. Для прогнозування векторів психокорекційного впливу було досліджено взаємозв'язок проявів соціально-психологічної дезадаптації з дисгармонійним типом Я-концепції. Виявлені значущі зв'язки між дисгармонійним типом Я-концепції учасників ООС та проявами соціально-психологічної дезадаптації: особистісною та реактивною тривожністю, непрямую агресією, рівнем депресії та конфліктністю [77].

Встановлено, що показники дисгармонійності Я-концепції виявлені у 36% досліджуваних, причому найбільш проблемним типом дисгармонійності є учнівська (Я-учнівське) в порівнянні з професійною та сімейною (Я-професійне, Я-сімейне), у яких виявлений адаптаційний потенціал.

На наступному етапі дослідження було проведено кластеризацію вибірки за досліджуваними даними щодо адаптивності.

Матеріалом для ієрархічного кластерного аналізу слугували результати вимірювань досліджуваних за методиками представленими в моделі констатувального дослідження взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил.

Згідно з даними таблиці агломерації кластерів за методом Уорда та дендрограми ми обрали як базову – двокластерну модель та як оптимальну – чотирікластерну (Додаток Є.). При цьому поділ на підкластери стосувався лише одного з базових кластерів (див табл.2.21.).

З наведених даних можна бачити, що два базові кластери розподілилися нерівномірно – 82% до 18%.

Для характеристики виділених кластерів на наступному кроці нами порівнювалися й аналізувалися на предмет статистично значимої відмінності досліджувані показники.

Таблиця 2.21.

**Агломерація кластерів даних дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

	Модель 4	Модель 3	Модель 2
Кластер 1	36	36	74
Кластер 2	16	38	16
Кластер 3	22	16	0
Кластер 4	16	0	0
	90	90	90

Порівняльні результати наведені у Таблиці 2.22. (тільки значимі відмінності за критерієм Манна-Уїтні).

Таблиця 2.22.

**Кластеризація даних дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС (двокластерна модель)**

Показники	Кластер 1	Кластер 2	Асимптотична значимість
Особистісний адаптивний потенціал	52,27	69,33	0,000
Нервово-психічна стійкість	28,02	42,56	0,000
Реактивна тривожність	24,85	16,56	0,001
Самоагресія	4,46	2,78	0,007
Уникання боротьби	4,46	2,67	0,003
Адаптивність	53,42	75,23	0,042
Прийняття інших	56,21	76,56	0,021
Емоційний комфорт	52,81	76,18	0,003

На їх основі можна стверджувати, що до першого кластера, до якого належить переважна більшість досліджуваних (82%), було віднесено осіб, у яких значимо нижчі показники: особистісного потенціалу (52,27 проти 69,33);

нервово-психічної стійкості (28,02 проти 42,56); адаптивності (53,42 проти 75,23); прийняття інших (56,21 проти 76,56); емоційного комфорту тощо (52,81 проти 76,18).

Одночасно значимо вищими виявилися показники: реактивної тривожності (28,02 проти 42,56); самоагресії (28,02 проти 42,56); уникання боротьби (28,02 проти 42,56).

Тож можна стверджувати, що переважна більшість досліджуваних мала занижені складові адаптації й підвищені показники дезадаптації.

При подальшій кластеризації було виявлено, що оптимальною є модель з чотирма кластерами. Відзначаємо, що подрібненню піддався тільки кластер більшості. Порівняльні результати наведено у Таблиці 2.23 (критерій Краскела-Уоліса, тільки значимі відмінності).

*Таблиця 2.23.*

**Кластеризація даних дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС (чотирикластерна модель)**

Показники	Кластер 1	Кластер 2	Кластер 3	Кластер 4	Асимпт. значимість
Особистісний адаптивний потенціал	64,90	40,89	39,75	69,33	0,000
Нервово-психічна стійкість	36,05	20,89	20,00	42,56	0,000
Комунікативні особливості	14,85	11,33	10,00	15,00	0,000
Реактивна тривожність	20,60	21,11	34,75	16,56	0,000
Особистісна тривожність	36,95	42,22	46,92	33,22	0,000
Дратівливість	4,05	3,44	5,58	3,22	0,033
Підозрілість	3,70	3,00	5,33	3,11	0,036
Індекс агресивності	14,55	13,44	17,83	11,89	0,016
Рівень депресії	33,15	34,44	47,42	30,33	0,000

Продовження таблиці 2.23.

Прийняття боротьби	1,90	3,11	4,17	2,22	0,033
Адаптивність	54,42	56,38	49,52	75,23	0,000
Самоприйняття	50,25	53,64	48,78	74,81	0,000
Прийняття інших	56,16	63,16	51,08	76,56	0,000
Емоційний комфорт	50,31	58,44	52,76	76,18	0,000
Інтернальність	58,62	62,66	61,50	74,80	0,004
Домінування	56,02	56,72	36,38	65,64	0,000
Відвертість	7,25	7,78	4,92	7,00	0,008
Самовпевненість	9,90	9,22	6,83	9,56	0,005
Самокеріваність	7,85	7,56	5,42	6,33	0,026
Дзеркальне-Я	8,00	7,22	5,58	6,67	0,015
Самоцінність	8,75	9,00	6,58	9,56	0,024
Самоприв'язаність	6,45	6,22	4,25	4,44	0,009
Конфліктність	4,15	3,11	7,33	1,56	0,001
Самозвинувачуваність	2,85	2,67	5,50	2,33	0,004

Третій кластер характеризується значимо вищими рівнями: реактивної і особистісної тривожності, дратівливості і підозрливості як складових ворожості, загального індексу агресивності, показників депресивності, конфліктності і самозвинувачуваності. З іншого боку, в осіб, що належать до даного кластера, значно нижчими, порівняно з іншими, виявилися показники адаптивності, самоприйняття і прийняття інших, домінування, відвертості, усі показники позитивного самоствавлення.

Тож у цілому його можна схарактеризувати, як найпроблемніший з кластерів що аналізується, і який характеризується наднизькими адаптивними

можливостями, негативним самостваленням і тривожно-депресивними проявами.

Перший кластер є певним протиставленням третьому. У нього такі показники адаптивності, як адаптивний потенціал, нервово-психічна стійкість, комунікативні особливості є значно вищими, а рівень особистісної тривоги значимо нижчим від аналогічних у другому і третьому, проте нижчими (вищими), ніж у представників, що відносяться до другого базового кластера (у Таблиці 2.23 вищий – кластер 4).

Особливу увагу варто звернути на другий кластер. З одного боку, він може бути схарактеризований низькими й досить близькими до кластеру 3 показниками адаптивності: адаптивний потенціал, нервово-психічна стійкість, комунікативні особливості. З іншого, подібний до кластера 1, посередньо низькими показниками ворожості, реактивної тривожності, показників агресивності і депресивності. Нарешті, він характеризується найвищими серед трьох, але значимо нижчими по відношенню до другого базового кластера, показниками прийняття себе й інших та емоційного комфорту.

У попередніх кроках нами було виділено підгрупу осіб з дисгармонійним типом Я-концепції, як таку, в якій ситуація з показниками адаптивності в цілому була гіршою, ніж в інших групах, що було підтверджено результатами кластерного аналізу.

Тому на наступному етапі емпіричного дослідження нашим завданням було з'ясування факторної структури адаптивності в осіб з дисгармонійним типом Я-концепції. Результати факторного аналізу можна було б покласти в основу корекційних і тренінгових програм поліпшення адаптації військовослужбовців, що повертаються до мирного життя.

Процес факторизації відбувався за допомогою методу головних компонент з нормалізацією Кайзера і Varimax обертанням. Критерієм визначення кількості компонент був «кам'янистий осип» Кеттела.

На першому етапі було визначено кількість можливих факторів. Згідно з графіком власних значень їх можна було визначити, як 4 або 7 (Рисунок 2.9.; Додаток Ж.; Додаток З.)

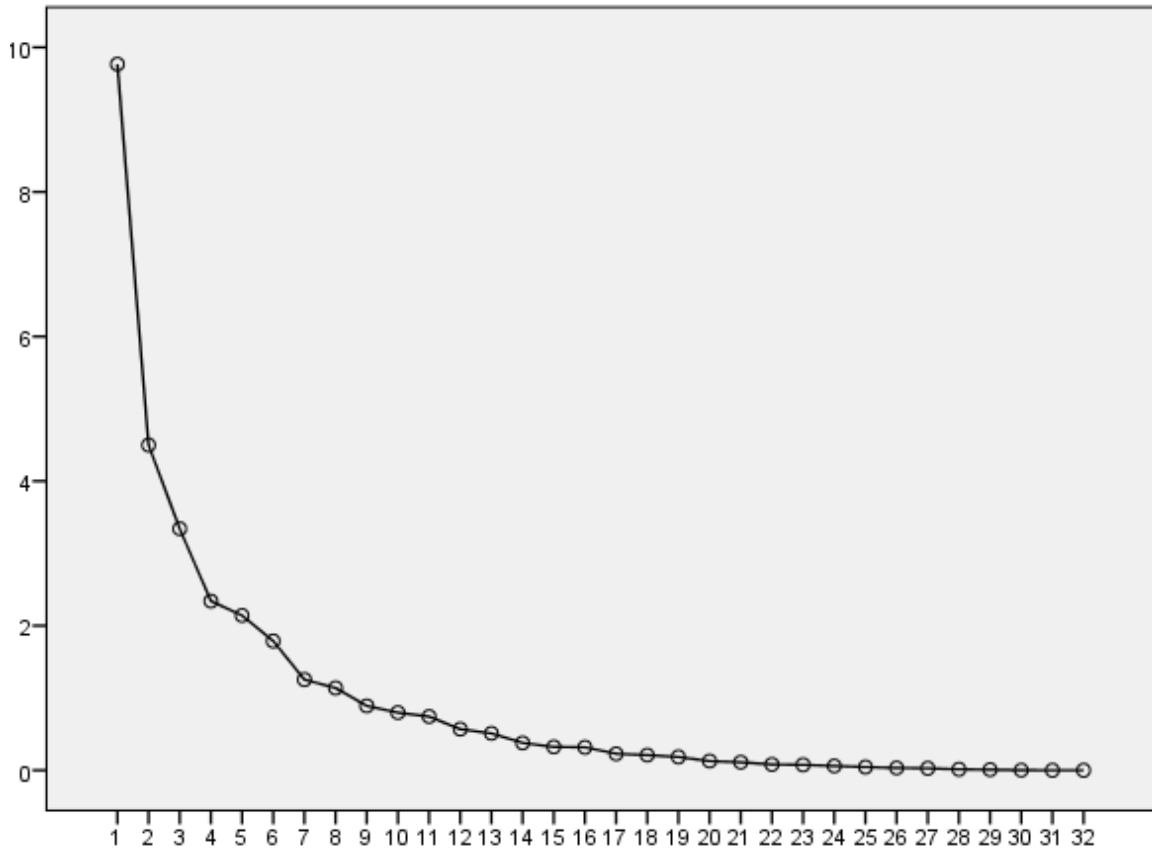


Рисунок 2.9. Графік власних значень компонентів показників соціально-психологічної адаптації учасників ООС

*Примітка. Умовні позначення: 1-реактивна тривожність, 2-особистісна тривожність, 3- фізична агресія, 4- непрямая агресія, 5- дратівливість, 6- негативізм, 7- ображеність, 8- підозрілість, 9- вербальна агресія, 10-самоагресія, 11- індекс агресивності, 12- індекс ворожості, 13- рівень депресивності, 14- адаптивність, 15- самоприйняття, 16- прийняття інших, 17- емоційний комфорт, 18- інтернальність, 19- домінування, 20- відвертість, 21-самовпевненість, 22-самокерованість, 23- дзеркальне-Я, 24- самоцінність, 25- самоприйняття, 26- самоприв'язаність, 27- конфліктність, 28- самозвинувачуваність, 29- особистісний адаптаційний потенціал, 30-*

нервово-психічна стійкість, 31- комунікативні особливості, 32- моральна нормативність.

Після аналізу повернутих матриць компонентів для чотирифакторної і семифакторної моделей було залишено чотирифакторну модель, як таку, що більш піддається змістовій, відповідно до завдань дослідження, інтерпретації.

Чотири фактори описують 62% загальної дисперсії. Загальна матриця перетворень компонент подана в Таблиці 2.24.

Таблиця 2.24.

**Загальна матриця перетворень компонент**

<b>Матриця перетворень компонент</b>				
Компоненти	1	2	3	4
1	0,642	-0,347	0,501	-0,465
2	-0,004	0,889	0,359	-0,282
3	0,073	-0,005	0,624	0,778
4	0,763	0,297	-0,480	0,315
Метод виокремлення факторів: метод головних компонент. Метод обернення: варимакс з нормалізацією Кайзера.				

Усі компоненти виявилися більш-менш близькими – діапазон склав від 15% до 18% загальної дисперсії, причому три останні компоненти виявилися майже рівнопотужними – по 15%.

Першим найсуттєвішим компонентом, який склав 18% загальної дисперсії учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції, був «Тривожно-депресивний», до компонентного складу якого увійшли показники: дратівливості (0,734), особистісної тривожності (0,731), реактивної тривожності (0,724), депресії (0,710), агресивності (непряма агресія, вербальна агресія) (0,654), домінування (-0,587) та прийняття інших (-0,607) (Таблиця 2.25.).

За вказаними показниками бачимо, що структура пов'язана з *тривожно-депресивними* характеристиками. В межах даного компонента встановлено, що



переживання негативних емоційних станів пригнічує домінування та прийняття інших, а сам компонент є дезадаптивним.

Таблиця 2.25.

**Показники «Тривожно-депресивного» компонента учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції**

<b>Показники</b>	<b>Навантаження</b>
Дратівливість	0,734
Особистісна тривожність	0,731
Реактивна тривожність	0,724
Депресивність	0,710
Індекс агресивності	0,654
Прийняття інших	-0,607
Непряма агресія	0,605
Домінування	-0,587
Вербальна агресія	0,566

Другий компонент, що склав 15% загальної дисперсії, виявився пов'язаним насамперед з підструктурами Я (Таблиця 2.26), а саме: з самовпевненістю (0,832), самокерованістю (0,788), самоприв'язаністю (0,745), самоприйняттям (0,730), самоагресією (0,708), самоцінністю (0,702), дзеркальним-Я (0,693).

Таблиця 2.26.

**Показники компонента «Самість» учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції**

<b>Показники</b>	<b>Навантаження</b>
Самовпевненість	0,832
Самокерованість	0,788
Самоприв'язаність	0,745
Самоприйняття	0,730
Самоагресія	0,708
Самоцінність	0,702
Дзеркальне-Я	0,693

За вказаними показниками бачимо, що структура пов'язана з «Самістю» учасників ООС. Зазначений компонент є адаптивним.

Третій компонент, що також склав 15% загальної дисперсії, був названий «Вороже-агресивним» (Таблиця 2.27), оскільки до його складу увійшли показники шкал: індексу ворожості (0,832), підозрілості (0,788), фізичної агресії (0,745), ображеності (0,730), негативізму (0,708), самозвинувачуваності (0,702). Зазначений компонент за своїми характеристиками також є дезадаптивним, і за вказаними показниками бачимо, що структура пов'язана з *вороже-агресивними* характеристиками.

Таблиця 2.27.

**Показники «Вороже-агресивного» компонента учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції**

Показник	Навантаження
Індекс ворожості	0,832
Підозрілість	0,788
Фізична агресія	0,745
Ображеність	0,730
Негативізм	0,708
Самозвинувачуваність	0,702

Четвертим компонентом, що склав 14% дисперсії, був «Ресурсно-особистісний», що отримав зазначену назву через таку його складову (Таблиця 2.28.): адаптивність (0,857), емоційний комфорт (0,800), нервово-психічна стійкість (0,724), особистісний адаптаційний потенціал (0,647), інтернальність (0,619).

За вказаними показниками бачимо, що *ресурсно-особистісний* компонент характеризується як адаптивний.

За результатами кластерного аналізу нами було виділено підгрупу осіб як таку, в якій ситуація з показниками соціально-психологічної адаптації в цілому була гіршою, ніж в інших групах.

А саме, до першого кластера, до якого належить переважна більшість досліджуваних (82%), було віднесено осіб, у яких значимо нижчі показники: особистісного потенціалу; нервово-психічної стійкості; адаптивності; прийняття інших; емоційного комфорту тощо. Й одночасно значимо вищими виявилися показники: реактивної тривожності; самоагресії; уникання боротьби.

Таблиця 2.28.

**Показники «Ресурсно-особистісного» компонента учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції**

<b>Показник</b>	<b>Навантаження</b>
Адаптивність	0,857
Емоційний комфорт	0,800
Самоприйняття	0,794
Нервово-психічна стійкість	0,724
Особистісний адаптивний потенціал	0,647
Інтернальність	0,619

Тож можна стверджувати, що переважна більшість досліджуваних мала занижені складові адаптації й підвищені показники дезадаптації.

На наступному етапі емпіричного дослідження нами було з'ясовано факторну структуру соціально-психологічної адаптації в осіб з дисгармонійним типом Я-концепції. Встановлено, що до факторної структури соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції увійшли 2 дезадаптивних компоненти (тривожно-депресивний, вороже-агресивний) та два адаптивних компоненти (самість та ресурсно-особистісний). Саме на дезадаптивні компоненти і буде спрямована психокорекційна програма.

## Висновки до розділу 2

1. Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації і Я-концепції учасників бойових дій проводилося відповідно до загальнонаукових принципів: детермінізму, системно-синергетичного, об'єктивності, єдності біологічного та соціального, аналізу за одиницями та розвитку; і ґрунтувалося на методології проведення психодіагностичного дослідження, дослідження соціально-психологічної адаптації особистості та дослідження психологічних особливостей учасників військових дій.

На основі теоретичної моделі було скомпоновано психодіагностичний комплекс методів, що був взятий за основу моделі констатувального дослідження взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС. До компонентного складу зазначеної моделі дослідження увійшли такі блоки: дослідження соціальних характеристик учасників ООС; дослідження ознак соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження Я-концепції учасників ООС.

2. За результатами дослідження особливостей соціальних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що досліджувані переважно зрілого віку, більшість з яких чоловіки. Переважна кількість досліджуваних має вищу освіту, проте третина з них – непрацевлаштовані. Більшість досліджуваних перебуває у шлюбі, третина з яких мають дітей. Також встановлено, що майже третина досліджуваних під час участі в ООС перебували безпосередньо на лінії зіткнення, а значно більша частина досліджуваних - на лінії оборони. Тобто було встановлено, що майже третина досліджуваних має соціальні характеристики, що можуть визначатися як несприятливі для соціально-психологічної адаптації, зокрема непрацевлаштованість, відсутність сім'ї та дітей і перебування під час ООС безпосередньо на лінії зіткнення.

3. За результатами дослідження соціально-психологічної адаптації учасників ООС встановлено, що більшості досліджуваним властиві середні показники за шкалами адаптивність, дезадаптивність, прийняття себе та інших, неприйняття себе та інших, емоційний комфорт та емоційний дискомфорт, внутрішній та зовнішній контроль, домінування, підлеглість та ескапізм. Поряд з вищезазначеним, показники низького рівня визначено за шкалами: неприйняття себе, неприйняття інших, зовнішній контроль, що може вказувати на приховану потребу реалізації зазначених тенденцій.

За результатами дослідження рівня адаптивності учасників ООС встановлено, що за шкалами: нервово-психічна стійкість, комунікативні навички, моральна нормативність та адаптаційні здібності - у досліджуваних учасників бойових дій переважає середній рівень вираженості показників.

Встановлено, що третина досліджуваних учасників ООС мають прояви соціально-психологічної дезадаптації, зокрема низькі показники нервово-психічної стійкості, адаптованості, комунікативних здібностей, моральної нормативності та соціалізації. Також третина досліджуваних має високі показники особистісної тривожності, агресивності та складності у взаємодії з оточенням.

Визначено, що провідними в учасників бойових дій є поведінкові тенденції: товарицькість, залежність, уникання боротьби. Зазначене свідчить про контактність, прагнення створювати емоційні зв'язки, проте, як показує досвід, лише у своїй групі, тобто у групі побратимів.

Провідні ціннісні орієнтації досліджуваних - безпека (соціальний порядок, безпека сім'ї, національна безпека), самостійність (незалежність мислення і вибору дій), універсалізм (захист всіх людей і природи).

За результатами дослідження особистісного самоствавлення встановлено, що у досліджуваних виражені: самовпевненість, самоцінність та дзеркальне-Я (очікування позитивного ставлення до себе з боку інших); низькі значення за шкалою самоприв'язаність, конфліктність та самозвинувачення. Відповідно досліджуваним притаманна як впевненість у власному особистісному

потенціалі, любов до себе, так і незадоволеність собою, провина за власні дії та орієнтування на ставлення оточуючих, що може бути причиною внутрішнього конфлікту.

Результати дослідження підтверджують і вказують на двополярний континуум (адаптивність/дезадаптивність) внутрішніх психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

4. Емпіричним шляхом встановлено, що до компонентного складу Я-концепції учасників операції об'єднаних сил увійшли: Я-психічне, Я-сімейне, Я-професійне, Я-фізичне та Я-учнівське, що відповідає віковій динаміці розвитку та специфіці участі у військових діях. Також встановлено, що у більшості досліджуваних переважає дисгармонійний тип Я-концепції, а домінуючим типом дисгармонійності є сімейний. Зазначена дисгармонійність виникає через відмінності у показниках компонентів Я-концепції, гармонійність – виникає у приблизно однаковому розподілі особистісного ресурсу людини у особистісній, професійній та сімейній сферах.

Віковим піком дисгармонійності серед учасників ООС є середня дорослість. У чоловіків більш виражена зазначена дисгармонійність. З підвищенням рівня освіченості – дисгармонійність знижується.

В учасників ООС, що перебувають у шлюбі, високі показники дисгармонійності Я-концепції, проте якщо родина має дітей, то дисгармонійність збалансовується.

Дисгармонійність Я-концепції знижується з часом перебування у зоні ООС, що спонукає до подальшого дослідження особливостей адаптованості учасників ООС, чинників, що на неї впливають, та їхній взаємозв'язок з Я-концепцією.

5. Для прогнозування векторів психокорекційного впливу було досліджено взаємозв'язок проявів соціально-психологічної дезадаптації з дисгармонійним типом Я-концепції. Виявлені значущі зв'язки між дисгармонійним типом Я-концепції учасників ООС та проявами соціально-

психологічної дезадаптації: особистісною та реактивною тривожністю, непрямую агресією, рівнем депресії та конфліктністю.

Встановлено, що показники дисгармонійності Я-концепції виявлені у третини досліджуваних, причому найбільш проблемним типом дисгармонійності є учнівська (Я-учнівське) в порівнянні з професійною та сімейною (Я-професійне, Я-сімейне), у яких виявлений адаптаційний потенціал.

6. За результатами кластерного аналізу нами було виділено підгрупу осіб, у якій ситуація з показниками соціально-психологічної адаптації в цілому була гіршою, ніж в інших групах.

А саме, до першого кластера, до якого належить переважна більшість досліджуваних (82%), було віднесено осіб, у яких значимо нижчі показники: особистісного потенціалу, нервово-психічної стійкості, адаптивності, прийняття інших, емоційного комфорту тощо. Й одночасно значимо вищими виявилися показники: реактивної тривожності, самоагресії, уникання боротьби.

Тож можна стверджувати, що переважна більшість досліджуваних мала занижені складові адаптації й підвищенні показники дезадаптації.

На наступному етапі емпіричного дослідження нами було з'ясовано факторну структуру соціально-психологічної адаптації в осіб із дисгармонійним типом Я-концепції. Встановлено, що до факторної структури соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції увійшли два дезадаптивних компоненти (тривожно-депресивний, вороже-агресивний) та два адаптивних компоненти (самість та ресурсно-особистісний). Саме на дезадаптивні компоненти і буде спрямована психокорекційна програма.

## РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОКОРЕКЦІЇ ДИСГАРМОНІЙНОСТІ Я-КОНЦЕПЦІЇ УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ

### 3.1. Модель психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил

Тривалість воєнних дій на території України ставить перед державою численні завдання, серед яких надання комплексної психологічної допомоги учасникам операції Об'єднаних сил та членам їх сімей. На державному рівні активно впроваджуються реабілітаційні заходи, до складу яких належить і психологічна реабілітація, проте здійснюються зазначені заходи переважно в медичних заходах або ж в межах грантових програм.

Важливою передумовою відновлення учасників бойвих дій є належне надання психологічних послуг та безперервність реабілітаційного процесу в цілому. Тобто поряд з наданням медичного супроводу, якщо має місце порушення здоров'я, важливо здійснити надання соціально-психологічного супроводу, зокрема на робочому місці учасника ООС, та надавати психологічну допомогу.

Методологічною основою для розробленої програми психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників ООС стали положення: про основні принципи та види психокорекції А. Бондаренко, А. Осіпової [21; 22; 120] та інших; особливості надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій Л.Гридковець, Т.Палієнко [42; 121]; особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям і ветеранам війни О.Ковальчук, В.Невмержицький, О.Запорожець, Дж. Креймеєр [120]; система медико-психологічної реабілітації військовослужбовців, особливості психологічної роботи психологів з військовослужбовцями- учасниками ООС О.Кокун, Н.Агаєв, І.Пішко [135].

Вплив травми на психічне здоров'я розглядався у межах багатьох психологічних концепцій. У психоаналітичному напрямі травмі ранніх періодів



життя надається перевага при розгляді дорослих неврозів (Ф.Йоманс, Дж.Кларкін, О.Кренберг, А.Фрейд, З.Фрейд [58; 192; 235; 236]), а особливості психологічної допомоги при переживанні травматичного досвіду війни описані у роботах Дж.Герман, М.Мюллера, З.Фрейда [37; 113; 193]. Достатньо широко опрацьована та описана проблема допомоги особистості, яка пережила травматичні події, у когнітивно-поведінковій терапії Д.Барлоу, Дж.Бека, К. Монсон, П. Шнур, П. Резнік, М. Фрідман та емотивно-образній терапії Н.Лінде та інших [13; 68]. Вітчизняними науковцями О. Кокун, Н. Агаєв, І. Пішко, О.Романчуком, І.Чухрій розроблено основні положення психологічної допомоги учасникам бойових дій [135; 159; 203].

При розробці програми психокорекції було враховано основні світові та вітчизняні здобутки в галузі надання психологічної допомоги учасникам бойових дій. Практична реалізація програми психокорекції соціально-психологічної дезадаптації здійснювалася відповідно до основних загальних принципів психокорекційної роботи:

1. Принцип єдності діагностики та корекції [99; 120]. Для визначення вектора психокорекційного впливу, постановки завдань та підбору засобів психокорекції необхідно визначити «проблемні зони» досліджуваних. Ефективність психокорекції залежить від якості проведеної діагностики. За результатами констатувального дослідження можна визначити не лише особливості соціально-психологічної адаптації учасників ООС, але й специфіку специфіку гармонійності Я-концепції (гармонійність/дисгармонійність). Перед проведенням індивідуального консультування та психотерапії, тренінгів та групової психотерапії необхідно проводити первинне інтерв'ю для визначення не лише запиту до психологічної роботи, але й збору анамнезу, визначення готовності до індивідуальної або групової форм роботи, підготовки до психологічної роботи, визначення оптимальних засобів впливу.

Застосування психокорекційних засобів потребує контролю за їх ефективністю, що розкривається в формуальному дослідженні.

2. Принцип особистісної орієнтованості полягає в орієнтації психокорекційної роботи на цілісність особистості учасників ООС, на гуманізм, спрямований на формування вільної особистості, її саморозвитку, самоактуалізації та унікальних особистісних якостей (Л.Божович [18; 19], С. Максименко [99], А. Маслоу [104], К. Роджерс [157]).

3. Принцип нормативності розвитку [99; 120]. Нормативність розвитку – це послідовність вікових стадій онтогенетичного розвитку. При проведенні психокорекційної роботи необхідно врахувати такі характеристики: особливості соціального розвитку (сімейна ситуація, працевлаштованість, громадська активність та інші); рівень психологічної зрілості; саморозвиток та самовдосконалення; вплив пережитої травми на якість життя учасника ООС.

4. Принцип каузальності полягає в тому, що психологічна корекція має бути сконцентрована на глибинних витоках відхилень психічного розвитку, а не на зовнішніх проявах цих відхилень. Зазначений принцип можна розглядати в розумінні специфіки психічних феноменів як результату взаємодії та протидії сил в динамічному процесі. Динамічне походження феноменів має генетичну природу, оскільки розглядає не лише самі феномени, але й природу їх витоків (М. Кляйн, О. Феніхель, З. Фрейд та інші представники психоаналітичного напрямку [188; 236; 239]). Психічні явища розглядаються як процеси - аналізується їх розвиток, вдосконалення та регресія.

5. Принцип діяльності. Основним способом корекційного впливу є організація активної діяльності учасників ООС, під час реалізації якої створюються умови для орієнтування в складних життєвих ситуаціях, надається основа для позитивних особистісних змін. Корекційний вплив здійснюється в межах певної діяльності, є засобом скеровування активності особистості [34; 91; 99; 155].

Відповідно до зазначеного принципу, на думку А. Осіпової, корекційна робота представлена як тренування умінь та навиків, як цілісна усвідомлена діяльність, природно та органічно поєднана з системою буденного життя та взаєностосунків клієнтів [120].

Варто зазначити, що при наявних проблемних зонах, фіксаціях (З. Фрейд) на попередніх вікових стадіях розвитку учасників ООС можливе і застосування в корекційній роботі відповідних ранніх видів діяльності, а саме застосування ігрової терапії, арт-терапії, піскової терапії та інших. Також вибір техніки психокорекційного впливу залежить від напрямку психокорекції або ж психотерапії, що вибрані психологом, психотерапевтом.

6. Системно-синергетичний принцип (А. Шевцов [219]) психокорекції. Зазначений принцип зумовлений необхідністю визначення системи, в якій здійснюється корекційна робота, розробки цілісної інтеграційної моделі з основними її компонентами, визначення функціональних зв'язків, умов функціонування у статичному і динамічному аспектах із врахуванням основних завдань психокорекційної роботи та синергетичного поєднання компонентів психокорекційної роботи та видів реабілітування (педагогічного, медичного, соціального).

Реалізація системно-синергетичного принципу забезпечить спрямованість на вироблення адаптивних стратегій психологічних механізмів для подолання соціальної дезадаптації у межах психологічного фактора соціальної адаптації в системі комплексного соціального реабілітування.

7. Психокорекційний принцип проектування і моделювання [99]. Принцип проектування спрямований на штучне створення соціально-психологічної адаптованості особистості та гармонізації Я-концепції учасника ООС. Для здійснення зазначеного було сконструйовано модель психокорекції соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС, із прогнозуванням особистісних змін, а саме гармонізації Я-концепції та підвищення показників соціально-психологічної адаптації.

Метою програми психокорекції соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС є розвиток соціально-психологічної адаптації та гармонізації Я-концепції учасників ООС.

Відповідно до поставленої мети, визначені завдання психокорекції соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС:

1. За допомогою застосування психокорекційних засобів (просвітницького та психокорекційного блоків) знизити рівень соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС.

2. Гармонізація Я-концепції учасників ООС.

3. Застосування індивідуальних і групових методів психокорекції для особистісного відновлення учасників ООС після пережитої травми військових дій.

4. Сприяння особистісному розвитку учасників ООС.

5. За допомогою застосування групових форм психокорекції оптимізувати соціальну взаємодію, соціальну активність та соціальну адаптивність, у цілому, учасників ООС, у цілому.

За результатами емпіричного дослідження взаємозв'язку Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил, було виявлено взаємозв'язок між дисгармонійністю Я-концепції та проявами соціально-психологічної дезадаптації (особистісною та ситуативною тривожністю, депресивністю, конфліктністю). Психокорекційна програма була спрямована на зниження визначених в емпіричному дослідженні проявів дизгармонізації Я-концепції і соціально-психологічної дезадаптації.

Опорною структурою програми проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил Т.Кочубинської [76].

До компонентного складу проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил (Рисунок 3.1.) увійшли такі складові:

**Етапи реалізації психокорекційної програми.** Етапи реалізації психокорекційної програми були розроблені відповідно до мети, завдань та психокорекційних принципів:

Перший етап – діагностичний, проводився з вересня по жовтень 2019 року. Під час зазначеного етапу було проведено психодіагностичне дослідження особливостей Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників ООС, за результатами якого визначено прояви соціально-

психологічної дезадаптації учасників ООС, на які і були спрямовані засоби психокорекційного впливу.

Другий етап – інформаційно-просвітницький. Учасники ООС брали участь у просвітницьких заходах з жовтня 2019 року по травень 2020 року.

Третій етап – індивідуальна психокорекція. За результатами експериментального дослідження учасники ООС, яким було рекомендовано індивідуальне консультування, відвідували фахівця-психолога протягом 2019-2020 років. Важливо зазначити, що ті учасники програми, які не мали змоги очно зустрітися з фахівцем, проходили консультування із застосуванням інтернет-засобів.

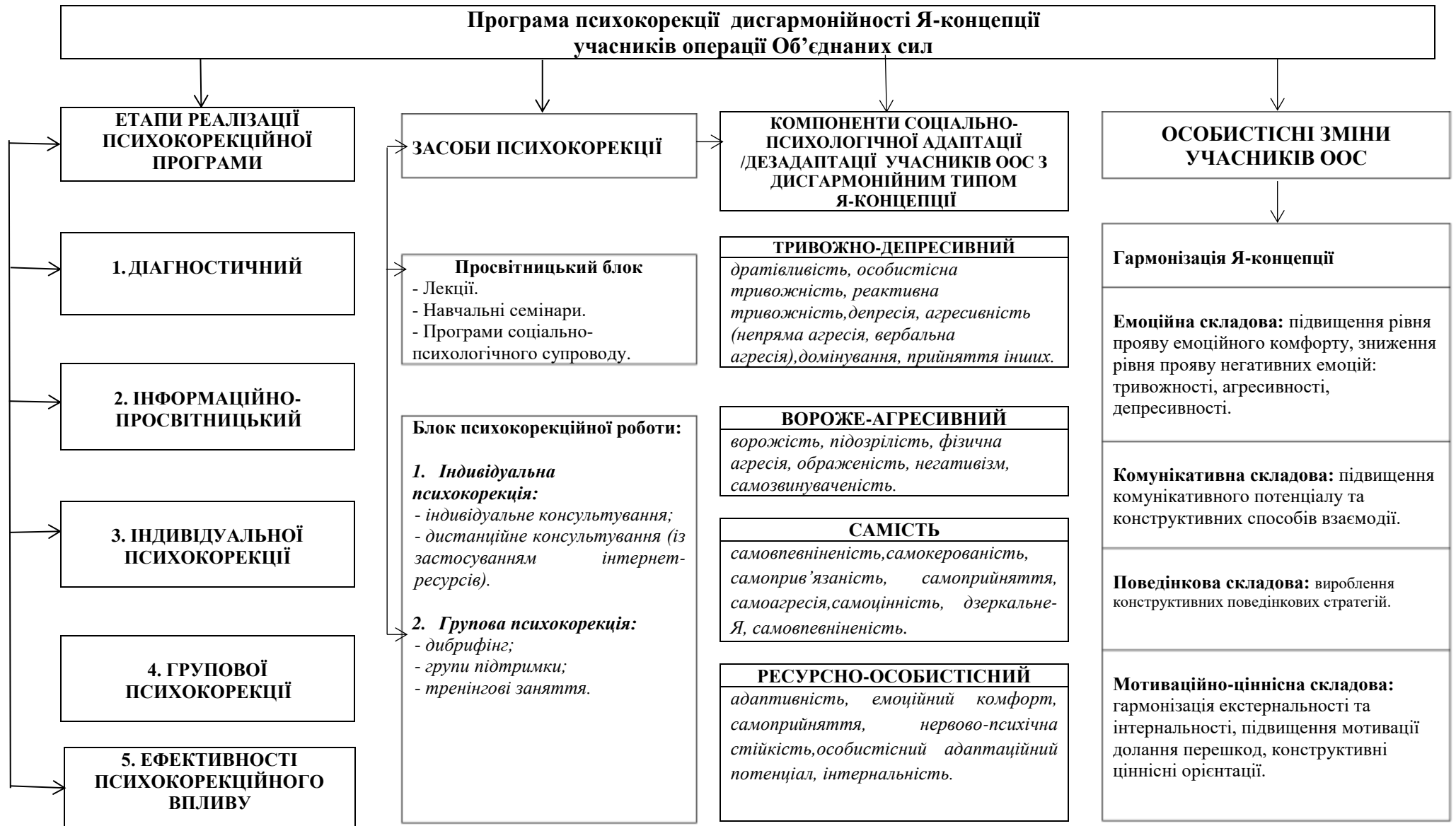
Четвертий етап - групова психокорекція. За результатами експериментального дослідження було сформовано психокорекційну групу, яка проводилася у період з 2019 по 2020 роки.

П'ятий етап оцінка ефективності системи психокорекції, проходив у жовтні 2020 року. Для перевірки ефективності психокорекційної програми було проведено повторне експериментальне дослідження та визначено статистично значущі відмінності у показниках соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

**Засоби психокорекції** соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС. До засобів психокорекції увійшли такі функціональні блоки:

**1. Просвітницький блок.** Психологічна просвіта – це долучення учасників ООС до психологічних знань, що надасть можливість зрозуміти особливості власних переживань, природу їх походження на способи впливу на них.

Процес психологічної просвіти здійснюється під час ознайомлення з психологічною літературою, відвідуванням семінарів та лекцій, а також програм соціально-психологічного супроводу [21; 22].



Рисунк 3.1. Модель психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил

В останні роки в Україні проводяться програми соціально-психологічного супроводу та навчально-психологічні семінари, де пропонується вітчизняний та зарубіжний досвід психологічної допомоги учасникам бойових дій, важливим компонентом зазначених заходів є ознайомлення з особливостями переживання травматичних подій та їх наслідків для психологічного та психічного здоров'я людини.

На базах закладів вищої освіти, центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, медичних закладів проводяться лекції та інформаційні повідомлення спрямовані на психологічну просвіту учасників ООС, щодо психологічних наслідків участі в бойових діях. Під час просвітницької діяльності учасники ООС отримують інформацію щодо надання психологічної допомоги та місць, де зазначену допомогу можна отримати.

Орієнтовний перелік тем лекцій та семінарів для учасників ООС:

1. Психофізіологічні особливості переживання травми.
2. Система реабілітування учасників бойових дій.
3. Працевлаштування та професійна адаптація учасників бойових дій.
4. Соціальна адаптація учасників операції Об'єднаних сил.
5. Техніки пошуку роботи учасників бойових дій.
6. Психологічна допомога при переживанні травми.
7. Кризовий супровід при переживанні гострої травми.
8. Діти в ситуації збройних конфліктів та катастроф.

**2. Блок психокорекційної роботи.** Основні завдання блоку психокорекційної роботи здійснити цілеспрямований психологічний вплив на особистісну сферу учасників ООС та зниження проявів їх соціально-психологічної дезадаптації. У блоці психокорекційної роботи визначені такі складові:

1. Індивідуальна психокорекція. Під час проведення індивідуальної психокорекції психолог працює з одним клієнтом без присутності сторонніх.

Перевагами індивідуальної психокорекції є те, що забезпечується конфіденційність, краще розкриваються особливості клієнта, швидше знімаються психологічні бар'єри, що виникають при відвертій розповіді людини при сторонніх. Проте зазначений вид психокорекції недостатньо ефективний для опрацювання міжособистісної взаємодії [79; 120].

Індивідуально-психологічна корекція – це обґрунтований вплив психолога на дискретні характеристики внутрішнього світу людини.

Психологічне консультування. Основне завдання психологічного консультування учасників ООС – розв'язати проблеми, що виникають у їхньому повсякденному житті [112]. Переважно розглядаються проблеми сьогодення з прогнозуванням майбутнього. У запропонованій автором психокорекційній програмі виокремлені такі види психологічної роботи:

- індивідуальне консультування;
- дистанційне консультування із застосуванням інтернет - ресурсів (Skype-консультування, консультування із застосуванням програм Zoom та Meet) [79; 80; 81; 86].

2. Групова психокорекція. Специфіка групової корекції в тому, що в ній цілеспрямовано застосовується групова динаміка, тобто сукупність взаєностосунків та взаємодій, що виникають між учасниками групи, включно з психологом у психокорекційних цілях [79; 101; 120; 224; 225].

Психокорекційна група – це спеціально створена мала група, що об'єднана метою міжособистісного дослідження, особистісного наочіння та саморозкриття. Група виникає як модель реального життя, де клієнт проявляє власні особливості та стратегії поведінки [8; 120].

У вітчизняній психологічній науці гостро постає питання надання психологічної допомоги учасникам ООС. У світовій практиці надання психологічної допомоги учасникам бойових дій особливе місце належить саме груповій формі психокорекції, оскільки перебуваючи в групі людей, які мають спільний досвід військових дій, учасник групи відчуває єдність, співучасть та підтримку, легше входить у групову взаємодію [12; 44; 47].



Фахівець, який здійснює психокорекційну діяльність, повинен мати не лише освіту, що дозволила б йому здійснювати психокорекційну діяльність, але й певний перелік професійно значущих навиків та особистісних особливостей [86; 88; 120].

Р. Кочюнас у своїх наукових працях, за результатами аналізу діяльності провідних спеціалістів з групового та індивідуального консультування і психотерапії, виокремив вимоги до особистості консультанта, серед яких: інтерес до людей та терплячість у спілкуванні з ними; чутливість до переконань та поведінки інших людей, емоційна стабільність та ефективність, довіра до людей, здатність викликати довіру в оточуючих, повага до прав оточуючих, повага до цінностей іншої особистості, відсутність упередження, саморозуміння, усвідомлення професійного обов'язку [86].

Важливою умовою ефективної психокорекції є постійне супервізування кейсів практичної роботи. Супервізія – це ефективна форма підвищення кваліфікації психолога. Існують такі її види: індивідуальна, групова супервізії, а також інтервізія – вид групової супервізії, де суб'єктом аналізу виступають самі учасники групи – щось на зразок «груп рівних».

Під час супервізійних занять робиться наголос не лише на методичному боці практичного випадку, не лише на професійних навичках консультанта, а й на його особистісних ускладненнях, на особливостях взаєностосунків між психологом та клієнтом [25].

Психологічна, психотерапевтична робота під спостереженням супервізора дозволяє привернути увагу до ригідних способів вирішення цілого ряду проблем спеціалістів, спрогнозувати тактику поведінки в деяких унікальних ситуаціях психокорекційного та психотерапевтичного процесу.

Описані засоби психокорекції спрямовані на корекцію компонентів соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції. Враховуючи результати констатувального етапу

дослідження, було виділено наступні компоненти соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС з дисгармонійною Я-концепцією:

1. Тривожно-депресивний компонент, до складу якого увійшли шкали: дратівливість, особистісна тривожність, реактивна тривожність, депресія, агресивність (непряма агресія, вербальна агресія), домінування, прийняття інших.

2. Вороже-агресивний компонент зі шкалами: ворожість, підозрілість, фізична агресія, ображеність, негативізм, самозвинувачення.

3. Самість з показниками шкал: самовпевненість, самокерованість, самоприв'язаність, самоприйняття, самоагресія, самоцінність, дзеркальне-Я.

4. Ресурсно-особистісний компонент з показниками шкал: адаптивність, емоційний комфорт, самоприйняття, нервово-психічна стійкість, особистісний адаптаційний потенціал, інтернальність.

Варто зазначити, що із запропонованих компонентів – два дезадаптивних (тривожно-депресивний та вороже-агресивний), на корекцію яких будуть спрямовані засоби психокорекції. А також у констатувальному дослідженні було виявлено два адаптивні компоненти (самість та ресурсно-адаптивний), на розвиток яких будуть спрямовані засоби психокорекції.

Основним завданням програми психокорекції є особистісні зміни учасників ООС:

1. Гармонізація Я-концепції.

2. Емоційна складова - підвищення рівня прояву емоційного комфорту, зниження рівня прояву негативних емоцій: тривожності, агресивності, депресивності.

3. Комунікативна складова: підвищення комунікативного потенціалу та конструктивних способів взаємодії.

4. Поведінкова складова: вироблення конструктивних поведінкових стратегій.

5. Мотиваційно-ціннісна складова: гармонізація екстернальності та інтернальності, підвищення мотивації долаття перешкод, конструктивні ціннісні орієнтації.

Апробація запропонованої програми психокорекції відбувалася на базах: Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського та Вінницького міського лікувально-діагностичного центру. Участь у запропонованій системі психокорекції взяли 36 учасників ООС. Для встановлення достовірності психокорекційної програми, а саме виключення вірогідності вікових динамічних змін, експериментальне дослідження проводилося з 36 учасниками ООС, які не брали участі у програмі психокорекції.

Враховуючи результати констатувального етапу дослідження, було розроблено програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Програма психокорекції реалізовувалася відповідно у 5 етапів: діагностичного, інформаційно-просвітницького, індивідуальної психокорекції, групової психокорекції та визначення ефективності психокорекційного впливу.

Основними засобами психокорекційного впливу визначені: просвітницький блок - проведення лекцій, навчальних семінарів, програм соціально-психологічного супроводу; блок психокорекційної роботи - індивідуальна психокорекція – індивідуальне консультування, дистанційне консультування із застосуванням інтернет-ресурсів; групова психокорекція – дибріфінг, групи підтримки, тренінгові заняття.

Представлені у психокорекції засоби будуть впливати на визначені у констатувальному дослідженні компоненти соціально-психологічної адаптації/дезадаптації дисгармонійності Я-концепції: тривожно-депресивний, вороже-агресивний, самість та ресурсно-особистісний фактор.

### **3.2. Програма психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил**

В останні роки гостро постає проблема надання психологічної допомоги учасникам ООС. У світовій практиці для роботи з учасниками бойових дій застосовуються як індивідуальні, так і групові форми психологічної допомоги. Світові фахівці надають перевагу різним психокорекційним напрямкам психологічної допомоги. У Грузії надають перевагу розмовній (раціональній) терапії, бодинаміці, аутогенному тренуванню, поведінковій терапії, аромотерапії, арттерапії, ігровій терапії, аромотерапії, музичній терапії, бібліотерапії, зціленню вірою; вибір зазначених методів обґрунтовується духовною компонентою, що має провідне значення в ментальних особливостях мешканців країни [9; 121].

Психологічна допомога персоналу Міжнародних миротворчих місій складається з 4 основних модулів, що комплексно впливають на усунення та зцілення учасників бойових дій: релаксації, спрямованій на набуття навичок релаксації (Е.Джекобсон – прогресивне розслаблення м'язів), контролю дихання та самонавіювання; когнітивної реконструктуризації, під час якої вивчаються альтернативні способи мислення, з метою ослаблення негативних емоційних станів; оптимізації міжособистісних стосунків, що містить методи поліпшення спілкування між членами групи; вирішення проблем, які спричиняють емоційні та поведінкові розлади та формування здатності опанування важких ситуацій.

Психологічна допомога болгарським військовослужбовцям надається відповідно до розроблених тематичних модулів: психологія і боротьба з залежностями (алкоголь, наркотики); психологія подолання ризиків, психологія подолання стресів, психологія подолання негативних емоцій, психологія лідерства, спілкування з командирами (підлеглими), психологія врегулювання конфліктів, створення функціональної команди, психологія

малої групи, спілкування з колегами [121].

В американському досвіді психологічної допомоги військовослужбовцям та ветеранам війни були визначені такі етапи надання допомоги «до» та «після» травматичної події: запобігання стресовим розладам, формування психологічної стійкості; перша психологічна допомога (від 1 до 4 діб після травматичної події); рання психологічна допомога (від 4 до 30 діб після травми); діагностика та лікування ПТСР; допомога в разі посттравматичних симптомів чи супутніх розладів [49; 121].

В американському досвіді надання психологічної допомоги застосовуються такі підходи та методи: образно-циклічна терапія; коротка психодинамічна терапія; застосування гіпнотичних методів; діалектична когнітивна терапія; терапія із застосуванням тварин; електроенцефалографія зворотного зв'язку з метою контролів емоційних станів.

На ранніх етапах психологічної допомоги не рекомендується застосовувати психотерапію, якщо у потерпілих немає патологічних симптомів.

Після стабілізації психологічного стану учасників бойових дій найбільш поширеним методом психологічної допомоги в американському досвіді є групова робота, переважно в групі учасників бойових дій. Групова робота виконує інформаційну функцію просвіти щодо травми, створює атмосферу підтримки та довіри. За достатньо невеликий проміжок часу за допомогою групових форм психокорекції можна надати допомогу значній кількості людей [121].

Ветеранські групи – це середовище, що може забезпечити переживання спорідненості, переживання спільного травматичного досвіду та відновлення після травми.

В останні роки у вітчизняній психологічній науці посилено розробляються нові підходи до соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників військових дій. Особливим питанням постає корекція дезадаптивних проявів, що, як визначено у нашому констатувальному

експерименті, пов'язані з дисгармонізацією Я-концепції учасників ООС [131].

У зв'язку з цим представляється необхідною розробка таких форм психокорекційної роботи, за допомогою яких могли б бути успішно переборені чисельні внутріособистісні конфлікти і проблеми учасників бойових дій, що сприяло б гармонізації особистісного утворення – Я-концепції та взаємопов'язаних компонентів соціально-психологічної адаптації.

Нами була розроблена програма психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил. Запропонована психокорекційна програма може бути використана, як основа для проведення соціально-психологічної реабілітації учасників бойових дій у спеціалізованих центрах та медичних закладах. Даною програмою можуть користуватися фахівці різних профілів: психологи, соціальні працівники, педагоги, які працюють з учасниками бойових дій.

У межах психокорекційної програми був розроблений психокорекційний тренінг для роботи з групою (15 осіб) учасників ООС.

Рішення про рекомендацію до участі в груповій роботі має бути зважене. Пропозиція учасникам ООС приєднатися до групового формату має ґрунтуватися на наступному:

1. Учасники бойових дій відносно комфортно почувають себе в групі.
2. Вони в цілому достатньо зрілі та емоційно стабільні, проте їх функціонування тимчасово погіршилося.
3. Вони не вирізняються надмірною заглибленістю у власні переживання.
4. Вони здатні виражати і, в той же час, контролювати почуття ворожості.
5. Вони не є надмірно контролюючими, не страждають мазохізмом або пасивною агресивністю та не мають психотичних тенденцій.

6. Вони мають здатність до співчуття, відкриті до чужої думки та керівництва.

Пропонований нами психокорекційний тренінг для групової роботи з учасниками ООС складається з 12 занять, що містять наступну мету:

1 – 2-є заняття – знайомство з групою, вироблення правил роботи групи. Робота з вироблення навиків: внутрішньої рефлексії, вміння розуміти внутрішні переживання, емпатично переживати відчуття інших членів групи.

3 – 5-є заняття – пропрацювання ставлення до участі у військових діях. Робота з травматичним досвідом (Я-психічне).

6 – 7-є заняття - робота з проявами наслідків психотравми на тілесному рівні (Я-фізичне).

8 – 10 заняття – пропрацювання стосунків у сім'ї, взаємодія учасників ООС зі всіма членами родини (Я-сімейне).

11-є заняття - розвиток професійної спрямованості, професійного самовизначення та професійного вдосконалення учасників ООС (Я-професійне, Я-учнівське).

12-є заняття – робота з особливостями особистості учасників ООС. Пошук внутрішніх ресурсів розвитку учасників ООС. Перспективи перенесення отриманого групового досвіду на внутрішньосімейні та міжособистісні стосунки. Внутрішньоособистісна гармонізація, гармонізація Я-концепції. Завершення психокорекційної групової роботи.

При розробці тренінгових занять нами був використаний еkleктичний підхід, що об'єднує психотехніки з таких напрямків, як психоаналіз, психодрама, символдрама, арт-терапія, клієнтцентрований напрямок, сімейносімейна психотерапія [25; 59; 117; 130; 148; 154; 157; 173; 174; 188; 190; 191; 193; 226; 249].

### **Заняття 1.**

**Мета:** створення безпечних стійких меж психологічної роботи; розвиток внутрішньої рефлексії учасників ООС.

## 1. Початок заняття.

Психолог відрекомендовує себе, дає коротку інформацію про себе, повідомляє коротку інформацію про формат роботи тренінгової групи. Для оптимізації групової роботи та відчуття безпеки групи пропонується ряд правил:

1. Працювати у чітко призначений час.
2. Не запізнюватися.
3. Місце проведення тренінгу не змінюється.
4. Кількість учасників тренінгової групи – не змінюється.
5. Довірливий стиль спілкування. Розповідаючи іншим про себе, ми сподіваємося на взаємність.
6. Щирість у спілкуванні. Якщо не буде щирості, ми не зможемо спілкуватися.
7. Конфіденційність усього, що відбувається в групі. Ніхто не може говорити за межами групи про те, що в ній відбувається. Кожний повинен бути впевнений у тому, що його особиста відвертість залишається в групі.
8. Група надає підтримку кожному (порадою, можливістю вислухати, добрим словом).

**2. Представлення самого себе (самопрезентація).** Це одна з найпростіших технік, що використовується при проведенні психодрами. Вона складається з серії коротких ролевих дій, у яких головний виконавець (протагоніст) зображає самого себе. Ведучий пропонує кожному з учасників групи відрекомендуватися та коротко розказати про себе.

Наступний етап – пошук «соціальних ролей».

Психолог: «Чи маєте ви освіту, професію? Розкажіть про своє дозвілля, хобі, улюблену справу».

Психолог: «Розкажіть, яким було ваше життя до участі у військових діях?» Ця вправа спрямована на підвищення самооцінки учасників ООС та пошук інших (окрім ролі військового) власних соціальних ролей. Це можуть бути ролі: чоловіка, брата, сина, батька, робітника, фахівця, студента,



наставника тощо.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Ведучий пропонує кожному учаснику групи розказати про свої враження та переживання, що виникали під час групової роботи.

Потім наголошується на тому, що не бажано проводити обговорення за межами групи. Бажано всі переживання, що виникнуть, виразити на наступному занятті.

Психолог дякує за роботу групі, прощається до наступного заняття.

Перше заняття надає багато інформації про учасників, про їх психологічні особливості та сприйняття себе. Переважно, робота психолога – підкріплююча, підтримуюча. Не варто розвивати глибокі внутрішні переживання та працювати з травматичним досвідом, якщо запит все ж таки виник – дати учаснику можливість виговоритися та підтримати його.

### **Заняття 2.**

**Мета:** сприяти позитивним змінам емоційного (за допомогою розвитку внутрішньої рефлексії власних переживань), когнітивного (за допомогою стабілізації емоційних переживань планується розкрити можливості когнітивного потенціалу учасників ООС) та комунікативного (за допомогою формування навички вербалізувати свої внутрішні емоційні переживання) компонентів дезадаптованості.

**Матеріали та обладнання:** аркуші паперу, фарби, олівці.

#### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Доброго дня. Я пропоную Вам почергово поділитися з групою своїми переживаннями, очікуваннями та сьогоднішнім самопочуттям».

#### **2. «Театр емоцій».**

Дана техніка містить елементи психодрами та допомагає не лише вербалізувати власні емоційні переживання, а й за допомогою театральної презентації переосмислити власні проблеми та конфлікти.

Психолог: «Сьогоднішнє заняття присвячено емоційним станам. Ми будемо виявляти дані стани у себе, вчитися розуміти емоційні стани інших. Для початку розділіться на групи по 5 осіб. Кожній групі дається завдання написати 10 емоцій та спробувати зобразити їх на аркушах паперу у вигляді театральних масок (Час виконання 10-15 хвилин)».

Наступне завдання подається наступним чином: «Спробуйте презентувати вибрані емоції, розказати від імені маски, коли дана емоція виникає, можна вигадати розповідь».

Після кожної презентації відбувається обговорення. Учасники діляться своїми спостереженнями стосовно переживання під час роботи в групі. Яким емоціям мікрогрупа надавала перевагу при презентації, чому? Яка маска з емоцією притаманна саме Вам, який стан ви найчастіше переживаєте?

Своїми переживаннями та враженнями діляться інші учасники. Психолог: «Що Ви відчували, коли ваші колеги презентували виставу з масками? Як Ви думаєте, що вони переживали в цей момент? Чи є подібне у Ваших переживаннях?».

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: сьогодні був ще один плідний день. Емоції займають важливе місце в нашому повсякденні. Важливо не лише відрізнити власні переживання, а й вміти відчувати стани інших. Можливо, людина, що поряд, потребує підтримки чи піклування або хоче поділитися радістю. Дякую. До наступного заняття.

### **Заняття 3.**

**Мета:** робота з травматичним досвідом війни.

**Матеріали та обладнання:** альбомні аркуші, фломастери, кольорові олівці, прості олівці, акварельні фарби, гуаш.

#### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Доброго дня. Я рада Вас усіх бачити! Сьогодні у нас буде творче заняття. Оберіть, будь ласка, засоби для малювання. Ви можете

обрати акварельні фарби, гуаш, олівці чи фломастери».

У залежності від того, які інструменти вибрали учасники, можна зробити наступні припущення:

1. Фломастери та олівці вибирають учасники більш закриті, з нижчим рівнем розвитку спонтанності та творчості.

2. Простий олівець – такий вибір говорить про формальне ставлення до завдання або про переживання депресивних станів учасником.

3. Фарби та гуаш вибирають особистості спонтанні, творчі. З високим інтелектуальним потенціалом.

## **2. «Робота з травмою».**

Дана техніка містить елементи клієнт-центрованого підходу К.Роджерса, а саме такі основні поняття напрямку, як «Я» – ідеальне, «Я» – реальне, «самість».

Психолог:

Спробуйте пригадати травматичну для вас ситуацію, яка викликає негативні переживання. Зобразіть зазначену ситуацію на папері. Намалюйте себе в зазначеній ситуації.

## **3. «Повернення з війни».**

Наступним етапом нашої сьогоднішньої роботи буде малюнок Вашої реальної сьогоденної ситуації. Намалюйте актуальну для Вас сьогоденну ситуацію і себе в зазначеній ситуації.

Після того, як завдання буде виконано, проводиться обговорення.

Психолог: «Тепер подивіться на два ваших малюнки, що Ви помічаєте подібного чи відмінного в цих зображеннях».

Особливу увагу потрібно приділити зонам зосередження болі, можливі прояви психосоматичних порушень.

## **4. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: «Сьогоднішнє заняття показало нам динаміку травматичного досвіду та пошуки відновлення».

#### **Заняття 4.**

**Мета:** робота з травматичним досвідом війни.

**Матеріали та обладнання:** журнали та видання з великою кількістю зображень, картон, клей.

##### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Доброго дня. Сьогодні ми будемо створювати колажі».

##### **2. «Робота з колажем».**

Психолог:

1. Пригадайте ситуацію, яка викликає у вас гнів та нестерпні переживання. Під час пригадування візьміть підготовлені завчасно журнали та розірвіть їх на дрібні шматочки. Намагайтеся максимально виразити свій гнів під час того, коли будете розривати та зминати журнали, кидайте їх із всією силою.

2. Наступним етапом буде відтворення із розірваного матеріалу нового зображення. За допомогою уривків, залишків зображень журналів створіть нову композицію, приклеївши її на картон.

Після того, як завдання буде виконано, проводиться обговорення в групах (по три особи в групі).

Після завершення обговорення психолог пропонує із всіх колажів створити єдиний загальногруповий колаж. Всі колажі приклеюються на лист ватману і учасники групи діляться своїми враженнями від роботи та групового колажу.

##### **4. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: «Сьогоднішнє заняття допомогло нам виразити складні переживання гніву та показало, що навіть після сильних пережитих емоцій є місце для переживання відновлення і створення нового креативного простору».

#### **Заняття 5.**

**Мета:** трансгенераційна робота з травматичним досвідом.

**Матеріали та обладнання:** ілюстрації українських народних казок,

міфів, легенд, у яких козаки – головні герої (Казки: Про козака Мамаю та його побратимів, Змій, козаки та смерть, легенда про Кам'яного Козака).

### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Добрий день, сьогодні ми будемо працювати з трансгенераційним, народним досвідом подолання травматичного досвіду. Для цього пропоную звернутися до образу українського козацтва як потужного національного образу сили українських воїнів».

### **2. «Робота з українськими міфами, легендами, казками».**

Кожному учаснику групи пропонується обрати одну з українських казок про українське козацтво. Потім група ділиться на підгрупи, в яких зазначені казки опрацьовуються.

*Казка «Змій» записана Олександром Шишатським на Чернігівщині.*

*У казці розповідається про брата та сестру. До сестри почав навідуватися змії, спочатку вона жахалася, а потім звикла, бо змії понаносив їй всякого добра, всього чого тільки душа побажає. Підговорив змії сестру козака звести брата зі світу. Проте не вдалося, він був сильним, сміливим, винахідливим, чесним і мав «щире серце». Допомогали йому звірі-помічники. Змія було знищено, а сестру покарано.*

Після того, як прозвучить розповідь учасника, інші члени групи можуть задавати запитання та поділитися своїми враженнями, допомагають відкрити нові аспекти трактування казок та легенд.

Важливо акцентувати увагу на ресурсах головних персонажів та героїв-помічників, які можуть бути репрезентантами внутрішніх якостей героїв, що допомагають у критичних ситуаціях.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: «Сьогодні ми не лише ознайомилися з фольклором українського народу, але й ознайомилися з трансгенераційним досвідом подолання травматичних ситуацій».

### **Заняття 6.**

**Мета:** зниження прояву негативних емоційних станів: тривожності,

депресії, агресії та зниження м'язового тону.

### **1. Початок заняття.**

Дана техніка належить до методу аутотренінгового тренування, що спрямований на відновлення динамічної рівноваги гомеостатичних механізмів людського організму, пошкодженої внаслідок стресу. Психолог: «Сьогодні ми спробуємо новий вид психологічної роботи – релаксацію. Дана техніка допоможе розслабитися, знизити відчуття м'язового тону, знизити внутрішнє напруження.

### **2. Релаксація.**

При проведенні релаксації мовлення має бути чітким, голос сонорним, не занадто голосним і не занадто тихим, темп мовлення має бути дещо протяжним. Швидкість уповільнена. Для індукції розслаблення психолог може використовувати схему, розроблену Я. Л. Обуховим [117]:

Сядьте, будь ласка, зручніше.

Відчуйте опору під собою, кожен точку дотику з опорою.

Відчуйте спинку крісла (стільця), на яку можна обпертися.

Поставте зручніше ноги. Відчуйте ногами підлогу.

Руки розташуйте зручніше (відчуйте підлокітники).

Шию, голову розташуйте так, щоб вам було зручно і приємно.

Заплющте, будь ласка, очі і постарайтеся розслабитися.

Розслабтеся, зніміть напругу, що накопичилася.

Так, начебто вам хотілося б трішечки задрімати.

Почніть розслаблюватися з м'язів плечей.

Постарайтеся відчути, як плечі стають важкі, теплі й розслаблені. Плечі важкі, теплі й розслаблені. Важкі і теплі.

Уявіть, як приємне тепло поширюється від плечей по всьому тілу.

Відчуйте, як тепло опускається з плечей у руки.

Розслаблюється верхня частина рук. Розслаблюються лікті.

Ваші зап'ястя розслаблюються.

Розслаблюються кисті рук, долоні стають важкі і теплі.

Долоні важкі і теплі. Важкі і теплі.

Розслаблюється кожний палець на руках. Руки розслаблені, провисли аж до самих кінчиків пальців.

А тепер зверніть увагу на те, як ви дихаєте. Дихання стає вільним і рівним, вільним і рівним.

Вам добре і приємно дихається.

Постарайтеся відчутти приємне тепло в грудях, тепло в області сонячного сплетіння, тепло в животі.

Уявіть, як тепло з живота опускається в ноги.

Відчуйте, як розслаблюється верхня частина ніг, розслаблюються коліна, розслаблюються гомілки.

Ступні стають важкими і теплими. Ступні важкі і теплі, важкі і теплі.

Відчуйте п'яти, пальці ніг. Ноги розслаблені.

Тепер зверніть увагу на спину. Відчуйте, як розслаблюється поперек, відчуйте хребет. Відчуйте лопатки.

Відчуйте, як розслаблюється середина спини між лопатками.

Розслаблюється шия, потилиця. Уся голова розслаблена.

Розслаблене тім'я, скроні. Розслаблюється чоло, обличчя.

Відчуйте свої щоки, відчуйте вилиці, підборіддя. Нижня щелепа стає важкою. Губи розслаблені, язик теплий, розслабляються ніс і очі.

Повіки важчають, вії злипаються. Очі розслаблені.

Пропонується деякий час побути в такому розслабленому стані, потім м'яко потягнутися і, коли будете готові, повільно розплющити очі [121, с.39].

Якщо після такого розслаблення різко встати й розплющити очі, то можуть виникнути негативні відчуття: запаморочення, нудота, головний біль, різь в очах. Ці симптоми добре відомі, якщо різко встати після денного сну. Щоб уникнути цих негативних симптомів, слід м'яко «виходити» з розслабленого стану.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Проводиться обговорення самопочуття учасників групи. Наскільки учасники змогли розслабитися. Неможливість розслаблення говорить про високий рівень внутрішньої напруги або ж - труднощі в довірі до ведучого групи, що є показовим. Можливо під час розслаблення в учасників переважали негативні переживання – це варто обговорювати. Такі явища можуть бути наслідками пережитого стресу або наявності негативних емоційних станів.

### **Заняття 7.**

**Мета:** зниження м'язового тону, мобілізація внутрішніх особистісних ресурсів, зниження прояву негативних емоційних станів: тривожності, депресії, агресії учасників ООС.

#### **1. Початок заняття.**

**Психолог:** «Сьогодні ми виконаємо техніку аутогенного тринування «Робота з природними стихіями».

#### **2. «Робота з природними стихіями».**

На початку техніки застосовується текст релаксації з попереднього заняття. Після розслаблення проговорюється наступний текст:

Заплющте очі та згадайте найчистіше найлегше ПОВІТРЯ, яким ви дихали будь-коли. Повільний плавний вдих – і легке чисте повітря наповнює кисті, плечі; видих – і воно виходить через руки. Вдих – повітря заповнює стопи, голені, стегна, живіт, груди; видих – і воно плавно виходить через ноги. Вдих – повітря заповнює все ваше тіло. Властивості повітря – тепер властивості вашого тіла: легкість, прозорість, невагомість. Ви і є цим чистим, прозорим легким повітрям.

Уявіть собі лагідну блакитну ВОДУ. Ви лежите в блакитному басейні. Вдих – і вода заповнює ваші руки, плечі. Вдих – і вона виходить через руки. Вдих – і вода заповнює наші ноги, видих – виходить через ноги. Вдих – і вода



заповнює вашу голову, видих – виходить. Вдих – і все ваше тіло повністю наповнюється прозорою блакитною водою. Ви розчиняєтесь в ній. Властивості води тепер властивості вашого тіла і вашої психіки: гнучкість, рухливість, пронизливість.

А тепер уявіть собі палаюче ПОЛУМ'Я. Ви дихаєте всією поверхнею тіла, і з кожним вдихом вогонь заповнює ваші руки, ноги, живіт, голову. Ви заповнені бурхливим полум'ям, і властивості полум'я - тепер ваші властивості.

Уявіть собі легкий срібний МЕТАЛ. Повільний плавний вдих – і ваші руки та ноги заповнюються металом. Відчуйте, як властивості металу стають вашими властивостями: міцність, надійність, стійкість.

А тепер уявіть важку, пухку та надійну ЗЕМЛЮ. Ви лежите на землі та дихаєте всією поверхнею тіла. З кожним подихом ви втягуєте в себе землю, і, нарешті, розчиняєтесь в ній. І властивості землі – тепер ваші властивості: стабільність, надійність, впевненість.

І нарешті, уявіть собі міцне, гарне ДЕРЕВО. Вдих – ваші руки та плечі стають гіллям цього дерева. Видих – і ви переймаєте всі якості цього дерева: гнучкість, граціозність, міцність.

Після завершення вправи поцікавтеся самопочуттям учасників групи, можливо, в когось активізувалися негативні спогади, про які бажано поговорити, за їх згодою.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Сьогодні ми виконали вправу, що надала нам можливості активізувати внутрішні життєві сили. В якому образі вам було найкомфортніше? Розкажіть про свої враження після виконаної вправи.

### **Заняття 8.**

**Мета:** гармонізація сімейних стосунків учасників ООС.

**Матеріали та обладнання:** сімейні світлини.

#### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Добрий день, сьогодні ми будемо працювати зі світлинами

з ваших сімейних альбомів. Чи всі підготувалися до заняття! У всіх є світлини? Якщо так, розпочинаємо!»

## **2. «Сімейна світлина».**

Усім учасникам пропонується по чергово презентувати вибрані світлини та розповісти, чому саме вони були обрані, яке значення вони мають для нього (учасника) і які почуття вони викликають.

Суттєвим виявляється порядок презентованих світлин і те, як це здійснюється. Особливої уваги заслуговує по черговість: яка світлина є першою, яка – останньою. Має значення швидкість показу, ступінь інтересу чи тривожності, а також поведінка (серйозна, сердита, з гумором).

Психолог задає запитання про людей та місця, що зображені на світлинах, про загальний настрій, атмосферу. Пропонуються приблизно такі запитання: «Хто ці люди на світлинах?»; «Чи пам'ятаєте Ви, що відбувалося під час фотографування?»; «Які відчуття викликало спільне дозвілля з сім'єю в цей день?»; «Хто робив цей знімок?»; «Що відбулося після того, як клацнув фотоапарат?»; «Розкажіть, будь ласка, про цю місцевість»; «Чому люди одягнені саме так, а не інакше?».

Після того, як прозвучить розповідь учасника, інші члени групи можуть задавати запитання та поділитися своїми враженнями, допомагають відкрити нові аспекти внутрішньої поведінки.

Метою даної вправи є стимулювання емоційного досвіду та емоційних переживань. Під час обговорення психолог аналізує такі специфічні галузі внутрішньосімейних взаємовідносин, як влада, залежність, близькість, тривожність, жіночі та чоловічі ролі членів сім'ї.

## **3. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: «Я думаю, сьогоднішній день був цікавим та пізнавальним. Ви мали змогу подивитися на Вашу сім'ю з іншого ракурсу. Можливо, звернули увагу на ті речі, яким до цього не надавали великого значення».

## **Заняття 9.**

**Мета:** психокорекція міжособистісних стосунків у родині.

**Матеріали та обладнання:** альбомні аркуші, фломастери, кольорові олівці, прості олівці, акварельні фарби, гуаш.

### **1. Початок заняття.**

Дана техніка містить елементи системносімейної психотерапії. За її допомогою вивчається використання сімейного простору для зміни внутрішньосімейних позицій. Пропонується наступна процедура проведення даної методики.

### **2. «Сімейний простір».**

Учасникам ООС дають великий аркуш паперу, фломастери або олівці. Їх просять намалювати план будинку, де вони мешкали до одруження.

Під час малювання психолог поступово вводить їх у ситуацію даючи такі завдання і ставлячи такі запитання:

1. Малюючи, відзначайте, з яким настроєм асоціюється у вас та чи інша кімната.
2. Намагайтеся згадати переважаючі запахи, звуки, кольори та людей у цих кімнатах.
3. Чи була в вашому будинку кімната, призначена для зустрічі всіх членів сім'ї?
4. Чи були в будинку кімнати, в які вам заборонялося заходити?
5. Чи було у вас якесь особливе місце в будинку?
6. Намагайтеся пригадати, як у вашому будинку вирішувалися питання близькості, дистанції та усамітнення.

Потім відводиться час на обговорення в групі. Бажано надати можливість висловитися кожному учаснику. Психолог може задавати запитання для уточнення та звертати увагу на емоції, що виникають при спогадах [38; 72; 120].

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Сьогодні ми працювали над сімейним простором у ваших родин до вашого одруження та появи дітей. Ми доторкнулися до минулих переживань,

до дитячих спогадів, вражень, можливо, побоювань та приємних переживань. Завтра ми продовжимо цю роботу.

### **Заняття 10.**

**Мета:** психокорекція міжособистісних стосунків у родині, пошук ефективних ставлень до членів сім'ї.

**Матеріали та обладнання:** альбомні аркуші, фломастери, кольорові олівці, прості олівці, акварельні фарби, гуаш.

#### **1. Початок заняття.**

Психолог: «Доброго дня, сьогодні ми продовжимо роботу над сімейним простором».

#### **2. «Сімейний простір».**

Учасникам ООС дають великий аркуш паперу, фломастери або олівці. Їх просять намалювати план будинку, де вони мешкають на даний момент.

Під час малювання психолог дає такі завдання і ставить такі запитання:

1. Малюючи, відзначайте, з яким настроєм асоціюється у вас та чи інша кімната.
2. Намагайтеся згадати переважаючі запахи, звуки, кольори та людей у цих кімнатах.
3. Де у вашому будинку кімната призначена для зустрічі всіх членів сім'ї?
4. Намагайтеся пригадати, як у вашому будинку вирішувалися питання близькості, дистанції та усамітнення.
5. Чи маєте ви можливість усамітнення, власний простір?

Після завершення малюнків учасники мають можливість поділитися з групою своїми переживаннями, що виникали під час роботи. Психолог пропонує порівняти малюнки, що створювалися на попередньому занятті та сьогоднішні. Чи є відмінність у просторі учасників ООС до одруження та на сьогоднішній день? Чи багато спільного в організації простору обох будинків? Як на вашу думку, що можна було б ще додати до вашого будинку

із спогадів минулих років (можливо, якісь традиції, святкування...) [38; 118; 120].

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Сьогодні ми продовжували працювати над сімейним простором. Ця вправа надала нам змогу доторкнутися до простору у ваших ролинах. Поміркувати про зміни, що відбулися з часом. Проаналізувати, як змінюється та формується ваш простір.

### **Заняття 11.**

**Мета:** розвиток професійної спрямованості та професійного самовизначення учасників ООС.

#### **2. Початок заняття.**

**Психолог:** «Сьогодні ми будемо працювати над вашою професійною спрямованістю та самовизначенням. Багато хто з вас після участі в ООС задається питанням про ваш подальший професійний розвиток. Виникають питання набуття необхідної професійної освіти чи підвищення кваліфікації, питання розвитку професіоналізму та сумніви стосовно вибору професії. Пропоную виконати ряд психологічних вправ, що можуть допомогти у роз'ясненні».

#### **2. «Професійна ідентичність».**

Учасникам ООС пропонують у графічній формі зобразити власний «ідеальний» професійний образ. Обов'язково вказати бажану професію з її основними характеристиками.

Під час роботи над професійним образом психолог ставить такі запитання учасникам ООС:

1. Які емоції у вас викликає професія, про яку ви мрієте?
2. Які основні вимоги до зазначеної професії?
3. Які необхідні освітні вимоги?
4. Яка, приблизно, заробітна плата у фахівців зазначеної професії?
5. Чи були б ви задоволені зазначеною професією?

Після завершення малюнків учасники мають можливість поділитися з групою своїми переживаннями, що виникали під час роботи.

На наступному етапі роботи учасникам групи пропонують зобразити свою реальну професію або її відсутність. Бажано дати відповіді на такі запитання:

1. Які емоції у вас викликає ваша професія?
2. Які основні вимоги до зазначеної професії?
3. Які необхідні освітні вимоги?
4. Яка, приблизна, заробітна плата у фахівців зазначеної професії?
5. Чому ви задоволені або не задоволені зазначеною професією?

Психолог пропонує порівняти малюнки ідеальної та реальної професії і визначити відмінності. Зазначене із врахуванням шляхів оптимізації власного професійного зростання обговорюється у підгрупах, а загальні положення, що виникли під час обговорення, виносяться на загальне групове обговорення.

За результатами групової рефлексії проблемного питання на дошці записуються основні напрями та шляхи досягнення професійного успіху та задоволення від обраної професії.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Сьогодні ми працювали з вашим професійним Я-образом, що, сподіваюся, в подальшому допоможе вам розібратися в ряді питань професійного самовизначення та професійного зростання.

#### **Заняття 12.**

**Мета:** підсумкова рефлексія проведеної психокорекційної роботи, підведення підсумків.

**1. Початок заняття.** Психолог: «Сьогодні в нас відбудеться робота з систематизації та узагальнення знань та навичок, які ми отримали впродовж участі в тренінгу».

#### **2.«Підведення підсумків роботи».**

Давайте пригадаємо основні етапи нашої роботи:

На початку тренінгу ми всі познайомилися та виробили групові правила. Як на Вашу думку, чи вдалося нам встановити ефективні правила і чи виконувалися вони в групі? Як Ви вважаєте, що дає групі вироблення правил?

У подальшій роботі ми виробляли або покращували навички розуміння внутрішніх переживань, емпатичного переживання почуттів інших членів групи.

Було пропрацьовано досвід травматичних ситуацій та зміцнення внутрішніх ресурсів і сил, щодо подолання травматичних спогадів.

На подальших етапах роботи нами пропрацьовувалися внутрішньосімейні стосунки, проблематика професійного становлення та підвищення професійної кваліфікації.

І в останньому блоці нашої тренінгової роботи ми підводимо підсумки тренінгової роботи, із систематизацією і узагальненням набутого досвіду групової психологічної роботи.

### **3. Підведення підсумків заняття.**

Психолог: «Пропоную поділитися враженнями від тренінгової роботи та попроситися».

Запропонована авторська програма психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил – логічно побудована та спрямована на вирішення основних психокорекційних завдань з дотриманням основних психокорекційних принципів.

Усі завдання зазначеної програми були спрямовані на гармонізацію компонентного складу Я-концепції та вирішення проблем соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС. Під час проходження запропонованої програми учасники ООС вирішували проблеми особистісної безпеки та довіри, мали досвід групового пропрацювання травматичного досвіду, пропрацювання травматичного досвіду за допомогою аутогенного тренування та вирішення сімейних, професійних та освітніх проблем. По завершенню зазначеної програми проводилася підсумкова

рефлексія та розглядалися перспективи перенесення отриманого досвіду на внутрішньосімейні та внутрішньоособистісні стосунки.

### **3.2. Ефективність програми психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил**

Для підтвердження ефективності розробленої програми психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил було проведено дослідження показників, що увійшли у визначені у констатувальному дослідженні фактори соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції «до» та «після» їх участі у формуальному експерименті. А саме: «Тривожно-депресивний», до компонентного складу якого увійшли показники: дратівливості, особистісної тривожності, реактивної тривожності, депресії, агресивності (непряма агресія, вербальна агресія), домінування та прийняття інших; «Самість», до якого належали прояви підструктури Я: самовпевненість, самокерованість, самоприв'язаність, самоприйняття, самоагресія, самоцінність, дзеркальне-Я; «Вороже-агресивний» фактор, до якого увійшли показники: ворожість, підозрілість, фізична агресія, ображеність, негативізм, самозвинувачення; «Ресурсно-особистісний» фактор, до якого увійшли такі складові, як адаптивність, емоційний комфорт, самоприйняття, нервово-психічна стійкість, особистісний адаптаційний потенціал, інтернальність.

Також досліджувалися особливості компонентного складу Я-концепції зазначених учасників ООС, а саме Я-психічне, Я-фізичне, Я-сімейне, Я-професійне та Я-учнівське, щоб встановити, чи змінилася сила прояву компонентів, що могли спричинювати дисгармонійність зазначеної структури.



У формувальному експерименті взяли участь 72 особи. За діагностичними показниками вибірка була поділена на дві групи, одну з яких склала експериментальна група учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції (36 осіб), яка брала участь у програмі психокорекції, а другу – контрольна група учасників ООС (36 осіб), яка не брала участі у запропонованій програмі психокорекції.

За результатами аналізу даних (визначення середнього арифметичного) дослідження особливостей компонентного складу «Тривожно-депресивного» фактора (Рисунок 3.2) «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції встановлено, що у досліджуваних після участі у запропонованій психокорекційній програмі знизилася прояви: особистісної тривожності (39,6 > 38,07), реактивної тривожності (22,6 > 22,4), депресії (35,5 > 34,4), домінування (10,2 > 9,5), прийняття інших (21,6 > 20,05); підвищення показників спостерігається за шкалами: роздратування (3,6 < 4,2), опосередкована агресія (3,6 < 3,9), вербальна агресія (5,7 < 6,2).

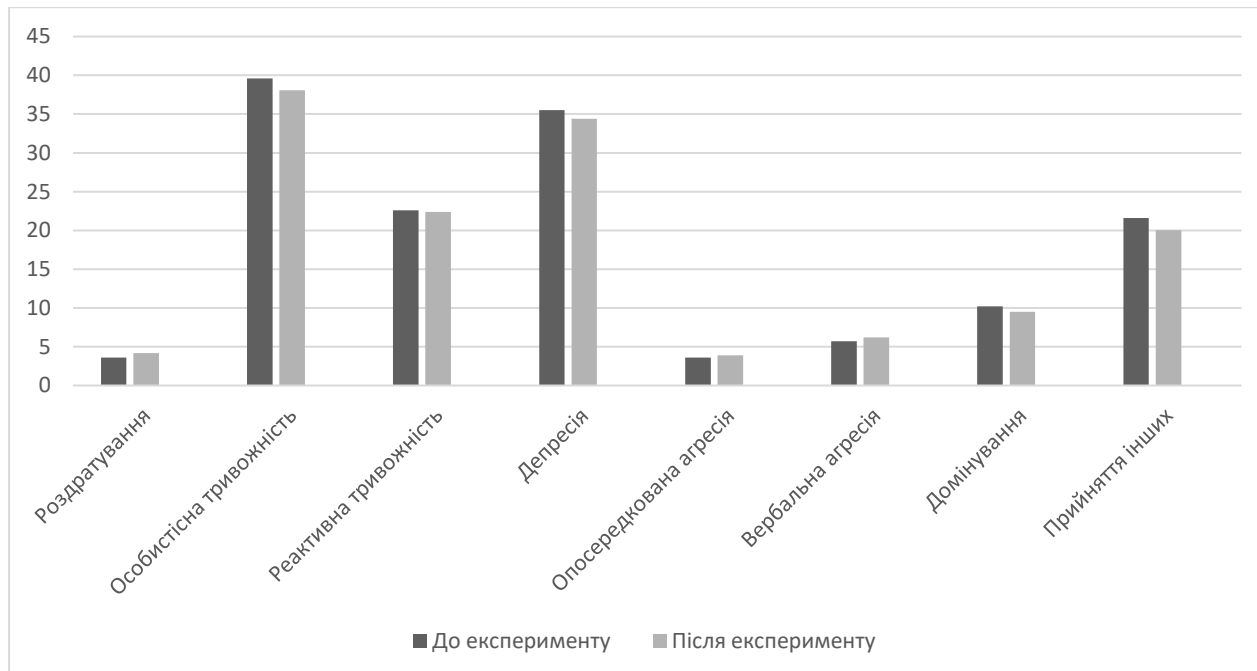


Рисунок 3.2. Показники «Тривожно-депресивного» фактора «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції в програмі психокорекції.

Тобто, можна припустити, що у досліджуваних ветеранів ООС після участі в запропонованій психокорекційній програмі знизився рівень особистісної та реактивної тривожності, що сприяло зниженню рівня депресії та домінування, рівень прийняття інших також знизився, а рівень прояву агресивності підвищився, що може вказувати на специфіку переживання травматичного досвіду.

За результатами аналізу середніх значень показників шкал, що увійшли до фактора «Самість» (Рисунок 3.3.) «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції встановлено, що у досліджуваних після участі у запропонованій психокорекційній програмі знизилися прояви: самокерованості ( $7,2 > 6,8$ ), самоприв'язаності ( $6,08 > 5,4$ ), самоагресії ( $3,1 > 3$ ); підвищення показників спостерігається за шкалами: самовпевненість ( $9,1 < 9,2$ ), самоцінність ( $8,3 < 8,5$ ).

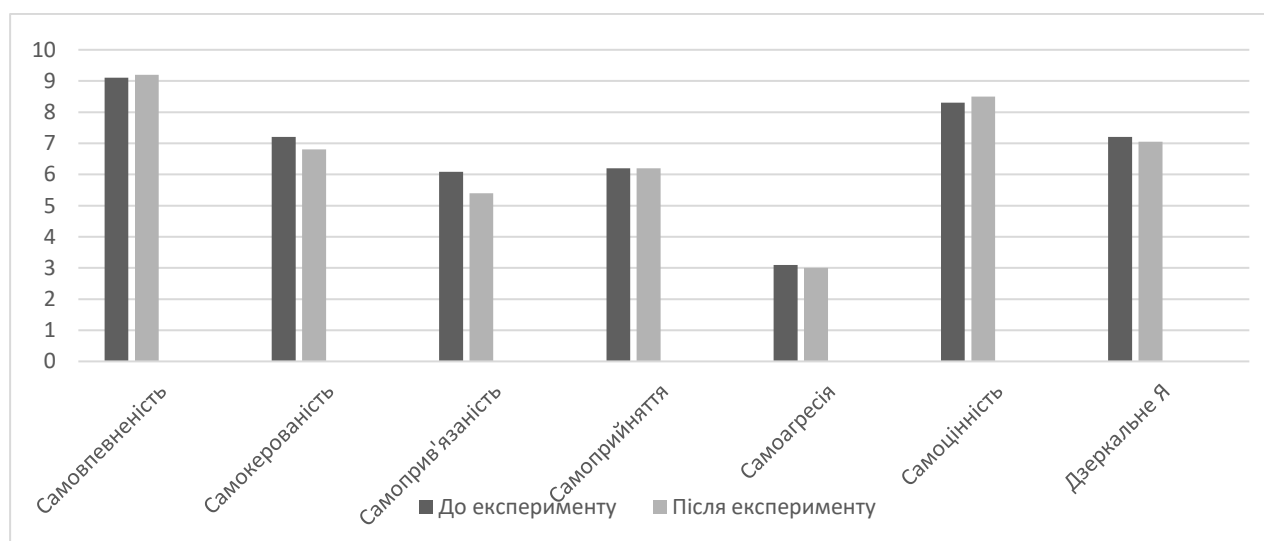


Рисунок 3.3. Показники фактора «Самість» «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції в програмі психокорекції

Можна припустити, що у досліджуваних ветеранів ООС після участі в запропонованій психокорекційній програмі знизилася самокерованість, що взаємопов'язана з надмірним внутрішнім локусом контролю, які розвинуті внаслідок постійної загрози життю в умовах військових дій, також відповідно знизилися показники внутрішньої агресії, а показники самоцінності та

значення соціального сприйняття – підвищилися, що є прогресивною динамікою у напрямку соціально-психологічної адаптації до мирного життя.

При дослідженні шкал, які увійшли до «Вороже-агресивного» фактора (Рисунок 3.4.), виявлено зниження показників прояву: фізичної агресії ( $4,3 < 4,2$ ), ображеності ( $2,7 < 1,5$ ) та самозвинуваченості ( $4,2 < 4,1$ ).

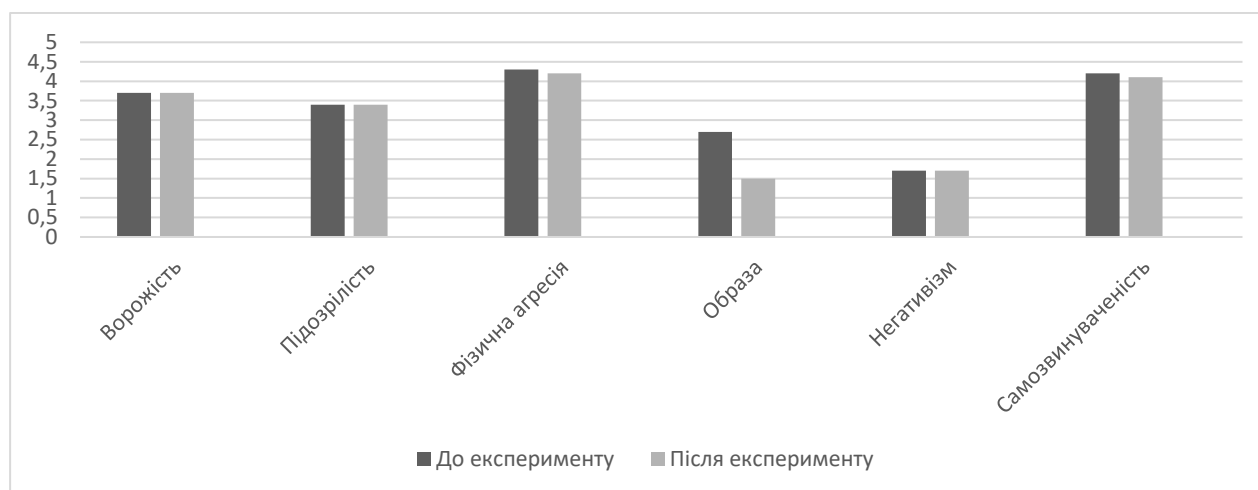


Рисунок 3.4. Показники «Вороже-агресивного» фактора «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції в програмі психокорекції

Зазначені результати дослідження, вказують на зниження агресивних проявів після участі у програмі психокорекції учасників ООС. Тобто, встановлено часткове зростання середніх значень показників шкал, що входять до «Ресурсно-особистісного» фактора.

Для виявлення достовірності відмінностей у вище названих показниках шкал факторів соціально-психологічної адаптації/дезадаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції «до» та «після» їх участі у формульованому експерименті був використаний t-критерій Стьюдента.

За результатами порівняльного дослідження за t-критерієм Стьюдента для залежних виборок встановлені якісні відмінності у показниках досліджуваних показників учасників ООС «до» та «після» участі у психокорекційній програмі (Таблиця 3.1.).

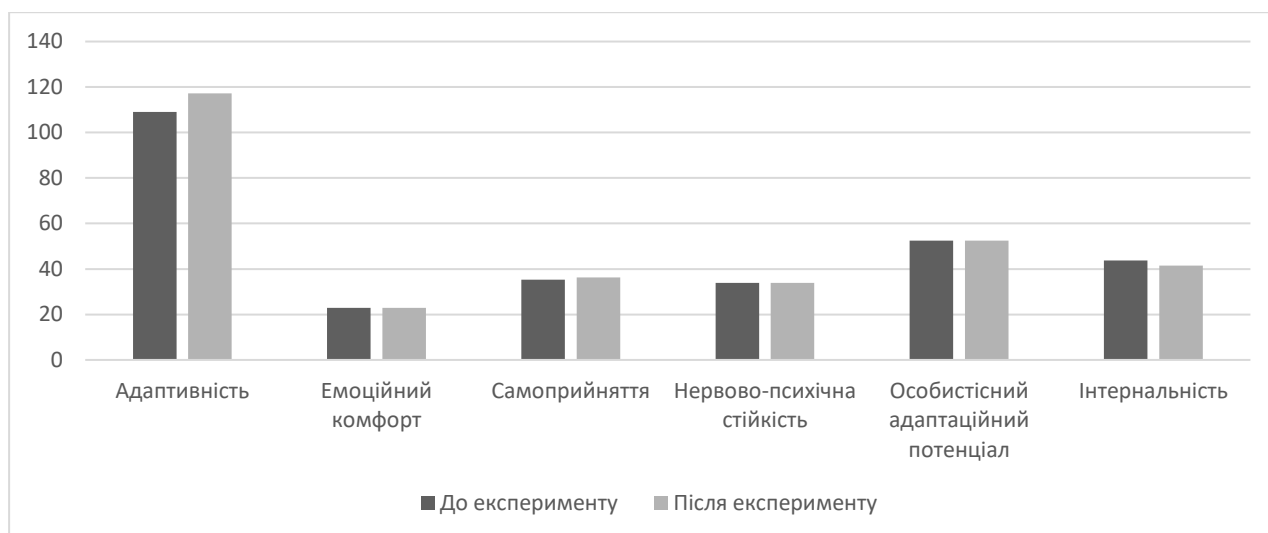


Рисунок 3.5. Показники «Ресурсно-особистісного» фактора «до» та «після» участі учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції в програмі психокорекції

Знизилися прояви показників за шкалами Я-фізичне ( $t = -1,815$ ;  $p \leq 0,1$ ) і Я-сімейне ( $t = -2,226$ ;  $p \leq 0,05$ ); знизилися прояви агресивності, зокрема переживання образи ( $t = -1,815$ ;  $p \leq 0,1$ ), фізичної агресії ( $t = -2,152$ ;  $p \leq 0,05$ ); особистісної тривожності ( $t = -2,949$ ;  $p \leq 0,01$ ); дезадаптації ( $t = -3,094$ ;  $p \leq 0,001$ ); неприйняття себе ( $t = -3,768$ ;  $p \leq 0,001$ ); неприйняття інших ( $t = -3,186$ ;  $p \leq 0,001$ ); емоційний дискомфорт ( $t = -2,226$ ;  $p \leq 0,05$ ); внутрішній контроль ( $t = -1,918$ ;  $p \leq 0,1$ ).

Результати формульованого дослідження підтверджують ефективність запропонованої програми психокорекції.

За результатами порівняльного аналізу ми спостерігаємо статистично значуще зниження показників Я-сімейного, що мали найвищий рівень прояву дисгармонійності та проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС. Також визначено зниження показників шкал, що увійшли до тривожно-депресивного та вороже-агресивного дезадаптивних факторів. Специфіка взаємозв'язку зазначених чинників сприяла зниженню проявів дезадаптованості [79].

В учасників ООС, які не брали участі у програмі психокорекції, статистично достовірних значущих змін не виявлено.

Тобто, ефективність запропонованої психокорекційної програми підтверджено статистично за результатами формульовального дослідження.

Таблиця 3.1

**Ефективність практичної реалізації програми психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил**

Діагностичні шкали, за якими були визначені статистичні відмінності	t-критерій Стьюдента	
	ЕГ	КГ
<b>Компоненти Я-концепції учасників ООС</b>		
<b>Я-фізичне</b>	-1,815*	0,165
<b>Я-сімейне</b>	-2,226**	-0,530
<b>Показники соціально-психологічної адаптованості/дезадапованості учасників ООС</b>		
<b>Деадапованість</b>	-3,094***	0,505
<b>Неприйняття себе</b>	-3,768***	-0,845
<b>Неприйняття інших</b>	-3,186***	0,349
<b>Емоційний дискомфорт</b>	-2,226**	0,481
<b>Внутрішній контроль</b>	-1,918*	-0,116
<b>Особистісна тривожність</b>	-2,949***	0,680
<b>Образа</b>	-1,815*	0,960

Примітка. Умовні позначення: 1) ЕГ – експериментальна група, КГ – контрольна група; 2) позначка \* вказує на рівень значущості  $p \leq 0,1$ ; позначка \*\* вказує на рівень значущості  $p \leq 0,05$ , позначка \*\*\* вказує на рівень значущості  $p \leq 0,01$ .

За результатами формульовального експерименту можна стверджувати, що розроблена авторська програма психокорекції дисгармонійності

Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил в цілому зумовила позитивні зміни у компонентному складі Я-концепції та показниках соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції. Результати здійсненого психологічного експерименту підкреслюють необхідність і важливість застосування сучасних програм та методів психокорекції для сприяння соціально-психологічній адаптації до мирного життя учасників ООС.

### **Висновки до розділу 3.**

1. За результатами теоретичного аналізу, відповідно до спроектованої моделі взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил та результатів констатувального дослідження було розроблено модель та програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Психокорекційна програма передбачає дотримання принципів: єдності діагностики та корекції, особистісної орієнтованості, нормативності розвитку, каузальності, діяльності, проектування і моделювання, системно-синергетичного принципу.

Реалізація програми психокорекції відбувалася у 5 етапів: діагностичного, інформаційно-просвітницького, індивідуальної психокорекції, групової психокорекції та визначення ефективності психокорекційного впливу.

Основними засобами психокорекційного впливу визначені: просвітницький блок - проведення лекцій, навчальних семінарів, програм соціально-психологічного супроводу; блок психокорекційної роботи - індивідуальна психокорекція, індивідуальне консультування, дистанційне консультування із застосуванням інтернет-ресурсів; групова психокорекція – дибріфінг, групи підтримки, тренінгові заняття.

2. Представлені у програмі засоби спрямовані на здійснення психокорекційного впливу на визначені у констатувальному дослідженні компоненти соціально-психологічної адаптації/дезадаптації дисгармонійності Я-концепції: тривожно-депресивний, вороже-агресивний, самість та ресурсно-особистісний фактор. Зазначені психологічні зміни досягалися виконанням учасниками ООС з дисгармонійним типом Я-концепції завдань, спрямованих на гармонізацію компонентного складу Я-концепції та вирішення проблем соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС. Під час проходження запропонованої програми учасники ООС вирішували проблеми особистісної безпеки та довіри, мали досвід групового пропрацювання травматичного досвіду, пропрацювання травматичного досвіду за допомогою аутогенного тренування та вирішення сімейних, професійних та освітніх проблем. По завершенню зазначеної програми проводилася підсумкова рефлексія та розглядалися перспективи перенесення отриманого досвіду на внутрішньосімейні та внутрішньоособистісні стосунки.

3. За результатами формувального експерименту встановлено, що після участі у психокорекційній програмі у показниках шкал, що увійшли до складу визначених у констатувальному дослідженні тривожно-депресивного, вороже-агресивного, самості та ресурсно-особистісного факторів, відбулися кількісні зміни.

За результатами порівняльного дослідження із застосуванням  $t$ -критерію Стюдента для залежних виборок встановлено, що після участі у психокорекційній програмі в учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції знизилися прояви показників за шкалами Я-фізичне і Я-сімейне; знизилися прояви агресивності, зокрема переживання образи, фізичної агресії; особистісної тривожності; дезадаптації; неприйняття себе; емоційного дискомфорту; внутрішнього контролю.

За результатами порівняльного аналізу ми спостерігаємо статистично значуще зниження показників Я-сімейного, що мали найвищий рівень прояву

дисгармонійності та проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників ООС. Також визначено зниження показників шкал, що увійшли до тривожно-депресивного та вороже-агресивного дезадаптивних факторів. Специфіка взаємозв'язку зазначених чинників сприяла зниженню проявів дезадаптованості.

В учасників ООС, які не брали участі у програмі психокорекції, статистично достовірних значущих змін не виявлено.

Тобто, ефективність запропонованої психокорекційної програми підтверджено статистично за результатами формувального дослідження.

Результати формувального дослідження підкреслюють необхідність і важливість застосування сучасних програм та методів психокорекції для вирішення проблем соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС.



## ВИСНОВКИ

Теоретичне науково-психологічне узагальнення та результати емпіричного дослідження взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС дали підстави для таких висновків:

1. Застосування методу науково-психологічного аналізу сприяло узагальненню положень діяльнісного, особистісно-орієнтованого, когнітивного, поведінкового, психоаналітичного, гуманістичного, диспозиційного наукових підходів до розгляду проблеми соціально-психологічної адаптації особистості. Встановлено, що соціально-психологічна адаптація особистості – це процес та результат двосторонньої взаємодії індивіда і середовища, внаслідок якої відбувається пристосування людини до видозміненого середовища за допомогою внутрішньопсихологічних чинників, основною метою зазначеної взаємодії є її гармонізація.

Встановлено, що Я-концепція особистості – це стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття та ідеалістичне уявлення про себе.

За результатами теоретико-методологічного аналізу було розроблено модель взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Центральною складовою запропонованої авторської моделі була особистість учасників ООС з її ядром – Я-концепцією з основними компонентами: Я-психічне, Я-фізичне, Я-соціальне: Я-професійне, Я-сімейне, Я-учнівське.

На особистість учасників ООС через призму самоствалення впливають зовнішні (соціальні) чинники та внутрішні (біологічні та психологічні) чинники. Зазначений вплив є двостороннім. Взаємодія між зазначеними

чинниками і особистісними утвореннями забезпечує процесуальний та результуючий аспекти соціально-психологічної адаптації.

За результатами науково-психологічного узагальнення основних положень діяльнісного, поведінкового, психоаналітичного, гуманістичного та особистісно-центрованого підходів, враховуючи наукові положення світових та вітчизняних науковців про особистість, яка зазнала травматичного досвіду участі у військових діях, було сформоване визначення соціально-психологічної адаптації учасників ООС до умов мирного життя - це процес та результат активного пристосування учасника військових дій до умов мирного життя з можливістю трансформатизації травматичного досвіду засобами зовнішніх (середовищних) та внутрішніх (психологічних і біологічних) чинників, через призму самоствалення та самоприйняття із гармонійно функціонуючою Я-концепцією особистості, в результаті чого відбувається гармонізація зазначеної взаємодії.

2. Відповідно до теоретичної моделі дослідження із врахуванням методології проведення психодіагностичного дослідження та відповідно до загальнонаукових принципів, було скомпоновано психодіагностичний комплекс методів, що було взято за основу спроектованої моделі констатувального дослідження взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС. До компонентного складу зазначеної моделі дослідження увійшли такі блоки: дослідження соціальних характеристик учасників ООС; дослідження ознак соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС; дослідження Я-концепції учасників ООС.

3. За результатами дослідження соціальних характеристик учасників ООС встановлено, що переважна кількість досліджуваних зрілого віку, більшість з яких чоловіки; перебувають у шлюбі, третина досліджуваних має дітей; мають вищу освіту, проте третина з них – непрацевлаштовані. Також встановлено, що майже третина досліджуваних під час участі в ООС

перебували безпосередньо на лінії зіткнення, а значно більша частина досліджуваних - на лінії оборони.

Результати констатувального дослідження підтверджують визначені у теоретичній частині дослідження наукові припущення про двополярний континуум (адаптивність/дезадаптивність) внутрішніх психологічних чинників соціально-психологічної адаптації учасників ООС.

Емпіричним шляхом встановлено, що у більшості досліджуваних переважає дисгармонійний тип Я-концепції, а домінуючим типом дисгармонійності є сімейний.

Виявлені значущі зв'язки між дисгармонійним типом Я-концепції учасників ООС та проявами соціально-психологічної дезадаптації: особистісною та реактивною тривожністю, непрямую агресією, рівнем депресії та конфліктністю.

За результатами кластерного аналізу нами було виділено підгрупу осіб, у якої переважали показники соціально-психологічної дезадаптації, а саме: низькі показники особистісного потенціалу; нервово-психічної стійкості; адаптивності; прийняття інших; емоційного комфорту тощо, й одночасно значимо вищими виявилися показники: реактивної тривожності; самоагресії; уникання боротьби.

Найбільш суттєвими факторами, що можуть використовуватися при відстеженні рівня соціально-психологічної адаптації учасників ООС з дисгармонійним типом Я-концепції, визначено: «Тривожно-депресивний», «Вороже-агресивний», «Самість» та «Ресурсно-особистісний».

4. Відповідно до спроектованих теоретичної та емпіричної моделей дослідження та результатів констатувального дослідження було розроблено модель та програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Методологічним підґрунтям спроектованої психокорекційної моделі стали принципи: єдності діагностики та корекції, особистісної орієнтованості, нормативності розвитку, каузальності, діяльності,

проектування і моделювання, системно-синергетичного принципу. До компонентного складу психокорекційної моделі увійшли: етапи реалізації психокорекційної програми: діагностичний, інформаційно-просвітницький, індивідуальної психокорекції, групової психокорекції та визначення ефективності психокорекційного впливу; засоби психокорекційного впливу: просвітницький блок (проведення лекцій, навчальних семінарів, програм соціально-психологічного супроводу), блок психокорекційної роботи (індивідуальна психокорекція – індивідуальне консультування, дистанційне консультування із застосуванням інтернет-ресурсів; групова психокорекція – дибріфінг, групи підтримки, тренінгові заняття).

Представлені у програмі засоби спрямовані на здійснення психокорекційного впливу на визначені у констатувальному дослідженні фактори соціально-психологічної адаптації /дезадаптації дисгармонійності Я-концепції: тривожно-депресивний, вороже-агресивний, самість та ресурсно-особистісний фактор.

За результатами формувального експерименту можна стверджувати про ефективність запропонованої моделі та програми психокорекції. Встановлено статистично значуще зниження показників за шкалами, що увійшли до визначених факторів соціально-психологічної адаптації/дезадаптації дисгармонійності Я-концепції: Я-фізичного та Я-сімейного, проявів агресивності, особистісної тривожності, дезадаптації, неприйняття себе, емоційного дискомфорту, внутрішнього контролю.

Результати формувального дослідження підкреслюють необхідність і важливість застосування сучасних програм та методів психокорекції у вирішенні проблем соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників ООС.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів окресленої проблеми. Перспективи подальших досліджень у межах означеної проблеми ми вбачаємо у вивченні ефективних умов особистісної самореалізації учасників ООС.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агеев В. С. Психология межгрупповых отношений. Москва : МГУ, 1983. 138 с.
2. Адаптація дитини до школи / упоряд. С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. Київ : Мікрос – СВС, 2003. 111 с. Психологічний інструментарій.
3. Адлер А. О невротическом характере / пер. с англ. и нем. Санкт-Петербург : Университетская книга ; Москва : Фонд «За экономическую грамотность», 1997. 250 с.
4. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. Москва : Академический проект, 2007. 240с.
5. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды. Москва : Педагогика, 1980. Т. 1. 230 с.
6. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. Москва ; Харьков ; Минск ; Санкт-Петербург : Питер, 2001. 260 с.
7. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Москва ; Харьков; Минск ; Санкт-Петербург : Питер, 2002. 282 с.
8. Андрушко Я. С. Психокорекція : навч.-метод. посіб. /. Львів: ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
9. Алещенко В., Хміляр О. Психологічна реабілітація військовослужбовців з постстресовими психічними розладами : навчальний посібник. Харків : ХУПС, 2005. 84 с.
10. Балл Г. М. Понятие адаптации и его значение для психологии личности. *Вопросы психологии*. 1989. №1. С. 92–100.
11. Балл Г. М. Феномен вибору в контексті соціальної поведінки. *Соціальна психологія*. 2005. №1. С. 3–13.
12. Баб'як Т., Корнієнко І. Тренінг спілкування «Дозволь собі бути щасливим». *Психолог*. 2003. №38. С. 7–8; 10–11.

13. Бек Дж. С. Когнитивная терапия: полное руководство. Москва : ОО «И. Вильямс», 2006. 400 с.
14. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. Санкт-Петербург, 2011. 512 с.
15. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. [пер. с англ.]. Москва : Прогресс, 1986. 421 с.
16. Блінов О. А. Прояви посттравматичних стресових розладів. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка». Житомир, 2013. Т. VII. Екологічна психологія. Вип. 32. С. 15–20.
17. Бодров В. А. Психологические исследования проблемы профессионализации личности. Москва, 1991. 293 с.
18. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте Санкт-Петербург : Питер, 2008. 398 с. (Мастера психологии).
19. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды. Москва: НПО «МОДЭК», 2001. 352с.
20. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. Москва. 2003. 92 с.
21. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика : учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отделений ун-тов. Киев : Укртехпрес, 1997. 216 с.
22. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : навч. посіб. для студ. ст. курсів психол. фак. та відділень ун-тів. Харків : Фоліо, 1996. 237 с.
23. Буковська О. О. Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців, які повертаються із зони бойових дій. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка*. 2015. №128. С. 29–32.
24. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика : учеб. для вузов. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 351 с.

25. Бурлачук Л., Кочарян А., Жидко М. Психотерапія : учебник для вузов. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 472 с.

26. Буряк О. О., Гіневський М. І., Катеруша Г. Л. Військовий синдром АТО: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні : зб. наук. пр. Харківського національного університету Повітряних сил. Харків, 2015. №2 (43). С. 176–181.

27. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. *Вступ у когнітивно-поведінкову терапію*. Львів : Свічадо, 2014. 410 с.

28. Візнюк І. М. Детермінанти розвитку іпохондричних явищ у фахівців різних 495 професій. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2016. Вип. 46. С. 128–132. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn\\_2016\\_46\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn_2016_46_34).

29. Візнюк І. М. Психологічні детермінанти розвитку іпохондричних розладів у людини за психодіагностичними параметрами. *Проблеми сучасної психології*. 2017. Вип. 35. С. 55–66. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2017\\_35\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2017_35_7).

30. Візнюк І. М. Типологічний аналіз генезису іпохондричних розладів особистості. *Наука і освіта*. 2017. №9. С 30–35.

31. Вірна Ж. П. Довіра до організації: психологічні індикатори стресостійкості і задоволеності працею фахівців. *Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості* : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Злівкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. С. 247–270.

32. Вірна Ж. П. Координація особистісно-нормативних змін ціннісних орієнтацій в діапазоні професійної адаптації особистості. *Психологія особистості : науковий журнал*. 2015. №1(6). 161–172. <http://dx.doi.org/10.15330/ps.6.1>.

33. Вірна Ж. П. Психологічні координати конструктивного самозбереження особистості. *Науковий вісник Миколаївського нац. ун-ту*

*ім. В.О. Сухомлинського. Психологічні науки : зб. наук. пр. / за ред. І. Савенкової. Миколаїв : МНУ ім. В. О. Сухомлинського, 2017. №1(17). С. 35–40.*

34. Вітакультурна методологія: антологія : кол. монографія / А. В. Фурман, О. Є. Фурман, С. К. Шандрук та ін. Тернопіль : ТНЕУ, 2019. 980 с.

35. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів : Свідчадо, 2014. 410 с.

36. Войтко В. І. Психологічний словник. Київ, 2012. 294 с.

37. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору / переклад з англ. О. Лизак, О. Наконечна, О. Шлапак. Львів : Вид-во Старого Лева, 2019. 424 с.

38. Гештальт и психодрама в работе с детьми и родителями / под общ. ред. Н. Б. Долгополова, И. С. Дьяченко, Е. В. Шувариковой. Москва : ГиП, 1997. 50 с.

39. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. Москва, 1998. 592 с.

40. Гремлинг С., Ауэрбах С. Практикум по управлению стрессом. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 240 с.

41. Григорьева В. Н. Психосоматические аспекты нейрореабилитации. Хронические боли. Нижний Новгород : Изд-во Нижегородской государственной медицинской академии, 2004. 420 с.

42. Гридковець Л. М. Світ життєвих криз людини як дитини своєї сім'ї, свого роду та народу : монографія. Львів : Скриня, 2016. 380 с.

43. Гримак Л. П. Резервы человеческой психики: введение в психологию активности. Москва : Изд-во МГУ, 1987. 157 с.

44. Грись А. М., Максименко С. Д. Практика роботи психологів із військовослужбовцями, що повернулися із зони АТО: досвід та перспективи. *Актуальні проблеми психології* : зб. наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2017. Т. XI: Психологія особистості. Вип. 15. С. 102–113.



45. Гришина Н. В. Психология конфликта. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 464 с.
46. Громова О. Н. Конфликтология. Москва : ЭКМОС, 2000. 320 с.
47. Групповая психотерапия / под. ред. Б. Д. Карвасарского, С. Ледера. Москва : Медицина, 1990. 384 с.
48. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : навчальний посіб. Тернопіль : Економічна думка, 2004. 310 с.
49. Данилов А. Профилактика боевых психических травм в вооруженных силах США. *Зарубежное военное обозрение*. 1991. №9. С. 11–12.
50. Джемс У. Личность. Психология самосознания : хрестоматия. Самара : Издательский дом «БАХРАХ-М», 2003. 672 с.
51. Дикая Л. Г., Шапкин А. С. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации. *Психологический журнал*. 1996. Т. 17, №1. С. 19–34.
52. Диянова З. В., Щеголева Т. М. Самосознательность личности. Иркутск : Изд-во Иркут. ун-ту, 1993. 56 с.
53. Ефремов К. Территориальная агрессия человека. *Социальная педагогіка*. 2004. №3. С. 31–40.
54. Жигайло Н. І., Шибрук О. В. Проблема феномену та структури «Я-концепції» особистості в контексті поглядів вітчизняних і зарубіжних досліджень. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2014. Вип. 26. С. 70–74.
55. Изард К. Эмоции человека. Москва : Издательство Московского университета, 1980. 440 с.
56. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 507 с.
57. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2016. 784 с.

58. Йомас Ф., Кларкин Дж., Кернбегр О. Психотерапия, фокусированная на переносе, при пограничных расстройствах личности. Клиническое руководство. Москва, 2018. 498 с.
59. Каліна Н. Ф. Психотерапія. Київ : Академвидав, 2010. 288 с.
60. Калмыкова Е. С. Особенности психотерапии посттравматического стресса. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22. №4. С. 70–80.
61. Карелин А. А. Большая энциклопедия психологических тестов. Москва, 2007. 410 с.
62. Келли Дж. Психология личности. Теория личных конструктов. Санкт-Петербург : Речь, 2000. 249 с.
63. Кеннерлі Дж. Кірк. Львів : Свідчадо, 2014. 420 с.
64. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Москва, 1983. 370 с.
65. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посіб. Київ : ТОВ Видавництво «Логос», 2015. 206 с.
66. Климов Е. А. Психология профессионала : избранные психологические труды. Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1996. 400 с.
67. Климов Е. А. Пути в профессионализм (Психологический взгляд) : учеб. пособие. Москва : Московский психолого-социальный институт : Флинта, 2003. 320 с.
68. Клиническое руководство по психическим расстройствам / под. ред. Д. Барлоу. 3-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 912 с.
69. Клінічне керівництво Міністерства США у справах ветеранів та Міністерства оборони США щодо лікування посттравматичного стресу. Наукове редагування перекладу: Український науково-дослідний інститут соціальної і судової психіатрії та наркології МОЗ України. Київ, 2017. 251 с.
70. Колесник Н. Т., Орлова О. А. Клиническая психология. Москва, 2010. 426 с.

71. Колодзин Б. Как жить после психической травмы. URL: [www.koob.ru](http://www.koob.ru)

72. Комар Т. О. Тенденції розвитку сучасної сім'ї та соціально-психологічні чинники її стабільності. *Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія* : зб. наук. пр. / редколегія : В. І. Шахов (гол.) та ін. Вінниця : ТОВ «Нілан ЛТД», 2016. Вип. 46. С. 126–131.

73. Комар Т. О., Кравчук В. М. Психологічні особливості соціально-психологічної дезадаптації учасників антитерористичної операції. *The scientific heritage*. 2019. №32. С. 20–28.

74. Кон И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. Москва : Политиздат, 1984. 335 с.

75. Кон И. С. Открытие «Я». Москва : Педагогика, 1978. 367 с.

76. Кочубинська Т. М. Модель соціально-психологічної адаптованості учасників операції об'єднаних сил. *Габітус: науковий журнал / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*. 2021. №22. С. 34–38.

77. Кочубинська Т. М. Особливості взаємозв'язку Я-концепції з проявами соціально-психологічної адаптації учасників операції об'єднаних сил. *Психологічний часопис: науковий журнал / за ред. С. Д. Максименка*. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2021. Т. 7. Вип. 4. С. 144–152.

78. Кочубинська Т. М. Особливості соціально-психологічної адаптації учасників операції об'єднаних сил. *Теоретичні та практичні аспекти психології*. Вінниця, 2020. С. 48–51.

79. Кочубинська Т. М. Психокорекція проявів соціально-психологічної дезадаптації учасників бойових дій. *Психологічні перспективи*. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. 2021. Вип. 37. С. 111–127.

80. Кочубинська Т. М. Психологічна допомога учасникам операції об'єднаних сил. *Теоретичні та практичні аспекти психології*. Вінниця, 2020. С. 35–38.

81. Кочубинська Т. М. Психологічні особливості сімейних стосунків учасників операції об'єднаних сил. *Теоретичні та практичні аспекти психології*. Вінниця, 2021. С. 56–59.

82. Кочубинська Т. М. Психологічні особливості Я-концепції учасників операції об'єднаних сил. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Т. 32(71), №2. С. 1–7.

83. Кочубинська Т. М. Синдром АТО: прояви та способи реагування на нього. Психологічна наука і практика ХХІ століття : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, м. Львів, 22–23 березня 2019 р. Львів : Видавничий дім «Гельветика», 2019. С. 21–25.

84. Кочубинська Т. М. Специфіка переживання негативних емоційних станів учасників бойових дій. *Теоретичні та практичні аспекти психології*. Вінниця, 2021. С. 31–35.

85. Кочубинська Т. М. Чинники соціально-психологічної дезадаптації учасників бойових дій. *Соціально-психологічні особливості самоздійснення особистості в умовах сучасних трансформаційних змін* : збірник матеріалів звітної науково-практичної конференції викладачів і студентів Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, підготовки фахівців вищої кваліфікації. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця : ФОП Тарнашинський О. В., 2020. Вип. 7. С. 154–156.

86. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования / пер. с англ. В. Матулявичене. Минск : Харвест, 2016. 192 с.

87. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 992 с.

88. Кузікова С. Б. Основи психокорекції. Київ : Академвидав, 2012. 320 с.
89. Куликов Л. В. Стресс и стрессоустойчивость личности / под ред. А. А. Крылова. Санкт-Петербург, 1995. 62 с.
90. Леонова А. Б. Комплексная методология анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции. *Психологический журнал*. 2004. №2. С. 36–48.
91. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва : Изд-во МГУ, 1981. 584 с.
92. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. Москва : Политиздат, 1975. 302 с.
93. Леонтьев Д. А. От социальных ценностей к личности: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности. *Вестник МГУ, Сер. 14. Психология*. 1996. №4. С. 10–19.
94. Линде Н.Д. Эмоционально-образная (аналитически-действенная) терапия: чувство – образ – анализ – действие. Москва : Генезис, 2020. 276 с.
95. Лящ О. П. Агресія і альтруїзм: чи можуть поряд існувати? *Збірник наукових праць. Серія: Актуальні проблеми психології.* / за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2008. Т. 10. Вип. 4. С. 20–27.
96. Лящ О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : монографія. Вінниця : ТОВ «Твори», 2019. 448 с.
97. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки* : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова., 2015. Вип. 1(46). С. 210–216.
98. Лящ О. П. Емоційний інтелект та його роль у подружніх взаєминах. *Вісник Чернігівського національного університету. Серія: Психологічні науки*. Чернігів, 2010. Т. 2. Вип. 82. С. 20–26.

99. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
100. Максименко С.Д. Поняття особистості у психології. *Психологія і особистість*, 2016. №1. С.11-17.
101. Максименко С. Д., Прокоф'єва О. О., Царькова О. В., Кочкурова О. В. Практикум із групової психокорекції : підручник. Мелітополь : Видавничо поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
102. Малышева Е. М. Мировые войны и локальные военные конфликты в истории: последствия, уроки. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/mirovye-voyny-i-lokalnye-voennye-konfli.com>
103. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. с англ. А. М. Татлыбаевой. Санкт-Петербург : Евразия, 2001. 478 с.
104. Маслоу А. Самоактуализация. Тексты / под ред. Ю. Ю. Гиппенрейтер, А. А. Пузырея. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1982. 324 с.
105. Массанов А. В. Творчество как условие преодоления субъективных трудностей личности. *Наука і освіта*. 2016. №9. С.105–110.
106. Медведев О. И. Эмоциональное напряжение и стресс. Физиология кроветворения. Москва, 1986. 525 с.
107. Мід Дж. Г. Дух, самість і суспільство. З точки зору соціального біхевіориста. Київ : Український Центр духовної культури, 2000. 416 с.
108. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермянина. *Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности* / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. Санкт-Петербург, 2001. С. 127–129, 138–141.
109. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермянина. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие* / Д. Я. Райгородский. Самара, 2001. С. 549–558.

110. Морено Я. Психодрама / пер. с англ. Г. Примочкиной, Е. Рачковой. Москва : Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. 528 с.
111. Мэй Ролло. Тривога / пер. с англ. А. Г. Гладкова. Москва : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 420 с.
112. Мушкевич М. І. Практична психологія в роботі із учасниками АТО. *Психологія: реальність і перспективи*. 2016. Вип. 6. С. 136–142.
113. Мюллер М. Якщо ви пережили психотравмуючу подію / пер. з англ. Д. Бусько; наук ред. К. Явна. Львів : Видавництво Українського католицького університету : Свічадо, 2014. 120 с. (Серія «Сам собі психотерапевт»).
114. Налчаджян А. А. Социально-психическая сила адаптации личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван : Эксмо, 1988. 69 с.
115. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Эксмо, 2010. 368 с.
116. Налчаджян А. А. «Я-концепция» Психология самосознания. Самара : Бахрах-М, 2003. С. 270–332.
117. Обухов Я. Основы символдрамы. Вступ до основного ступеня. Психологічний інструментарій. Київ : Главник, 2007. 112 с.
118. Олиферович Н. И., Зинкевич-Кузьмина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 360 с.
119. Олпорт Г. В. Личность в психологии. Москва : Ювента ; Санкт-Петербург : Лекато, 1998. 345 с.
120. Осипова А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособ. для студентов вузов. Москва : ТЦ Сфера, 2004. 512 с.
121. Основы реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. Київ, 2018. Т. 1. 208 с.
122. Паламарчук О. М. Інноваційна діяльність фахівців з соціальної роботи як чинник розвитку суспільства. *Молодий вчений*. Херсон : ТОВ «Видавничий дім «Гельветика», 2017. Вип. 11(51). С. 821–826.

123. Паламарчук О. М. Психологічні особливості формування соціальної компетентності сучасної молоді. *Рідна школа*. 2018. № 9–12 (1060). С. 21–27.

124. Паламарчук О. М. Соціально-особистісні фактори екологічно орієнтованого підприємницького вибору. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С.Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. Т. 7: Екологічна психологія, вип. 37. С. 144–153.

125. Паламарчук О. М., Чухрій К. Л. До проблеми соціально-психологічної допомоги дітям учасників бойових дій в умовах антитерористичної операції. *Молодий вчений*. 2017. №8. С. 171–175.

126. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. Москва : Международная пед. академия, 1994. 674 с.

127. Петровский А. В. Личность в психологии: парадигма субъективности. Ростов-на-Дону, 1996. 512 с.

128. Петровский А. В. Личность. Деятельность. Коллектив. Москва : Политиздат, 1982. 255 с.

129. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Психология : словарь. Москва, 2000. 494 с.

130. Практикум по арт-терапии / под ред. А. И. Копытина. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 448 с.

131. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : колективна монографія / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, А. П. Мельник [та ін.] ; за заг. ред. М. І. Мушкевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 260 с.

132. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : метод. посіб. / З. Г. Кісарчук та ін. Київ : ТОВ Видавництво «Логос», 2015. 207 с.

133. Психологическая диагностика: проблемы и исследование / под ред. Е. М. Гуревича. Москва : Наука, 1989. 120 с.



134. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова. Санкт-Петербург, 1991. 151 с.

135. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : метод. посіб. / О. М. Кокун, Н. А. Агаєв та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

136. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.

137. Психологічні наслідки перебування рятувальників у зоні проведення антитерористичної операції : монографія / Лебедева С. Ю. та ін. ; за заг. ред. Н. В. Оніщенко, О. В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2011. 176 с.

138. Психология возрастных кризисов : хрестоматія / сост. К. В. Сельченко. Минск : Харвест ; Москва : АСТ, 2002. 560 с.

139. Психологія життєвої кризи / відп. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. 348 с.

140. Психология зависимости : хрестоматія / сост. К. В. Сельченко. Минск : Харвест, 2007. 592 с.

141. Психологія особистості : хрестоматія : навч. посіб. / О. Б. Мельничук, Р. Ф. Пасічняк, Л. М. Вольнова та ін. Київ : НПУ імені Н. П. Драгоманова, 2009. 532 с.

142. Психологические тесты. В 2 т. / под ред. А. А. Карелина : Москва : Наука, 2001. Т. 2. С. 65–69.

143. Психотерапия : учеб. для вузов / Л. Бурлачук, А. Кочарян, М. Жидко. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 472 с.

144. Психологическая диагностика: Учебное пособие / под ред. М.К. Акимовой. СПб.: Питер, 2005. 304 с.

145. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навч. посіб. / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк [та ін]. Київ : ІНКОС, 2002. 272 с.

146. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. Київ : Головне видавництво видавничого об'єднання «Вища школа», 1982. 216 с.

147. Психология возрастных кризисов : хрестоматия / сост. К. В. Сельченко. Минск : Харвест ; Москва : АСТ, 2002. 560 с.

148. Психотерапия сепарационной тревоги в условиях лечебной реабилитации: специфика и направления работы с пациентами / Ж. П. Вірна, Гошовський Я. А., Кочарян А. С. та ін. *Психіатрія, психотерапія і клінічна психологія*. 2020. Т. 11. №4. С. 739–753.

149. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособ. Самара, 2003. 672 с.

150. Рамси Н., Харкорд Д. Психология внешности : пер. с англ. А. П. Федоровой. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 256 с.

151. Реан А. А. Практическая психологическая диагностика личности. Санкт-Петербург : Изд-во Петербург. ун-та, 2000. 231 с.

152. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. 479[1] с. (Психология – лучшее). ISBN 5-93878-211-2.

153. Реан А. А. Психология человека от рождения до смерти. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. 652 с.

154. Решетников М. М. Психическая травма. Санкт-Петербург : Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. 322 с.

155. Рибалка В. В. Методологічні питання наукової психології (Досвід особистісно центрованої систематизації категоріально-поняттєвого апарату) : навчально-метод. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2003. 204 с.

156. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека : пер. с англ. Москва : ВЛАДОС, 1995. 529 с.

157. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия : пер. с англ. Москва : Рефл-бук ; Киев : Ваклер, 1997. 320 с.

158. Розум С. Психология социализации и социальной адаптации человека. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 365 с.

159. Романчук О. Програма активностей «Справитися із травмою війни» : навчальний семінар «А-В-С психологічної допомоги потерпілим в зоні бойових дій та їх рідним / Інститут психічного здоров'я при УКУ.

160. Роменець В. А., Маноха І. П. Істрія психології ХХ століття. Київ : Либідь, 1998. 988 с.

161. Рубинштейн С. Л. Принципы и пути развития психологии. Москва : Наука, 1959. 354 с.

162. Рубинштейн С. Л. Самосознание личности и её жизненный путь: Психология личности / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. Москва : МГУ, 1982. С. 127–131.

163. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія. Київ, 2017. 384 с.

164. Санникова О. П. Феноменология личности: Избранные психологические труды. Одесса : СМІЛ, 2003. 256 с.

165. Санникова О. П., Кузнецова О. В. Системный анализ адаптивности личности : монографія. Одесса : ВМВ, 2017. 392 с.

166. Самосознание и защитные механизмы личности : хрестоматія. Самара : Бахрах-М., 2000. 656 с.

167. Свенцицкий А. Л. Я-концепция и самооценка. Социальная психология : учебник. Москва : Изд-во Проспект, 2005. 246 с.

168. Селье Г. Стресс без дистресса. Москва : Прогресс, 1979. 123 с.

169. Сельченко К. В. Психология человеческой агрессивности. Минск, 2009. 656 с.

170. Скиннер Б. Ф. Поведение организмов. Москва : Оперант, 2016. 368 с.

171. Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. Санкт-Петербург : Издательство «Речь», 2005. 624 с.

172. Столин В. В. Самосознание личности. Москва, 1983. 288 с.

173. Стюарт В. Работа с образами и символами в психологическом консультировании / пер. с англ. Н. А. Хмелик. Москва : Независимая фирма «Класс», 2007. 376 с.

174. Тайсон Ф., Тайсон Р. Л. Психоаналитические теории развития / пер. с англ. А. М. Боковой. Москва : «Когито-Центр», 2006. 407 с.

175. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс. Москва, 2003. 208 с.

176. Теплов Б. М. Психология и психофизиология индивидуальных различий : избранные психологические труды. Москва : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 2004. 640 с.

177. Тімченко В. О. Психологічні наслідки перебування рятувальників у зоні проведення антитерористичної операції : дис. ... канд. псих. наук. Харків, 2017. 275 с.

178. Тимченко А. В. Психогении в экстремальных условиях. Боевая психическая травма и методы ее коррекции. Харьков : ХВУ, 1995. 91 с.

179. Ткачук Т. А., Корсун С. І. Психологія діяльності працівників податкової міліції : монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 194 с.

180. Томчук М. І., Комар Т. О., Скрипник В. А. Психологічна адаптація до навчання студентів з особливими потребами. Вінниця : Глобус-Прес, 2005. 26 с.

181. Томчук М. І., Яцюк М. В. Психологічний супровід дітей, які зазнали втрату батьків, в умовах рекреації. *Наука і освіта*. 2016. №9. С. 174–180.

182. Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ. Т. 1. Теория / пер. с англ. Москва : Издательская группа «Прогресс» – «Литера», Издательство Агенства «Яхтсмен», 1996. 576 с.

183. Тополь О. В. Соціально-психологічна реабілітація учасників Антитерористичної операції. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2015. С. 231.

184. Торндайк Э., Уотсон Дж.Б. Бихевиоризм. Москва : АСТ, 1998. 704 с.
185. Трубицына Л. В. Процесс травмы. Москва : Смысл; ЧеРо, 2005. 218 с. (Серия «Теория и практика психологической помощи»).
186. Турчин В. М. Математична статистика : посібник. Київ : Видавничий центр «Академія», 1999. 240 с.
187. Философский словарь / под ред. И. Т. Фролова. 4-е изд. Москва : Политиздат, 1981. 445 с.
188. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов. Москва : Академический Проект, 2005. С. 159–160.
189. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. Санкт-Петербург : Речь, 2000. 320 с.
190. Франкл В. Человек в поисках смысла : сборник. Москва : Прогресс, 1990. 368 с.
191. Франкл В. Духовные основы общества. Москва : Республика, 1992. 511 с.
192. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. 184 с.
193. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции. Москва : Наука, 1989. 456 с.
194. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. Санкт-Петербург : Прайм – ЕВРОЗНАК, 2004. 864 с. (Психологическая энциклопедия).
195. Фромм Е. Бегство от свободы. Москва : Прогресс, 1990. 269 с.
196. Фромм Е. Душа человека : пер. с англ. Г. Ф.Швейника. Москва : Прогресс, 1990. 269 с.
197. Фурман А. А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтований вимір: монографія. Одеса: ОНПУ ; Тернопіль: ТНЕУ, 2016. 312 с.
198. Фурман А. В. Психодіагностика особистісної адаптованості : наукове видання. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.

199. Фурман А. В., Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : навч. посіб. Львів : Новий світ, 2006. 360 с.
200. Ханин Ю. Л. Краткое руководство к применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера. Ленинград : Речь, 1976. 198 с.
201. Хорни К. Невроз и развитие личности / пер. с англ. Е. И. Заморид. Москва : Смысл, 1998. 375 с.
202. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 607 с.
203. Чухрій І. В. Модель психокорекції психологічних механізмів соціального адаптування молоді з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Психологічний часопис: науковий журнал* / за ред. С. Д. Максименка. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2020. № 2. Вип. 6. С 43–50. URL:<https://doi.org/10.31108/1.2020.6.2>.
204. Чухрій І. В. Особливості переживання психічної травми ветеранами АТО/ООС з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної освіти. Науковий вісник КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»* / за науковою редакцією М. І. Томчука : зб. матеріалів IV Подільської наук.-практ. конф. з міжн. участю. Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2019. Вип. № 3(26). С. 155–157.
205. Чухрій І. В. Соціально-психологічні чинники виникнення дезадаптованості в осіб молодого віку з обмеженнями життєдіяльності. *Наука і освіта*. 2016. №9. С. 203–208.
206. Чухрій І. В. Психологічні механізми соціальної адаптації ветеранів антитерористичної операції об'єднаних сил з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Серія 19. Вип. 37. С. 178–186.

207. Чухрій І. Психологічні особливості переживання негативних емоційних станів ветеранами антитерористичної операції/ операції об'єднаних сил з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Анімалотерапія в контексті розвитку сучасних методів комплексної реабілітації* : матеріали I Міжн. наук.-практ. конф. «Анімалотерапія в контексті розвитку сучасних методів комплексної реабілітації» / за ред. А. Шевцова, М. Шеремет. Київ : Альянт, 2019. С. 109–111.

208. Чухрій І. В., Билина Д. І. Особливості ціннісно-сислової сфери військовослужбовців, які брали участь в антитерористичній операції. *Теорія і практика сучасної психології*. Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2019. №1. Т. 2. С. 153–158.

209. Шанин Ю. Н. Медицинская реабилитация раненых и больных. Санкт-Петербург, 1997. 224 с.

210. Шандрук С. К. Професійно значущі утворення особистості психолога як умова ефективної творчої діяльності. *ScienceRise*, 2015. №1(12). Т.7. С. 66–70.

211. Шандрук С. К. Психологія професійних творчих здібностей : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2015. 357 с.

212. Шандрук С. К. Становлення креативності особистості: від творчого потенціалу до професіоналізму. *Психологія і суспільство*. 2017. №1. С. 139–144.

213. Шандрук С. К. Теоретико-методологічні основи професійної креативності. *Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору* : темат. вип. Київ, 2012. Дод. 1. Вип. 27, т. V (38). С. 508–515.

214. Шахов В. І. Динаміка розвитку фахово важливих якостей у структурі професійної самосвідомості студентів спеціальності психологія. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені*

Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія : зб. наук. пр. Вінниця : ТОВ «Нілан ЛТД», 2019. Вип. 57. С. 200–206.

215. Шахов В. І. Роль психологічних механізмів у вихованні та самовихованні особистості. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія* : зб. наук. пр. / редкол. : В. І. Шахов (гол.) та ін. Вінниця : ТОВ «Нілан ЛТД», 2015. Вип. 43 С.402–407.

216. Шахов В. І. Психологічні особливості стратегій копінг-поведінки підлітків у кризових ситуаціях. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія* / редкол. : В.І. Шахов (гол.) та ін. Вінниця : ТОВ «Нілан ЛТД», 2014. Вип. 41. С. 365–369.

217. Швалб Ю.М. Психологічні засади соціального благополуччя особистості в зрілому віці. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України. Екологічна психологія*. Київ: Інститут психології ім. Г.С.Костюка НАПН України, 2019. Випуск 47, Т. VII. С. 314-331.

218. Шибутани Т. Социальная психология / пер. с англ. В. Б. Ольшанского. Ростов-на-Дону : Феникс, 1999. 544 с.

219. Шевцов А. Г. Освітні основи реабілітології : монографія. Київ : МП Леся, 2009. 483 с.

220. Шевцов А. Г., Чухрій І. В. Психологічний механізм соціальної адаптації молоді з обмеженнями життєдіяльності. *Особлива дитина: навчання і виховання* : науковий, навчальний, інформаційний журн. Київ : Педагогічна преса, 2019. Вип. 93, Т. 4. С. 15–29.

221. Шибутани Т. Социальная психология. Ростов-на-Дону : Феникс, 1999. 544 с.

222. Эриксон Э. Детство и общество. Санкт-Петербург : Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. 592 с.

223. Юнг К. Г. Конфликты детской души. Москва : Канон, 1994. 336 с.



224. Ялом И., Лесц М. Групповая психотерапия. Теория и практика. 5-е изд. пер. с англ. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 688 с.

225. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції : навч. посіб. Київ : Либідь, 1996. 264 с.

226. Яценко Т. С., Кмит Я. М., Мошенская Л. В. Психоаналитическая интерпретация комплекса тематических психорисунков (глубинно психологический аспект). Москва : СИП РИА, 2000. 194 с.

227. Ярошевский М. Г. История психологии. 3-е изд. Москва : Мысль, 1985. 245 с.

228. Adler A. Social interest: A challenge to mankind. New York : Capricorn Books, 1964. 200 p.

229. Bandura A. Self-efficacy : The exercise of control. New York, 1997.

230. Biggs J. T., Wilie L. T., Ziegler V. E. Validity of the Zung Self-Rating Depression Scale. *Br J Psychiatry*. 1978. 132:381–38.

231. Beck A. T. Cognitive theory and emotional disorders. New York, 1976.

232. Chukhrii I. Researching of youth self-concept with the musculoskeletal system disorders. *The scientific heritage*. Budapest, Hungary, 2019. №32. V.3. P. 48–51.

233. Chukhrii I., Shevtsov A. Psychological mechanisms of social adaptation of young people with disabilities. *American Journal of Applied and Experimental Research*. New York NY. USA, 2017. №3(6). P. 6–14.

234. Erikson E. The problem of ego identity / in G. Pollock (Ed.), *Pivotal papers on identification*. Madison, CT : International Universities Press, 1993. 230 p.

235. Freud S. Mourning and melancholia. Standard Edition, 14, 1917, London : Hogarth Press, 1957. P. 243–258.

236. Freud S. Standard Edition. 1915. Vol. XIV. P. 273–289.

237. Heim E. Coping und Adaptivitat: Gibt es geeignetes oder ungeeignetes Coping. *Psychother, Psychosom, med. Psychol*, 1988. № 1. P. 8–17.

238. Kelly G. A. The psychology of personal constructs: Vol. 1. A theory of personality. London: Routledge.,1991. 422 p.
239. Klein R. H., Schermer V. L. Group Psychotherapy for Psychological Trauma. New York ; London : The Guilford press, 2000.
240. Kochubinskaya T. M. The scientific heritage. №33. P. 3. Budapest. Hungary. 2019. P. 37–41.
241. Kubler-Ross E. On Death and Dying. Macmillan. New York, 1969. 288 p.
242. Lazorko O., Virna Zh., Yahurov V., Valchuk-Orkusha O., Melnyk I., Sherman M. The Safety of Professionalization Subjects in Psychological and Neuropsychological Aspects. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2021. Vol. 12, Is. 1. P. 19–39. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/12.1/168>.
243. Philips L. Human adaptation and his failures. Academic Press. New York : London, 1968.
244. Plutchik R. The emotions: Revised Edition. Lanham. New York ; London : University press of America. 1991. 193 p.
245. Virna Zh. Professional Deformations: Tendencies, Dynamics and Risks of Manifestation. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska*. 2015. Vol. 28, №2. P. 123–136. URL: <http://journals.umcs.pl/j/article/view/2553/2923>
246. Virna Zh. Safety of personality in migration terms within the military conflict: organizational conditions of education and psychotherapy. *American Journal of fundamental & experimental research*. 2016. 1(1). P. 94–103.
247. Vizniuk I. M. Psychosomatic Health as a Factor of Human Social Adaptation in Postmodern Societe. *Postmodern Openings*. 2021. 12(1). P. 54–73.
248. Sannikova O. P. Adaptivity as the integral phenomenon: empirical verification. *Наука і освіта*. Одеса, 2018. №8. С. 27–35.
249. Zerka T. Moreno, Leif Dag Blomkvist, Thomas Rutzel. Psychodrama, Surplus Reality and the Art of Healing. 2014. Published April 10. 160 p.
250. Zung W.W. A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*. 1965. P. 6–12.

## Додатки

## Додаток А.

## Описові статистики показників соціально-психологічної адаптації

## досліджуваних учасників ООС

	N	Минимум	Максимум	Среднее	Среднекв. отклонение	Асимметрия		Экссесс	
	Статистика	Статистика	Статистика	Статистика	Статистика	Статистика	Стандартная ошибка	Статистика	Стандартная ошибка
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	90	19	87,00	55,34	16,995	0,026	0,337	-0,511	0,662
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	90	5	58,00	30,64	11,962	0,063	0,337	-0,483	0,662
МЛО1: Комунікативні особливості	90	6	18,00	13,08	3,116	0,457	0,337	-0,798	0,662
МЛО1: Моральна нормативність	90	5	14,00	9,16	2,494	-0,205	0,337	-1,077	0,662
Сплб: Реактивна тривожність	90	6	39,00	23,36	9,471	-0,002	0,337	-1,234	0,662
Сплб: Особистісна тривожність	90	23	54,00	39,62	7,497	-0,378	0,337	-0,546	0,662
Басс: фізична	90	1	8,00	4,38	1,627	0,297	0,337	-0,418	0,662
Басс: непряма	90	0	8,00	3,88	1,769	0,097	0,337	-0,230	0,662
Басс: дратівливість	90	0	9,00	4,16	2,113	-0,138	0,337	-0,153	0,662
Басс: негативізм	90	0	4,00	1,80	1,262	0,140	0,337	-1,010	0,662
Басс: ображеність	90	0	6,00	2,68	1,755	0,206	0,337	-1,096	0,662
Басс: підозрілість	90	0	8,00	3,86	2,119	0,070	0,337	-1,068	0,662
Басс: вербальна	90	3	11,00	6,12	2,017	0,172	0,337	-0,639	0,662
Басс: самоагресія	90	1	8,00	4,16	1,877	-0,145	0,337	-0,838	0,662
Індекс агресивності	90	6	26,00	14,66	4,479	0,246	0,337	-0,530	0,662
Індекс ворожості	90	1	12,00	6,54	3,352	0,036	0,337	-1,339	0,662
Рівень депресії	90	20	56,00	36,30	10,296	0,082	0,337	-1,124	0,662
Я фізичне	90	4	19,00	11,60	2,928	0,067	0,337	0,291	0,662
Я психічне	90	4	20,00	13,80	3,833	-0,529	0,337	-0,015	0,662
Я професі	90	6	21,00	15,08	4,237	-0,214	0,337	-0,828	0,662
Я сімейне	90	4	21,00	15,46	4,807	-0,957	0,337	-0,036	0,662
Я учнівське	90	3	21,00	12,10	4,743	0,148	0,337	-0,899	0,662
Потужність Я-концепції	90	27	95,00	68,04	15,868	-0,498	0,337	-0,015	0,662
Q: залежність	90	0	10,00	4,24	2,378	0,509	0,337	-0,470	0,662
Q: незалежність	90	1	9,00	3,82	2,097	0,456	0,337	-0,650	0,662
Q: товарииськість	90	1	9,00	4,74	1,782	0,253	0,337	-0,646	0,662
Q: нетоварииськість	90	0	8,00	3,50	2,043	0,090	0,337	-0,487	0,662



## Додаток Б.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

	МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	МЛО1: Нервово- психічна стійкість	МЛО1: Комуні- кативні особ- ливості	МЛО1: Мора- льна норма- тив- ність	Сплб: Реактивна тривож- ність	Сплб: Особистіс- на тривож- ність	Рівень депресії
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	1,000	,875**	,732**	,256	-,322*	-,480**	-,313*
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	,875**	1,000	,598**	,228	-,345*	-,491**	-,355*
МЛО1: Комунікативні особливості	,732**	,598**	1,000	,151	-,398**	-,515**	-,338*
МЛО1: Моральна нормативність	,256	,228	,151	1,000	-,098	,009	,026
Сплб: Реактивна тривожність	-,322*	-,345*	-,398**	-,098	1,000	,774**	,852**
Сплб: Особистісна тривожність	-,480**	-,491**	-,515**	,009	,774**	1,000	,845**
Рівень депресії	-,313*	-,355*	-,338*	,026	,852**	,845**	1,000
адаптивність	,390**	,455**	,339*	,043	-,421**	-,540**	-,434**
самоприйняття	,261	,332*	,233	,009	-,284*	-,323*	-,309*
прийняття інших	,223	,194	,322*	-,068	-,400**	-,497**	-,386**
емкомфорт	,294*	,266	,192	,123	-,140	-,150	-,165
інтернальність	,228	,241	,200	,051	,009	-,205	-,074
домінування	,291*	,262	,300*	,039	-,470**	-,413**	-,272
Басс: фізична	-,446**	-,333*	-,387**	-,266	,331*	,343*	,286*

## Продовження додатка Б

Басс: непряма	-,107	,032	-,152	-,105	,188	,272	,194
Басс: дратівливість	-,170	-,088	-,180	-,125	,354*	,524**	,455**
Басс: негативізм	-,178	-,166	-,040	-,271	,202	,306*	,186
Басс: ображеність	-,158	-,134	-,320*	-,025	,134	,238	,192
Басс: підозрілість	-,351*	-,290*	-,450**	-,227	,421**	,406**	,449**
Басс: вербальна	-,211	-,165	-,312*	-,067	,423**	,499**	,387**
Басс: самоагресія	-,185	-,129	-,260	-,019	,270	,364**	,232
Індекс агресивності	-,313*	-,221	-,378**	-,148	,495**	,600**	,504**
Індекс ворожості	-,321*	-,256	-,454**	-,163	,327*	,378**	,381**
Q: залежність	,050	,151	-,157	-,162	,089	,056	,034
Q: незалежність	-,085	-,112	-,170	-,306*	,048	,112	,185
Q: товариськість	-,068	,108	-,224	-,058	,026	,015	,008
Q: нетовариськість	-,069	-,020	-,170	-,271	,271	,233	,267
Q: прийняття боротьби	-,218	-,233	-,177	-,307*	,370**	,422**	,483**
Q: уникання боротьби	-,120	-,005	-,295*	-,094	,225	,384**	,258
МІС: відвертість	,177	,139	,261	,257	-,508**	-,449**	-,483**
МІС: самовпевненість	,137	,219	,116	,110	-,485**	-,474**	-,539**
МІС: самокерованість	,206	,247	,081	,098	-,302*	-,242	-,306*
МІС: дзеркальне_Я	,253	,365**	,151	,163	-,470**	-,393**	-,504**
МІС: самоцінність	,039	,204	-,068	-,024	-,302*	-,302*	-,315*
МІС: самоприйняття	,155	,287*	-,036	,234	,012	,053	,052
МІС: самопривязаність	,204	,212	,227	,132	-,362**	-,318*	-,377**
МІС: конфліктність	-,260	-,276	-,192	-,074	,579**	,603**	,694**
МІС: самозвинувачуваність	-,320*	-,235	-,386**	-,277	,515**	,509**	,505**

## Додаток В.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

	Басс: фізична	Басс: непряма	Басс: дратівливість	Басс: негативізм	Басс: ображеність	Басс: підозрілість	Басс: вербальна	Басс: самоагресія	Індекс агресивності	Індекс ворожості
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	-,446*	-,107	-,170	-,178	-,158	-,351*	-,211	-,185	-,313*	-,321*
МЛО1: Нервово- психічна стійкість	-,333*	,032	-,088	-,166	-,134	-,290*	-,165	-,129	-,221	-,256
МЛО1: Комунікативні особливості	-,387*	-,152	-,180	-,040	-,320*	-,450**	-,312*	-,260	-,378**	-,454**
МЛО1: Моральна нормативність	-,266	-,105	-,125	-,271	-,025	-,227	-,067	-,019	-,148	-,163
Сплб: Реактивна тривожність	,331*	,188	,354*	,202	,134	,421**	,423**	,270	,495**	,327*
Сплб: Особистісна тривожність	,343*	,272	,524**	,306*	,238	,406**	,499**	,364**	,600**	,378**
Рівень депресії	,286*	,194	,455**	,186	,192	,449**	,387**	,232	,504**	,381**
адаптивність	-,112	-,068	-,318*	,023	-,065	-,181	-,125	-,106	-,219	-,136
самоприйняття	-,142	-,096	-,239	-,041	-,170	-,240	-,116	-,070	-,215	-,230
прийняття інших	-,087	-,343*	-,458**	-,055	-,123	-,271	-,366**	-,030	-,417**	-,219
емкомфорт	-,374*	-,090	-,128	-,156	-,262	-,336*	-,147	-,200	-,226	-,332*
інтернальність	-,333*	,049	-,231	-,013	-,306*	-,126	-,023	-,132	-,192	-,219
домінування	-,059	-,114	-,256	-,202	-,028	-,175	-,384**	,037	-,352*	-,126
Басс: фізична	1,000	,233	,274	,377**	,444**	,640**	,467**	,300*	,662**	,628**
Басс: непряма	,233	1,000	,462**	,415**	,256	,323*	,490**	,242	,539**	,337*
Басс: дратівливість	,274	,462*	1,000	,466**	,180	,355*	,421**	,093	,746**	,321*
Басс: негативізм	,377*	,415*	,466**	1,000	,293*	,365**	,400**	,185	,558**	,392**
Басс: ображеність	,444*	,256	,180	,293*	1,000	,499**	,337*	,415**	,442**	,824**
Басс: підозрілість	,640*	,323*	,355*	,365**	,499**	1,000	,454**	,284*	,606**	,897**



	Басс : фізична	Басс: непрямая	Басс: дратівливність	Басс: негативізм	Басс: ображеність	Басс: підозрільність	Басс: вербальна	Басс: самоагресія	Індекс агресивності	Індекс ворожості
Басс: вербальна	,467*	,490*	,421**	,400**	,337*	,454**		1,000	,858**	,449**
Басс: самоагресія	,300*	,242	,093	,185	,415**	,284*	,305*	1,000	,278	,367**
Індекс агресивності	,662*	,539*	,746**	,558**	,442**	,606**	,858**	,278	1,000	,606**
Індекс ворожості	,628*	,337*	,321*	,392**	,824**	,897**	,449**	,367**	,606**	1,000
Q: залежність	,249	,320*	,065	,025	,281*	,348*	,068	,422**	,149	,365**
Q: незалежність	,369*	,055	,233	,247	,267	,441**	,076	,020	,271	,420**
Q: товариськість	,277	,354*	,191	,165	,328*	,303*	,071	,215	,215	,379**
Q: нетовариськість	,442*	,179	,315*	,218	,373**	,385**	,232	,273	,425**	,439**
Q: прийняття боротьби	,465*	,135	,433**	,458**	,387**	,531**	,316*	,139	,522**	,557**
Q: уникання боротьби	,212	,396*	,343*	,137	,385**	,292*	,281*	,261	,402**	,383**
МІС: відвертість	- ,365*	-237	-,590**	-,451**	-,195	-,545**	-,268	-,066	-,521**	-,455**
МІС: самовпевненість	-,178	,062	-,243	-,249	,000	-,218	-,207	,187	-,311*	-,153
МІС: самокерованість	-,092	-,012	-,306*	-,170	,134	-,124	-,192	,440**	-,300*	-,029
МІС: дзеркальне_ Я	-,128	,054	-,227	-,401**	-,029	-,311*	-,295*	,119	-,316*	-,221
МІС: самоцінність	,028	,125	-,210	-,197	-,092	,014	-,132	,163	-,183	-,025
МІС: самоприйняття	-,187	,164	,139	-,156	,106	-,095	-,128	,261	-,060	-,007
МІС: самопривязаність	-,174	-,145	-,219	-,161	-,078	-,318*	-,295*	,210	-,336*	-,267
МІС: конфліктність	,456*	,193	,518**	,391**	,365**	,543**	,258	,169	,532**	,539**
МІС: самозвинувачуваність	,570*	,288*	,513**	,428**	,351*	,431**	,335*	,242	,599**	,455**

## Додаток Г.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

Показники компонентного складу Я-концепції та соціально-психологічної адаптації	адаптивність	самоприйняття	прийняття інших	емкомфорт	інтернальність	домінування
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	,390**	,261	,223	,294*	,228	,291*
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	,455**	,332*	,194	,266	,241	,262
МЛО1: Комунікативні особливості	,339*	,233	,322*	,192	,200	,300*
МЛО1: Моральна нормативність	,043	,009	-,068	,123	,051	,039
Сплб: Реактивна тривожність	-,421**	-,284*	-,400**	-,140	,009	-,470**
Сплб: Особистісна тривожність	-,540**	-,323*	-,497**	-,150	-,205	-,413**
Рівень депресії	-,434**	-,309*	-,386**	-,165	-,074	-,272
адаптивність	1,000	,671**	,695**	,491**	,515**	,404**
самоприйняття	,671**	1,000	,504**	,583**	,441**	,397**
прийняття інших	,695**	,504**	1,000	,445**	,285*	,503**
емкомфорт	,491**	,583**	,445**	1,000	,460**	,134
інтернальність	,515**	,441**	,285*	,460**	1,000	,034
домінування	,404**	,397**	,503**	,134	,034	1,000
Басс: фізична	-,112	-,142	-,087	-,374**	-,333*	-,059
Басс: непряма	-,068	-,096	-,343*	-,090	,049	-,114
Басс: дратівливість	-,318*	-,239	-,458**	-,128	-,231	-,256
Басс: негативізм	,023	-,041	-,055	-,156	-,013	-,202
Басс: ображеність	-,065	-,170	-,123	-,262	-,306*	-,028
Басс: підозрілість	-,181	-,240	-,271	-,336*	-,126	-,175
Басс: вербальна	-,125	-,116	-,366**	-,147	-,023	-,384**
Басс: самоагресія	-,106	-,070	-,030	-,200	-,132	,037
Індекс агресивності	-,219	-,215	-,417**	-,226	-,192	-,352*
Індекс ворожості	-,136	-,230	-,219	-,332*	-,219	-,126
Q: залежність	,211	,065	,040	,015	,048	,150

## Продовження додатка Г

Q: незалежність	,179	,049	,032	-,258	-,031	,194
Q: товариськість	,206	-,016	-,029	-,093	-,072	,100
Q: нетовариськість	,026	-,067	,015	-,070	-,053	-,002
Q: прийняття боротьби	-,007	-,105	-,074	-,036	,074	-,171
Q: уникання боротьби	-,271	-,128	-,318*	-,130	-,155	-,104
МІС: відвертість	,269	,109	,308*	,127	,070	,244
МІС: самовпевненість	,301*	,048	,289*	,011	-,039	,355*
МІС: самокерованість	,137	-,006	,143	-,161	-,017	,322*
МІС: дзеркальне_Я	,103	-,057	,059	-,103	-,068	,321*
МІС: самоцінність	,231	,008	,289*	-,009	-,035	,351*
МІС: самоприйняття	,000	,092	-,007	-,057	,113	,221
МІС: самопривязаність	,049	-,104	,097	-,224	-,237	,207
МІС: конфліктність	-,492**	-,377**	-,432**	-,329*	-,251	-,250
МІС: самозвинувачуваність	-,206	-,063	-,203	-,236	-,186	-,189

## Додаток Д.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

Показники компонентного складу Я-концепції та соціально-психологічної адаптації	Q: залежність	Q: незалежність	Q: товариськість	Q: нетовариськість	Q: прийняття боротьби	Q: уникання боротьби
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	,050	-,085	-,068	-,069	-,218	-,120
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	,151	-,112	,108	-,020	-,233	-,005
МЛО1: Комунікативні особливості	-,157	-,170	-,224	-,170	-,177	-,295*
МЛО1: Моральна нормативність	-,162	-,306*	-,058	-,271	-,307*	-,094
Сплб: Реактивна тривожність	,089	,048	,026	,271	,370**	,225
Сплб: Особистісна тривожність	,056	,112	,015	,233	,422**	,384**
Рівень депресії	,034	,185	,008	,267	,483**	,258
адаптивність	,211	,179	,206	,026	-,007	-,271
самоприйняття	,065	,049	-,016	-,067	-,105	-,128
прийняття інших	,040	,032	-,029	,015	-,074	-,318*
емкомфорт	,015	-,258	-,093	-,070	-,036	-,130
інтернальність	,048	-,031	-,072	-,053	,074	-,155
домінування	,150	,194	,100	-,002	-,171	-,104
Басс: фізична	,249	,369**	,277	,442**	,465**	,212
Басс: непрямая	,320*	,055	,354*	,179	,135	,396**
Басс: дратівливість	,065	,233	,191	,315*	,433**	,343*
Басс: негативізм	,025	,247	,165	,218	,458**	,137
Басс: ображеність	,281*	,267	,328*	,373**	,387**	,385**
Басс: підозрілість	,348*	,441**	,303*	,385**	,531**	,292*
Басс: вербальна	,068	,076	,071	,232	,316*	,281*
Басс: самоагресія	,422**	,020	,215	,273	,139	,261
Індекс агресивності	,149	,271	,215	,425**	,522**	,402**
Індекс ворожості	,365**	,420**	,379**	,439**	,557**	,383**
Q: залежність	1,000	,459**	,648**	,548**	,188	,421**
Q: незалежність	,459**	1,000	,325*	,466**	,411**	,131
Q: товариськість	,648**	,325*	1,000	,460**	,219	,277
Q: нетовариськість	,548**	,466**	,460**	1,000	,605**	,434**
Q: прийняття боротьби	,188	,411**	,219	,605**	1,000	,260

## Продовження додатка Д

Q: уникання боротьби	,421**	,131	,277	,434**	,260	1,000
МІС: відвертість	,013	-,243	-,048	-,323*	-,506**	-,253
МІС: самовпевненість	,254	-,107	,245	-,103	-,490**	-,280*
МІС: самокерованість	,427**	,036	,396**	,164	-,168	,032
МІС: дзеркальне_Я	,270	-,134	,122	,088	-,384**	,190
МІС: самоцінність	,354*	-,002	,377**	-,015	-,281*	-,085
МІС: самоприйняття	,255	-,032	,246	,089	-,212	,189
МІС: самопривязаність	,124	-,037	,084	-,274	-,448**	-,225
МІС: конфліктність	,057	,223	,078	,390**	,622**	,300*
МІС: самозвинувачуваність	,240	,454**	,231	,438**	,514**	,328*

## Додаток Е.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

Показники компонентного складу Я-концепції та соціально-психологічної адаптації	Q: залежність	Q: незалежність	Q: товарицькість	Q: нетоварицькість	Q: прийняття боротьби	Q: уникання боротьби
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	,050	-,085	-,068	-,069	-,218	-,120
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	,151	-,112	,108	-,020	-,233	-,005
МЛО1: Комунікативні особливості	-,157	-,170	-,224	-,170	-,177	-,295*
МЛО1: Моральна нормативність	-,162	-,306*	-,058	-,271	-,307*	-,094
Сплб: Реактивна тривожність	,089	,048	,026	,271	,370**	,225
Сплб: Особистісна тривожність	,056	,112	,015	,233	,422**	,384**
Рівень депресії	,034	,185	,008	,267	,483**	,258
адаптивність	,211	,179	,206	,026	-,007	-,271
самоприйняття	,065	,049	-,016	-,067	-,105	-,128
прийняття інших	,040	,032	-,029	,015	-,074	-,318*
емкомфорт	,015	-,258	-,093	-,070	-,036	-,130
інтернальність	,048	-,031	-,072	-,053	,074	-,155
домінування	,150	,194	,100	-,002	-,171	-,104
Басс: фізична	,249	,369**	,277	,442**	,465**	,212
Басс: непряма	,320*	,055	,354*	,179	,135	,396**
Басс: дратівливість	,065	,233	,191	,315*	,433**	,343*
Басс: негативізм	,025	,247	,165	,218	,458**	,137
Басс: ображеність	,281*	,267	,328*	,373**	,387**	,385**
Басс: підозрілість	,348*	,441**	,303*	,385**	,531**	,292*
Басс: вербальна	,068	,076	,071	,232	,316*	,281*
Басс: самоагресія	,422**	,020	,215	,273	,139	,261
Індекс агресивності	,149	,271	,215	,425**	,522**	,402**
Індекс ворожості	,365**	,420**	,379**	,439**	,557**	,383**
Q: залежність	1,000	,459**	,648**	,548**	,188	,421**
Q: незалежність	,459**	1,000	,325*	,466**	,411**	,131
Q: товарицькість	,648**	,325*	1,000	,460**	,219	,277
Q: нетоварицькість	,548**	,466**	,460**	1,000	,605**	,434**
Q: прийняття боротьби	,188	,411**	,219	,605**	1,000	,260
Q: уникання боротьби	,421**	,131	,277	,434**	,260	1,000

## Продовження додатка Е

МІС: відвертість	,013	-,243	-,048	-,323*	-,506**	-,253
МІС: самовпевненість	,254	-,107	,245	-,103	-,490**	-,280*
МІС: самокерованість	,427**	,036	,396**	,164	-,168	,032
МІС: дзеркальне_Я	,270	-,134	,122	,088	-,384**	,190
МІС: самоцінність	,354*	-,002	,377**	-,015	-,281*	-,085
МІС: самоприйняття	,255	-,032	,246	,089	-,212	,189
МІС: самопривязаність	,124	-,037	,084	-,274	-,448**	-,225
МІС: конфліктність	,057	,223	,078	,390**	,622**	,300*
МІС: самозвинувачуваність	,240	,454**	,231	,438**	,514**	,328*

## Додаток Є.

**Кореляція показників (кофіцієнт рангової кореляції Ч. Спірмена) Я-  
концепції і соціально-психологічної адаптації учасників ООС**

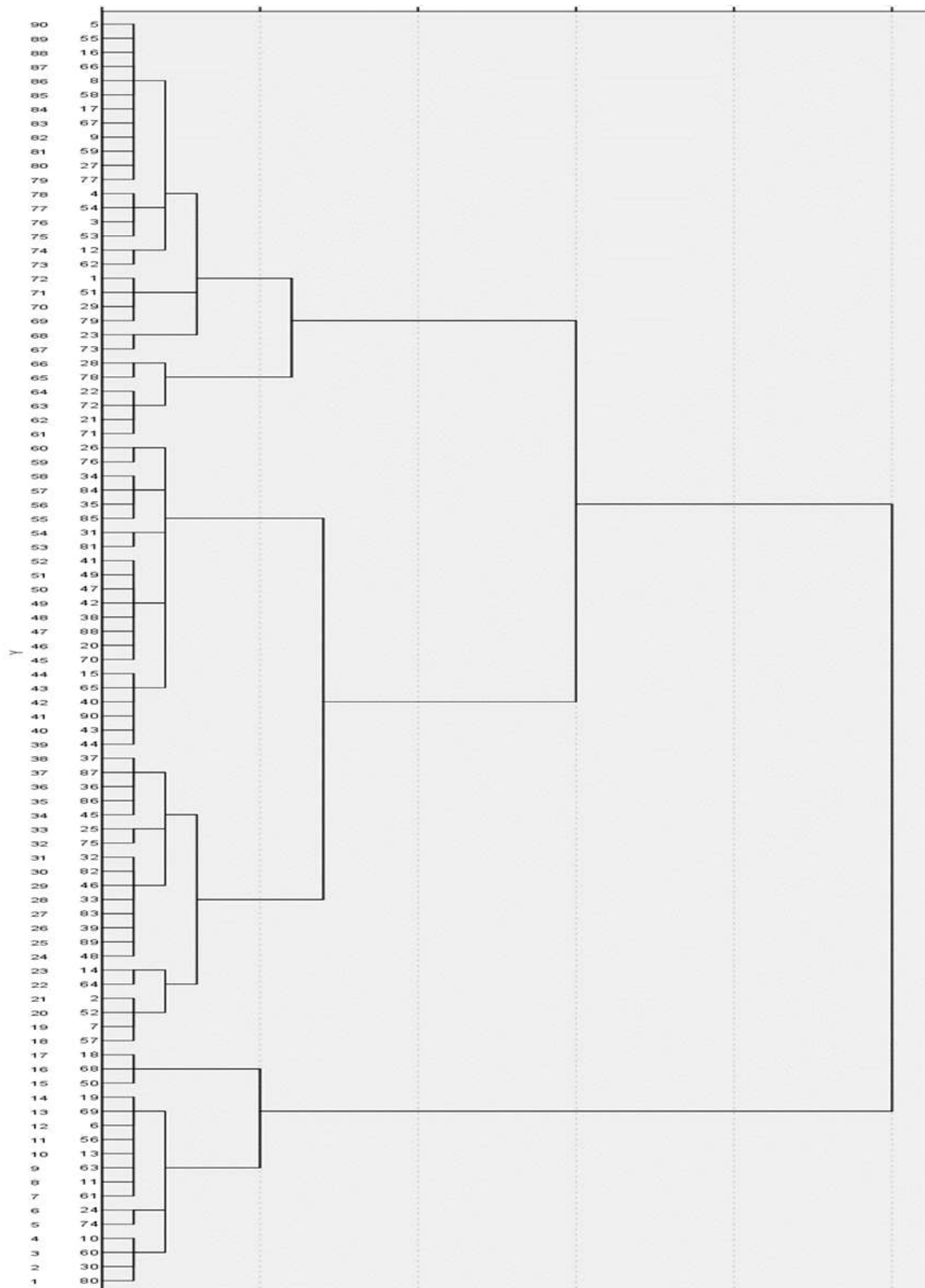
		Частота	Відсотки	Накопичувані відсотки
Вікові групи	до 29	20	22,22	22,22
	від 30 до 39	43	47,78	70,00
	від 40 до 49	20	22,22	92,22
	від 50	7	7,78	100,00
Стать	чоловіча	83	92,22	92,22
	жіноча	7	7,78	100,00
Освіта	середня	4	4,44	4,44
	середня спеціальна	18	20,00	24,44
	вища	68	75,56	100,00
Професійна зайнятість	не працюючий	25	27,78	27,78
	працюючий	65	72,22	100,00
Сімейний стан	не у шлюбі	22	24,44	24,44
	у шлюбі	58	64,44	88,89
	розлучення	8	8,89	97,78
	вдовець	2	2,22	100,00
Діти	дітей нема	61	67,78	67,78
	діти є	29	32,22	100,00
Термін перебування	до року	22	24,44	24,44
	від року до 2	40	44,44	68,89
	більше двох років	28	31,11	100,00
Лінія служби	оборони	52	57,78	57,78
	зіткнення	38	42,22	100,00



## Додаток Ж.

Результати кластеризації вибірки за досліджуваними показниками щодо адаптивності учасників ООС. Дендограма із застосуванням методу

Варда.



## Додаток 3.

## Результати факторного аналізу показників учасників ООС

Объясненная совокупная дисперсия									
Компонент	Начальные собственные значения			Извлечение суммы квадратов нагрузок			Ротация суммы квадратов нагрузок		
	Всего	% дисперсии	Суммарный %	Всего	% дисперсии	Суммарный %	Всего	% дисперсии	Суммарный %
1	9,767	30,523	30,523	9,767	30,523	30,523	5,406	16,895	16,895
2	4,498	14,057	44,580	4,498	14,057	44,580	4,943	15,445	32,341
3	3,341	10,439	55,019	3,341	10,439	55,019	4,874	15,230	47,571
4	2,341	7,315	62,333	2,341	7,315	62,333	4,724	14,763	62,333
5	2,141	6,690	69,024						
6	1,788	5,586	74,610						
7	1,254	3,918	78,529						
8	1,139	3,558	82,087						
9	,891	2,785	84,872						
10	,797	2,492	87,363						
11	,743	2,321	89,685						
12	,568	1,776	91,461						
13	,510	1,594	93,055						
14	,379	1,183	94,238						
15	,323	1,010	95,248						
16	,318	,993	96,240						
17	,228	,714	96,954						
18	,210	,655	97,609						
19	,184	,576	98,184						
20	,127	,397	98,581						
21	,112	,350	98,931						
22	,081	,253	99,184						
23	,075	,235	99,419						
24	,059	,185	99,604						
25	,045	,140	99,744						
26	,032	,101	99,845						
27	,027	,086	99,931						
28	,013	,042	99,972						

**Продовження додатка З**

29	,008	,025	99,997						
30	,001	,003	100,000						
31	2,80 2E- 16	8,756E- 16	100,000						
32	- 9,29 1E- 17	- 2,903E- 16	100,000						
Метод виокремлення факторів: метод головних компонент.									

## Додаток И.

## Результати факторного аналізу показників учасників ООС

<b>Общности</b>		
	Начальная	Извлечение
Реактивна тривожність	1,000	,653
Особистісна тривожність	1,000	,786
Фізична агресія	1,000	,680
Непряма агресія	1,000	,576
Дратівливість	1,000	,612
Басс: негативізм	1,000	,389
Басс: ображеність	1,000	,560
Басс: підозрілість	1,000	,730
Басс: вербальна	1,000	,509
Басс: самоагресія	1,000	,656
Індекс агресивності	1,000	,787
Індекс ворожості	1,000	,813
Рівень депресії	1,000	,676
адаптивність	1,000	,875
самоприйняття	1,000	,683
прийняття інших	1,000	,745
ємкомфорт	1,000	,706
інтернальність	1,000	,425
домінування	1,000	,615
МІС: відвертість	1,000	,451
МІС: самовпевненість	1,000	,766
МІС: самокерованість	1,000	,676
МІС: дзеркальне Я	1,000	,510
МІС: самоцінність	1,000	,545
МІС: самоприйняття	1,000	,681
МІС: самопривязаність	1,000	,648
МІС: конфліктність	1,000	,511
МІС: самозвинувачуваність	1,000	,623
МЛО1: Особистісний адаптивний потенціал	1,000	,569
МЛО1: Нервово-психічна стійкість	1,000	,679
МЛО1: Комунікативні особливості	1,000	,431
МЛО1: Моральна нормативність	1,000	,381
Метод виокремлення факторів: метод головних компонент.		



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
**ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
 імені Михайла Коцюбинського

вул. Острозького, 32, м. Вінниця, 21001, Україна, тел. (0432) 616-820, факс (0432) 612-812, Е-пошта: info@vpu.edu.ua код ЄДРПОУ: 02125094

12.05.2024 № 06/19

на № \_\_\_\_\_

**ДОВІДКА**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
 Кочубинської Тамари Миколаївни  
 з теми «Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації  
 до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил»

Даною довідкою засвідчуємо, що матеріали дисертаційного дослідження Т.М. Кочубинської впроваджувались у процесі професійної підготовки студентів Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Предметом впровадження виступили основні результати теоретико-методологічного та емпіричного дослідження особливостей Я-концепції та соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил. Визначено структуру та тип гармонізації Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил, особливості їх соціально-психологічної адаптації до мирного життя. Студенти ознайомлені з особливостями психокорекційної допомоги учасникам операції Об'єднаних сил.

Для ефективності психокорекційного впливу автором пропонується проводити попереднє дослідження за розробленим психодіагностичним комплексом методик. За результатами психодіагностичного дослідження визначається вектор психокорекційного впливу. Розроблена Т.М.Кочубинською психокорекційна програма складається двох блоків: просвітницького та психокорекційного, що дозволяє у повному обсязі вплинути на емпірично визначені прояви соціально-психологічної дезадаптації та дизгармонійності Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил.

Наукова новизна дослідження, важливість та актуальність його висновків засвідчили доцільність впровадження матеріалів дисертаційного дослідження у процес підготовки майбутніх фахівців. Впровадження здійснювалося на кафедрі психології та соціальної роботи протягом 2019-2021 навчальних років на спеціальності 053 «Психологія» в межах навчальних курсів: «Психологічна реабілітація учасників бойових дій та АТО» та «Психологія сім'ї».

Проведені заходи з впровадження основних результатів дисертаційного дослідження сприяли підвищенню фахової компетентності студентів майбутніх фахівців з галузі психологія.

Проректор з наукової роботи  
 Вінницького державного  
 педагогічного університету  
 імені Михайла Коцюбинського



Алла КОЛОМІЄЦЬ





ВІННИЦЬКА МІСЬКА РАДА  
ДЕПАРТАМЕНТ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

КОМУНАЛЬНЕ ПІДПРИЄМСТВО  
«МІСЬКИЙ ЛІКУВАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ЦЕНТР»

IBAN UA 413510050000026006455667400

в ПАТ АТ «УкрСиббанк» | МФО: 351005 | код ЄДПРОУ: 37898491

№581 від 05.05.2021р.

На № \_\_\_\_\_

#### Акт впровадження

##### 1. Назва пропозиції для впровадження

Впровадження психокорекційної програми подолання соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил.

##### 2. Установа-розробник, поштова адреса, П.І.Б. авторів

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, 21001,

м. Вінниця, вул. Острозького, 32.

Кочубинська Тамара Миколаївна.

##### 3. Джерело інформації (назва, рік видання метод. рекомендацій, інф. лист. посилання на патент, наукову статтю, монографію)

Матеріали дисертаційного дослідження «Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації мирного життя учасників операції Об'єднаних сил»

##### 4. Назва установи

КП «Міський лікувально-діагностичний центр», 21032, м. Вінниця, вул. Київська, 68.

5. Термін впровадження: 18.09.2018р - 20.10.2020р.

6. Загальна кількість занять – 100 годин (групова психологічна робота, індивідуальна психологічна робота, лекції, доповіді)

#### 7. Ефективність впровадження (відповідно до критеріїв, викладених в джерелі інформації)

- 1) Здійснене дослідження особливостей взаємозв'язку я-концепції і соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил.
- 2) Впроваджено психокорекційну програму подолання соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил, що складалась з просвітницького (лекції, доповіді, інформаційні повідомлення) та психокорекційного блоку (індивідуальне консультування, проведення тренінгових занять та інші види психологічної допомоги).
- 3) Ефективність впровадженої програми перевірено статистично.
- 4) В результаті участі впроваджуваній психокорекційній програмі подолання соціально-психологічної дезадаптованості у учасників операції Об'єднаних сил, які брали участь у зазначеній психокорекційній програмі було виявлено підвищення показників соціально-психологічної адаптації до мирного життя, а також експериментальним шляхом виявлено гармонізацію Я-концепції.

#### 8. Зауваження та пропозиції

Зауваження відсутні.

Пропозиція: запровадити психокорекційну програму подолання соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил в практику медичних закладів, що надають психологічну допомогу учасникам операції Об'єднаних сил

Директор КП «Міський лікувально-діагностичний центр»



Фостаковський Д.С.



**Додаток Й.**



**БЛАГОДІЙНА ОРГАНІЗАЦІЯ  
«БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «ВОЛОНТЕР – 1»**

21027, м. Вінниця, вул. Андрія Первозванного, буд. 26, кв. 2, КОД ЄДРПОУ 39676256,  
р/р: 31325365000002600201621260, у ПАТ «КРЕДОБАНК» МФО – 325365,  
тел. +38 (096) 311-58-67, тел. + 38(063) 641-90-98

**ДОВІДКА**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
Кочубинської Тамари Миколаївни  
з теми «Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної  
адаптації мирного життя учасників операції Об'єднаних сил»

Даною довідкою засвідчуємо, що матеріали дисертаційного дослідження аспірантки кафедри психології та соціальної роботи Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, підготовки фахівців вищої кваліфікації Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського Кочубинської Тамари Миколаївни у продовж 2017-2018 років впроваджувались у процесі роботи у Благодійному Фонді «Благодійна організація Волонтер-1».

За розробленим автором психодіагностичним комплексом методик проводилося дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації учасників операції Об'єднаних сил.

Було впроваджено програму психокорекції соціально-психологічної дезадаптації учасників операції Об'єднаних сил. Проведені заходи з впровадження основних результатів дисертаційного дослідження сприяли підвищенню рівня адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил.

Матеріали дисертаційного дослідження «Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної адаптації мирного життя учасників операції Об'єднаних сил» застосовуються у фаховій діяльності психолога Благодійного Фонду «Благодійна організація Волонтер-1».

Голова правління  
БО «БФ Волонтер-1»



Олена Кучер

Громадська організація  
**«ВІННИЦЬКЕ ОБЛАСНЕ ТОВАРИСТВО  
ПСИХОЛОГІВ І ПСИХОТЕРАПЕВТІВ»**

21032, м.Вінниця, вул. Київська 52/51.

Тел.: (096) 22-02-066, e-mail: [lilinemash@gmail.com](mailto:lilinemash@gmail.com)

від 25.12.2020 № 4

**ДОВІДКА**

про впровадження результатів дисертаційного дослідження  
Кочубинської Тамари Миколаївни  
з теми «Особливості взаємозв'язку Я-концепції і соціально-психологічної  
адаптації до мирного життя учасників операції Об'єднаних сил»

Даною довідкою засвідчуємо, що у продовж 2019-2020 років на базі  
Вінницького товариства психологів та психотерапевтів було впроваджено  
результати дисертаційного дослідження Т.М.Кочубинської:

1. За розробленим автором психодіагностичним комплексом методик  
проводилося дослідження психологічних особливостей соціально-психологічної  
адаптації учасників операції Об'єднаних сил.
2. За результатами емпіричного дослідження Кочубинською Т.М. було  
розроблено та апробовано програму психокорекції дисгармонійності Я-концепції  
учасників операції Об'єднаних сил. Розроблена психокорекційна програма  
складалась з двох блоків: просвітницького блоку (лекції, науково-практичні  
семінари, інформаційні повідомлення) та блоку психокорекційної роботи  
(індивідуальна та групова психокорекція).

Проведені заходи з впровадження основних результатів дисертаційного  
дослідження сприяли підвищенню рівня соціально-психологічної адаптації та  
гармонізації Я-концепції учасників операції Об'єднаних сил та підвищенню  
фахової компетенції фахівців-психологів.

Директор «Вінницького  
обласного товариства психологів і  
психотерапевтів»



О.А.Дубас