

Г.С. ШЕВЧУК,

*студентка магістратури другого курсу
спеціальності 053 «Психологія»
Держаний університет «Житомирська політехніка»*

*Науковий керівник:***МАТЕЮК О. А.***доктор психологічних наук, професор*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ ПРОБЛЕМ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

В умовах воєнного стану психологічні виклики, які постають перед військовослужбовцями, набувають особливої актуальності. Унікальний характер екзистенційних проблем, що виникають у військових, зумовлений не лише професійною діяльністю, але й умовами надзвичайного фізичного, емоційного та морального напруження. Під час війни військовослужбовці стикаються з питаннями, які стосуються сенсу життя, межі людських можливостей, цінності власного існування, а також відчуття втрати, провини та відповідальності.

Екзистенційні проблеми охоплюють широкий спектр питань: від пошуку сенсу в екстремальних умовах до адаптації до реалій війни, які часто порушують основи внутрішнього світу людини. Ці проблеми можуть загострюватися через постійну загрозу життю, необхідність прийняття складних рішень у бойових умовах, а також втрати побратимів і близьких. Військовий конфлікт ставить людину в ситуацію екзистенційної кризи, коли традиційні механізми підтримки можуть виявитися недостатніми.

Актуальність дослідження психологічних особливостей прояву екзистенційних проблем у військовослужбовців обумовлена

необхідністю розробки ефективних методів психологічної підтримки для забезпечення їхньої психічної стійкості та адаптації. Дослідження цього питання має важливе значення як для військової психології, так і для практичної роботи психологів у реальних умовах воєнного стану.

Дослідження екзистенційних проблем, особливо в контексті військовослужбовців, є міждисциплінарною темою, яка охоплює психологію, філософію, соціологію та військові науки. У цьому напрямі працювали як класичні теоретики, так і сучасні науковці, які зосереджують увагу на специфічних аспектах екзистенційних переживань в умовах війни.

Одним із перших дослідників екзистенційних питань був Віктор Франкл, засновник логотерапії. Він наголошував на важливості сенсу життя для збереження психологічної стійкості в кризових ситуаціях. У військовій психології значний внесок зробив Джонатан Шей, який вивчав бойовий стрес і моральні травми у ветеранів. Його дослідження показують, як порушення цінностей впливає на психічне здоров'я військових, викликаючи депресію, тривогу та ізоляцію. Бессель ван дер Колк досліджував вплив травми на мозок, емоції та поведінку. Він акцентував на тому, як травма проявляється через фізичні та психосоматичні симптоми, і розробив методи інтеграції травматичного досвіду через тілесно-орієнтовану терапію та нейропсихологічні підходи [6].

Вагомий внесок у дослідження екзистенційних проблем військових зробили вітчизняні науковці. О. М. Кокун, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська, В. О. Олійник досліджують посттравматичне зростання, механізми адаптації та трансформацію особистісних смислів для подолання екзистенційних криз [4].

К.А. Кротюк аналізує вплив служби на ціннісно-смыслову сферу, динаміку життєвих орієнтацій під впливом стресу й способи збереження емоційної стабільності [5]. О.А. Карачинський розробляє методики смисложиттєвих орієнтацій для відновлення внутрішньої інтеграції у ветеранів [3].

Дослідження цих науковців є основою сучасної військової психології та ефективних програм підтримки й реабілітації військових.

Екзистенційні проблеми військових формуються під впливом екстремальних умов служби. Постійна загроза життю, фізичне та емоційне виснаження, втрати побратимів і цивільних, а також переосмислення власної смертності викликають сильне внутрішнє напруження. Часто виникає відчуття провини вцілілого, тривога за близьких і загострене усвідомлення крихкості життя.

Важливим чинником є розрив із цивільним життям: відрив від сім'ї, втрачений зв'язок із звичним соціальним середовищем та побутом сприяють ізоляції та відчуженню. До цього додаються морально-етичні дилеми, коли прийняття рішень у бойових умовах може суперечити особистим цінностям, провокуючи внутрішні конфлікти. Соціальний і психологічний тиск, зумовлений суспільними очікуваннями, недостатньою підтримкою з боку держави чи близьких, також погіршує психологічний стан військовослужбовців.

Для зниження негативного впливу екзистенційних проблем на військових необхідна системна підтримка. Важливу роль відіграють військові психологи, які працюють із кризовими ситуаціями, моральними конфліктами та почуттям провини. Ефективними є програми емоційної саморегуляції, зокрема

когнітивно-поведінкова терапія, що допомагають справлятися зі стресом і тривогою [1].

Групова підтримка сприяє відчуттю приналежності та знижує ізоляцію. Робота над переосмисленням цінностей допомагає знайти новий сенс життя. Підготовка до повернення в цивільне життя через програми реінтеграції підвищує адаптивність і стійкість військових як під час служби, так і після її завершення.

Екзистенційні проблеми військовослужбовців, які виникають і загострюються внаслідок участі в бойових діях, слід вивчати не лише на теоретичному, але і на практичному рівні. Для цього було проведене емпіричне дослідження серед військовослужбовців, які повернулись із зони бойових дій, та які перебувають на стаціонарному лікуванні у Комунальному некомерційному підприємстві «Госпіталь ветеранів війни» Житомирської обласної ради в м. Бердичів Житомирської області.

У дослідженні взяли участь 50 осіб. Воно проводилось з метою діагностики стану екзистенційних проблем, сенсу життя та виявлення психологічних чинників, що можуть на це впливати. Тому, для проведення емпіричного дослідження було використано такі методики: методика «Шкала екзистенції А. Ленгле і К. Орглер», методика для діагностики усвідомленості життя, методика «Дослідження суб'єктивного контролю», методика «Оцінка рівня особистісної тривожності» (за Ч. Д. Спілбергером); методика «Оцінка рівня домагань (структура мотивації)» В. К. Горбачевського, методика «Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО)» Д. О. Леонтьєва. Для з'ясування взаємозв'язку між досліджуваними явищами, було проведено кореляційний аналіз за критерієм Пірсона та факторний аналіз.

За результатами статистичного аналізу кореляційний вплив на дані дослідження мали сім шкал: інтернальність, процес життя або інтерес і емоційна насиченість життям, намічений рівень мобілізації зусиль, вольове зусилля, внутрішній мотив, особистісна тривожність, локус контролю – або керованість життям. Ці шкали перебувають в прямих кореляційних зв'язках з іншими шкалами. Тому, опираючись на отримані кореляційні зв'язки можемо стверджувати, що у досліджуваних немає виражених екзистенційних проблем, що пов'язані з сенсом їхнього буття, а проблеми, які існують мають цілком об'єктивне пояснення та раціональне вирішення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Горбунова В. В., Карачевський А. Б., Климчук В. О., Нетлюх Г. С., Романчук О. І. Соціально-психологічна підтримка адаптації ветеранів АТО: посібник для ведучих груп : навч. посіб. Львів : Інститут психічного здоров'я Українського католицького університету, 2016. 96 с.
2. Демидюк В. М. Психологічні чинники запобігання та подолання емоційного вигорання військовослужбовців в умовах довготривалих збройних конфліктів : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / Національний університет «Острозька академія». Острог, 2023.
3. Карачинський О. А. Трансформація смислових структур особистості комбатантів у реабілітаційний період: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Київ, 2019.
4. Кокун О.М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О. Теоретичні основи посттравматичного зростання

військовослужбовців – учасників бойових дій : метод. посіб. К. : ТОВ «7БЦ», 2023. 148 с.

5. Кротюк К. А. Психологічні особливості розвитку ціннісно-смислової сфери військовослужбовців : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / Житомирський держ. ун-т ім. І. Франка. Житомир, 2024.

6. Battles A. R., Jinkerson J., Kelley M. L., Mason R. A. Structural Examination of Moral Injury and PTSD and Their Associations With Suicidal Behavior Among Combat Veterans. Journal of Community Engagement & Scholarship. 2021. Vol. 13. Iss.

4. Article 14.

URL: <https://digitalcommons.northgeorgia.edu/jces/vol13/iss4/14>.