

Юлія Григорівна Халявка,
головний судовий експерт відділу досліджень у сфері
інформаційних технологій Черкаського НДЕКЦ МВС України,
м. Черкаси, Україна,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8848-2512>,
e-mail: zajka0711@ukr.net

Анна Юріївна Тульвінська,
судовий експерт відділу досліджень
у сфері інформаційних технологій
Черкаського НДЕКЦ МВС України, м. Черкаси, Україна,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2801-1612>, e-mail: anetk@ukr.net

Дослідження проблеми переживання особистістю психотравмувальних ситуацій

Yuliia Khaliavka, Anna Tulvinska
Research on the Issue of a Person's Experience
of Psycho-Traumatic Situations

Анотація. Проаналізовано теоретичні підходи до проблеми переживання психотравмувальних ситуацій особистістю. Доведено необхідність вивчати індивідуальні відмінності в переживанні психотравмувальної ситуації. Проаналізовано психологічну травму та психотравмувальну ситуацію як єдність переживань.

Ключові слова: особистість, психотравма, переживання, психотравмувальна ситуація.

Abstract. Theoretical approaches to the issue of personality experience of traumatic situations are analyzed. Necessity to study individual differences in experience of a psycho-traumatic situation has been proved. Psychological trauma and psycho-traumatic situation as a unity of experiences are analyzed.

Keywords: personality, trauma, experience, traumatic situation.

Вивчення індивідуальних відмінностей у переживанні травматичних подій у житті людини є актуальним як у соціальному, так і в науковому плані.

Сьогодні проблема переживання психотравмувальних ситуацій, психічних травм набуває неабиякого значення через зростання кількості техногенних катастроф, терористичних актів, військових дій, економічних криз. Подібні явища впливають на життєдіяльність особистості, розриваючи цілісність її психічного світу, перетворюючи її життя, змінюючи її життєву позицію в суспільстві та приватному житті.

Розв'язання питань індивідуальних відмінностей у переживанні психотравмувальних ситуацій, характеру наслідків такого

переживання дасть змогу правильно дібрати шляхи допомоги, стратегії й тактики подолання травматичних переживань.

Психічна травма — це особливий вид травми, що характеризується важкими переживаннями та може призвести до депресій, неврозів та інших хворобливих реакцій.

Психічна травма пов'язана із психотравмувальною ситуацією. Зі свого боку, така ситуація — це подія, яка з різним рівнем імовірності може призвести чи призводить до порушень усталеного способу буття, руйнування прийнятого остиглого психічного світу.

Психічною травмою називають життєву ситуацію, що зачіпає значущі сторони існування людини та спричиняє глибокі психологічні переживання. Психологічна травма як подія або ситуація є однією із можливих життєвих ситуацій.

Аналізуючи чинники психічної травми, виокремлюють такі її характеристики: інтенсивність, сенс, значущість і актуальність, патогенність, гостроту чи раптовість виникнення, тривалість, повторюваність, зв'язок із преморбідними особливостями особистості [2].

В. М. Мясіщев поділяв психічні травми на об'єктивно-значущі й умовно-патогенні, наголошуючи тим самим на семантичній ролі події. Під об'єктивно значущими розуміються життєві події (психічні травми), значення яких можна вважати високим для більшості людей (смерть близької людини, розлучення, звільнення тощо). Психотравму розглядають як порушення психіки, завдане зовнішніми для організму людини чинниками. Психотравму пов'язують з ураженням основних психічних функцій людини, наявністю хворобливих змін психічних процесів під впливом зовнішніх чинників, що спричиняють в особистості дезадаптацію в природному і/або соціальному середовищі й неадекватність у взаєминах із близькими, у поведінці та у ставленні до себе.

Т. С. Кириленко розглядає психотравмувальну ситуацію як таку, що з різним рівнем імовірності може призвести до порушення усталеного особистістю психічного світу, її емоційного простору й пов'язана з пануванням негативних переживань. В аналізованні напрямів проблемності переживань психотравмувальних ситуацій авторка виокремлює, поруч із проблемністю

науковою та практичною, проблемність особистісну, оскільки це пов'язано з конкретною долею особистості, її індивідуальними відмінностями й особливостями її конкретного досвіду в переживаннях з виявленнями її суб'єктивності [1].

Нам імпонують концептуальні підходи Т. М. Титаренко, зокрема, її думка про значущі ситуації, прикрі життєві обставини з позицій повсякденної психологічної травматизації. Повсякденна психологічна травматизація є неминучим явищем: передусім це ставлення до несприятливих життєвих обставин, різноманітних стресових і/або психотравмувальних чинників [3].

Таке визначення передбачає аналізування також властивостей особистості та характеристик ситуації, оцінює ставлення до яких виявляється в емоційних переживаннях, зумовлених індивідуально-особистісними особливостями людини, яка перебуває в травмувальних ситуаціях. Зі свого боку, це зумовлює системний підхід до емоційних переживань у психотравмувальній ситуації (на основі аналізування змістового наповнення переживань, їх індивідуально-особистісної обумовленості), що може сприяти визначенню способів змін у психічному світі особистості.

Традиційно вважають, що проблемність психотравмувальної ситуації передбачає її переживання як переломного моменту на життєвому шляху особистості. Саме особистісним ставленням людини до такої ситуації визначено вектор спрямованості змін у ній самій.

За Т. С. Кириленко існує три типи ставлення людини до дисонансу й дисгармонії свого психічного світу:

- 1) позитивне ставлення, у якому виокремлюють власне позитивне — підтримання розладу свого психічного світу — і позитивно-пасивне, тобто прийняття цього розладу за принципом «як є, так є»;
- 2) негативне ставлення, пов'язане зі страхом дисгармонії;
- 3) конструктивне ставлення, коли дисгармонію можна розглядати як сигнал про те, що не все у психічному світі було гармонійним і розв'язання суперечностей можливе лише завдяки змінам.

Переживання — це психічне явище суто особистісного характеру. Через переживання людина як суб'єкт оцінює значущість

конкретного чинника, певної події. Зміст переживань визначено ставленням суб'єкта, яке зумовлено відносинами з навколишнім світом.

Переживання людини під час перебування у психотравмувальній ситуації, подолання нею руйнівної дії травмувальних чинників зумовлено до певної міри індивідуальними особливостями самої людини.

Будь-яке переживання людини спричинено реальним процесом її життя й діяльності. Таке розуміння переживання пов'язане зі свідомістю особистості як психічним явищем і позначено як специфічна риса свідомості, що з різним рівнем вираженості й довільності представлена в реальному виявленні свідомості. Переживання є повнокровним психічним актом, що охоплює всі аспекти психіки та є втіленням повноти буття індивідуальності суб'єкта.

Отже, переживання людини під час перебування у психотравмувальній ситуації, подолання нею руйнівної дії травмувальних чинників зумовлені до певної міри особливостями власне психологічної травми, але переважно індивідуальними особливостями самої людини.

Перелік джерел посилання

1. Кириленко Т. С. Субъектность эмоциональных переживаний как механизм самоизменения личности // *Г. И. Челпанов и современность: проблемы развития современной психологической науки* : сб. науч. тр. Москва ; Киев, 2000. С. 84—91.
2. Красик Е. Д., Положий Б. Д., Крюков Е. А. Нервно-психические заболевания студентов. Томск, 1982. 115 с.
3. Титаренко Т. М. Такие разные дети. Киев, 1989. 144 с.