

УДК 316.6

Рогачко В. О., здобувачка третього
(освітньо-наукового) рівня вищої освіти,
viktoriarogachko@stud.onu.edu.ua

Богданова О. М., викладач I категорії
niksonkot18@gmail.com

ВСП «Фаховий коледж ОНУ імені І. І. Мечникова» (м. Одеса, Україна)

ВПЛИВ КУЛЬТУРНИХ ЦІННОСТЕЙ НА ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ПІДЛІТКІВ У МУЛЬТИКУЛЬТУРНИХ СУСПІЛЬСТВАХ

Анотація. Розглянуто вплив культурних цінностей на процес посттравматичного зростання підлітків у мультикультурних суспільствах.

Досліджено роль колективістських та індивідуалістичних культур у формуванні механізмів подолання травматичного досвіду, а також значення релігійності та толерантності у соціальній адаптації молоді. Запропоновано шляхи покращення підтримки підлітків у навчальному середовищі.

Ключові слова: посттравматичне зростання, культурні цінності, адаптація, соціальна підтримка, релігійність, толерантність, підлітки.

Abstract. *The influence of cultural values on the process of post-traumatic growth in adolescents within multicultural societies is examined. The paper explores the role of collectivist and individualist cultures in shaping coping mechanisms, as well as the importance of religiosity and tolerance in social adaptation. Ways to improve support for adolescents in educational settings are proposed.*

Key words: *post-traumatic growth, cultural values, adaptation, social support, religiosity, tolerance, adolescents.*

Швидкозмінне суспільство ставить перед молоддю численні випробування, у тому числі й пов'язані зі складними та травматичними подіями [3]. Особливо вразливою групою при цьому є студенти фахової передвищої освіти у віці 15–18 років, які перебувають на важливому етапі формування особистості, професійного самовизначення та соціалізації. Саме в цей період вони активно шукають себе, розвивають систему цінностей, вдосконалюють соціальні навички й окреслюють життєві орієнтири. Зовнішні впливи можуть мати вирішальне значення для їхньої психологічної стійкості й подальшого становлення, тому виникає потреба в дослідженні факторів, які можуть підсилювати або, навпаки, послаблювати здатність молоді до успішної адаптації.

Студентський вік, особливо у період 15–18 років, є важливим етапом формування особистості, професійного самовизначення та соціалізації. Це час активного пошуку себе, формування системи цінностей, розвитку соціальних навичок і визначення життєвих орієнтирів. Саме у цей період молодь стає особливо чутливою до зовнішніх впливів, включаючи як позитивні, так і негативні події, що можуть значною мірою вплинути на їхню психологічну стійкість та майбутнє [3].

Посттравматичне зростання є одним із ключових процесів, що відображає здатність особистості адаптуватися до складних життєвих обставин, трансформуючи їх на ресурс для власного розвитку. Для студентів фахової передвищої освіти, які можуть стикатися з травматичними подіями, такими як війна, насильство, вимушена міграція чи втрата близьких, цей процес має подвійне значення. З одного боку, він може стати джерелом внутрішньої сили, що сприяє формуванню психологічної стійкості, з іншого – потребує додаткової підтримки з боку суспільства та освітнього середовища [1]. Саме в цих умовах

особливо важливим стає культурний контекст, оскільки він визначає, як молода людина осмислює пережитий досвід, які механізми подолання використовує та яким чином вибудовує своє подальше життя [5].

Одним із центральних чинників, що впливає на характер посттравматичного зростання, є система культурних цінностей суспільства. Вона визначає не лише реакцію індивіда на стресові події, а й способи його соціальної адаптації. Наприклад, у колективістських культурах, характерних для багатьох східноєвропейських, азійських і латиноамериканських суспільств, підтримка сім'ї, громади та соціального оточення відіграє вирішальну роль у процесі подолання кризи. Молодь, що виховується в такому середовищі, має доступ до значних ресурсів соціальної підтримки, що сприяє швидшому відновленню після травматичних подій [2]. Спільне вирішення проблем, емоційна залученість близьких людей та культура взаємодопомоги допомагають створити відчуття безпеки та стабільності, необхідне для конструктивного подолання наслідків травми.

На противагу цьому, в індивідуалістичних культурах, притаманних багатьом західноєвропейським країнам, США та Канаді, наголос робиться на самостійності та внутрішніх ресурсах особистості. У таких суспільствах молоді люди мають більше можливостей для індивідуальної терапії, особистісного розвитку та незалежного вирішення труднощів. Водночас відсутність потужної соціальної підтримки може призводити до ізоляції, підвищеного рівня тривожності та почуття самотності в критичні моменти життя [3]. Таким чином, саме культура визначає, яким чином формується механізм подолання стресових подій: через спільноту та взаємодопомогу або через індивідуальну рефлексію та автономне вирішення проблем.

Окрім соціокультурного контексту, важливу роль у процесі посттравматичного зростання відіграють релігія та духовність. Для багатьох молодих людей віра стає потужним внутрішнім ресурсом, що допомагає знайти сенс у пережитому. Релігійні практики можуть слугувати механізмом психологічного захисту, знижуючи рівень страху, тривожності та невизначеності. У суспільствах із високим рівнем релігійності молодь частіше звертається до віри як способу подолання труднощів, тоді як у більш секуляризованих культурах акцент робиться на психологічну допомогу, саморефлексію та роботу з емоціями [4]. Водночас взаємозв'язок між релігійністю та рівнем психологічної стійкості не є однозначним, оскільки залежить від особистісних особливостей людини, рівня її інтеграції в релігійну спільноту та характеру самої релігійної доктрини.

Ще одним ключовим фактором, що впливає на ефективність процесу посттравматичного зростання, є рівень толерантності у суспільстві. Дослідження свідчать, що мультикультурні спільноти, де існує висока культура прийняття

різноманітності та повага до різних традицій, створюють сприятливі умови для соціальної інтеграції молоді [3]. Наприклад, дослідження, проведене у Канаді серед молоді з етнічних меншин, показало, що студенти, які мали можливість для міжкультурної взаємодії, демонстрували вищий рівень психологічної стійкості та адаптації [1]. Це вказує на необхідність розбудови інклюзивного освітнього середовища, де молодь має змогу не лише взаємодіяти з представниками різних культур, а й отримувати підтримку, необхідну для особистісного розвитку.

У процесі посттравматичного зростання відбувається зміцнення особистісної сили, що проявляється у формуванні вищої стійкості до труднощів, здатності адаптуватися до змін та самостійно приймати важливі рішення [4]. Одночасно молоді люди починають переосмислювати свої життєві орієнтири та професійні цілі [5]. Важливим результатом такого розвитку стає посилення соціальних зв'язків, оскільки люди, які пережили серйозні випробування, починають глибше цінувати взаємодію та підтримку з боку оточення [2]. У багатьох випадках відбувається і зростання рівня духовності, що проявляється у глибшому розумінні сенсу життя, моральних цінностей та власних пріоритетів.

Зміни, пов'язані з посттравматичним зростанням, мають безпосередній вплив на навчальну мотивацію студентів фахової передвищої освіти. Дослідження показують, що молодь, яка пережила травматичні події, часто з більшою відповідальністю ставиться до процесу освіти, сприймаючи його як шлях до стабільності та самореалізації [5]. Це створює передумови для розвитку програм підтримки студентів, які опинилися в складних життєвих обставинах.

Одним із пріоритетних завдань освітніх закладів є створення сприятливого середовища для студентів, які зазнали впливу травматичних подій. До ключових стратегій підтримки належать організація психологічної допомоги, розвиток груп взаємодопомоги, впровадження тренінгів зі стресостійкості, а також активна участь викладачів у процесі адаптації студентів [1]. Впровадження освітніх програм, орієнтованих на розвиток емоційної компетентності та саморефлексії, сприяє зниженню рівня тривожності та допомагає молоді ефективніше долати труднощі [4].

Таким чином, посттравматичне зростання є складним багатовимірним процесом, на який впливають культурні цінності, рівень соціальної підтримки, релігійність та толерантність у суспільстві. Створення інклюзивного та підтримуючого середовища є критично важливим для успішної адаптації студентів, які пережили травматичні події. Врахування культурних особливостей молоді у процесі психологічної підтримки може значно сприяти їхньому особистісному розвитку, соціальній інтеграції та формуванню довготривалої стійкості до життєвих випробувань.

Як висновок зазначимо що, культурні цінності відіграють важливу роль у процесі посттравматичного зростання студентів фахової передвищої освіти. Вони визначають не лише способи подолання труднощів, але й впливають на формування соціальних зв'язків, життєвих цінностей та особистісної стійкості. Врахування культурних особливостей у процесі психологічної підтримки молоді може значно сприяти їхньому особистісному розвитку та успішній інтеграції у суспільство.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Clark J. N. Post-Traumatic growth, resilience and social-ecological synergies: some reflections from a study on conflict-related sexual violence. *Social sciences*. 2024. Vol. 13, no. 2. P. 104. URL: <https://doi.org/10.3390/socsci13020104>.
2. Cross-cultural adaptation and psychometric validation of *The Continuous Traumatic Stress Response Scale*: ukrainian version / L. Zasiakina et al. *East european journal of psycholinguistics*. 2024. Vol. 11, no. 1. URL: <https://doi.org/10.29038/eejpl.2024.11.1.zas>.
3. Kashyap S., Hussain D. Cross-Cultural challenges to the construct “posttraumatic growth”. *Journal of loss and trauma*. 2018. Vol. 23, no. 1. P. 51–69. URL: <https://doi.org/10.1080/15325024.2017.1422234>.
4. Post-traumatic growth as positive personality change: challenges, opportunities, and recommendations / E. Jayawickreme et al. *Journal of personality*. 2020. URL: <https://doi.org/10.1111/jopy.12591>.
5. Posttraumatic growth: theory, research, and applications / L. G. Calhoun et al. Taylor & Francis Group, 2018.