

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут математики, економіки і механіки

(повне найменування інституту/факультету)

Кафедра диференціальної і спеціальної психології

(повна назва кафедри)

Д и п л о м н а р о б о т а

спеціаліста

(освітньо-кваліфікаційний рівень)

на тему: «Психологічні особливості емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО»

«Psychological features of the emotional sphere combatants in the ATO area»

Виконала: студентка денної форми навчання

Спеціальність 053 «Психологія»

Зіновєєва Тетяна Олександрівна

Керівник кандидат психологічних наук, доцент кафедри
диференціальної і спеціальної психології

Кононенко О.І. _____

Рецензент кандидат психологічних наук, доцент кафедри
загальної психології та психології розвитку особистості

Крюкова М.А. _____

Рекомендовано до захисту:

Протокол засідання кафедри

№ _____ від _____ р.

Захищено на засіданні ДЕК № _____

протокол № _____ від _____ р.

Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Завідувач кафедри

Голова ДЕК

Родіна Н.В.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Одеса – 2017

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. АНАЛІЗ ТЕОРЕТИЧНИХ ОСНОВ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙВОИХ ДІЙ В ЗОНІ АТО	7
1.1. Психологічний посттравматичний розлад: причини виникнення та механізми розвитку у учасників бойових дій.....	7
1.1.1. Поняття стресу та його симптоми.....	7
1.1.2. Становлення поняття посттравматичного стрессового розладу...	13
1.1.3. Причини та діагностичні критерії посттравматичного стрессового розладу.....	20
1.2. Психологічні способи подолання стресу під впливом екстремаль- них умов.....	26
Висновки до першого розділу.....	30
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙВОИХ ДІЙ В ЗОНІ АТО	31
2.1. Організація і методи дослідження.....	31
2.1.1. Організація емпіричного дослідження.....	31
2.1.2. Методи емпіричного дослідження.....	33
2.2. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей емо- ційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО.....	38
2.2.1. Кількісний аналіз психологічних особливостей емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО.....	38
2.2.2. Кореляційний аналіз психологічних особливостей емоційної сфе- ри учасників бойових дій в зоні АТО.....	48
Висновки до другого розділу.....	51
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	57

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний стан розвитку Збройних Сил України потребує значного посилення так званого „людського чинника”, як основи прогресивних зрушень у психологічних процесах військових підрозділів і підвищення їх боєготовності. Це висуває на перший план завдання вивчення емоційних станів у військових колективах з метою підвищення психологічної стійкості особового складу, здатності до адаптації, його готовності до виконання завдань за призначенням.

В Україні особливої уваги потребують учасники збройних конфліктів в місцях, де є осередки напруженості, що супроводжуються активними бойовими діями. Досвід бойових дій свідчить, що війська, поряд з фізичними втратами, несуть відчутні психологічні втрати. Адже, особливості служби в місцях бойових дій – це постійні підвищені емоційні, інтелектуальні, фізичні навантаження, що вимагають активізації всіх життєвих ресурсів.

У зв’язку з воєнними подіями в Україні особливої уваги заслуговує емоційна сфера учасників бойових дій. Воєнна діяльність характеризується впливом значного числа стресогенних чинників і висуває підвищені вимоги до стресостійкості та психологічних якостей особистості, що забезпечують стресодолаючу поведінку і ефективність діяльності в екстремальних умовах. Внаслідок цього емоційні стани, які виникають в процесі бойових дій, активно впливають на процес адаптації та на способи подолання стресової ситуації.

Діагностика емоційної сфери учасників бойових дій в зоні антитерористичної операції (далі АТО) дозволить зрозуміти, які саме емоції переживають бійці та які психічні стани в них переважають.

Необхідність психологічної допомоги учасникам бойових дій зумовлена серйозними психологічними наслідками екстремальних впливів в бойових умовах, що проявляються у вигляді травматичного та посттравматичного

стресу, що приводить до серйозних ускладнень адаптації людини до умов мирного соціального середовища.

У психологічній науці лише в 90-ті роки минулого століття на окремі аспекти цієї серйозної проблеми звернули увагу такі дослідники, як А.М. Турахаджаєв, В. В. Знаков, В. В. Березовець, В. Є. Повов, Є. О. Лазебна, М.Є. Зеленова, Р. А. Абдурахманов. Отже, у психологічній науці вплив на людей в екстремальних умовах в «гарячих точках» на сьогоднішній день залишається недостатньо вивченим. Більшість вчених основну увагу концентрують не на особистісних, соціально-психологічних негативних наслідках, а лише на вивченні так званих «бойових стресових реакцій».

В той же час, сучасна бойова ситуація в нашій країні потребує комплексного науково-практичного підходу до вирішення даної проблеми. Аналіз останніх українських досліджень і публікацій свідчить про посилений інтерес науковців до вивчення поставленої проблеми. У цьому аспекті на увагу заслуговують роботи таких авторів як: В. В. Нечипоренко, С. В. Литвинцев, Є. В. Снедков, Ю. К. Маліков, В. В. Саламатов, О. І. Кудерміна, О. В. Волошина, В. В. Корольчук, В. П. Дворецький, О. І. Гуменюк, І. А. Ботнарченко, О. М. Жук, Л. М. Захаренко, В.В. Кудря, С. О. Деніжна, М. С. Ятчук, В.В. Буюклі, О. А. Панасюк, А. О. Антоненко, О. С. Фурман, В. В. Мартінішин, С. В. Спірідонов, Г. О. Сінотова.

На сьогоднішній день можна говорити про те, що в Україні з'явилась нова соціальна група – учасники бойових дій. За даними Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Міністерства оборони України, якщо у світі норма вразливих до психогенних травм бійців становить 25%, то серед учасників АТО психогенні втрати становлять майже 80%. Зокрема в низці досліджень зазначається, що постравматичні синдроми (ПТСР) становлять від 10% до 50% медичних наслідків усіх бойових подій.

Серед емоцій переважають гнів і дратівливість, почуття провини, сорому або самозвинувачення, почуття недовіри та зради, а також несправедливості долі; почуття безвиході, відчуття відчуженості. Внаслідок цього стає ак-

туальним визначення емоційної сфери та пов'язаних з нею способів подолання стресових факторів, які обумовлюють процес адаптації до нормальних умов життя.

Мета дослідження: виявити психологічні особливості емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО та встановити їх зв'язок з копінг-стратегіями.

Задачі дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз психологічних особливостей емоційної сфери, копінг-стратегій учасників бойових дій; встановити їх роль у психіці учасників бойових дій.

2. Визначити психологічні особливості емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО.

3. Проаналізувати зв'язок емоційної сфери з копінг-стратегіями учасників бойових дій.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера учасників бойових дій.

Предмет дослідження: психологічні особливості емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО.

Методи дослідження: теоретичні методи: аналіз, узагальнення, систематизація – для узагальнення теоретико-методологічних підходів та визначення концептуальних засад дослідження; психодіагностичні методи: опитувальник «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса, шкала тривожності Ч. Д. Спілбергера, Ю.Л.Ханіна, опитувальник депресії А. Бека, Міссісіпська шкала посттравматичного стресового розладу; методи математичної обробки – первинний статистичний аналіз.

База емпіричного дослідження: Одеський Центр допомоги учасникам АТО та їхнім сім'ям. Вибірка досліджуваних складала 60 респондентів-учасників бойових дій в зоні АТО, чоловіки та жінки віком 20-25 років, за званням: солдат, старший солдат, молодший сержант.

Структура кваліфікаційної роботи: Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків та списку літератури. Містить п'ять таблиць та п'ять

рисунків. Загальний обсяг роботи складає 61 сторінку, з них основного тексту – 56 сторінок. Список використаної літератури містить 60 першоджерел.

ВИСНОВКИ

1. В результаті виконання дипломної роботи були проаналізовані особливості емоційної сфери, копінг-стратегій та їх вплив на психіку учасників бойових дій. Значна частина учасників бойових дій є носіями негативних психічних станів, таких як стрес, страх, психічна напруженість, тривожність, депресія, фрустрація, агресивний стан. Екстремальний характер професійної діяльності учасників бойових дій в зоні АТО обумовлює високий рівень стресу, який призводить до зниження ефективності їх професійної діяльності в екстремальних ситуаціях і визначає необхідність оцінки і формування адаптивних типів копінг-поведінки у вигляді копінг-стратегій і копінг-ресурсів. Умови екстремальної діяльності, численні фактори ризику, висока відповідальність і значущість праці учасників бойових дій призводять до зниження якості їх життя, обумовлюючи високий рівень розвитку ПТСР. Стресогенність екстремальної діяльності вимагає від суб'єкта значних резервів психіки, самовладання, навичок саморегуляції і надає підвищені навантаження на таке інтегративне утворення як копінг-стратегії.

Були виокремлені характерні особливості для ПТСР стану: «солдатське серце» (біль за грудиною, серцебиття, уривчастість дихання, підвищена пітливість), синдром того хто вижив (хронічне «почуття провини, що залишився в живих»), флешбек-синдром (насилено вторгаються в свідомість спогади про «нестерпні» події), прояви «комбатантної» психопатії (агресивність і імпульсивна поведінка зі спалахами насильства, зловживання алкоголем і наркотиками, безладність сексуальних зв'язків при замкнутості і підозрливості), синдром прогресуючої астенії (астенія, що спостерігається після повернення до нормального життя у вигляді швидкого старіння, падіння ваги, психічної млявості і прагнення до спокою), посттравматичні рентні стани.

2. В процесі емпіричного дослідження була діагностована емоційна сфера та провідні копінг-стратегії в учасників бойових дій в зоні АТО. Встанов-

лено, що учасникам бойових дій притаманні ознаки стресу, які проявляються у вигляді легкої депресії та тривожному стані.

Найбільш вираженим серед учасників бойових дій є показник порушення адаптації. Це свідчить про понижений фон настрою, обмеження звичних інтересів, бажань, фізичне та розумове виснаження В зв'язку з цим респонденти можуть мати наступні емоційні прояви: знижений настрій, роздратування, почуття провини, зниження інтересу до оточуючих, незадоволеність собою.

Переважно в групі респондентів показник реактивної тривожності відповідає помірному рівню, що вказує на тривожність у відповідь на конкретну дану ситуацію, даний момент. Також характерний помірний рівень особистісної тривожності, що можливо пов'язано з тим, що респонденти на даний момент знаходяться в ситуації вибору подальшого життєвого шляху, занепокоєні власним майбутнім – своїм заняттям у тому майбутньому та людьми, які будуть їх оточувати. Це підтверджується копінг-стратегіями, які використовуються учасниками бойових дій, серед яких на дезадаптивному рівні вираження серед учасників бойових дій є конфронтація, дистанціювання та самоконтроль. Вираження даних копінгів на дезадаптивному рівні, може свідчити про порушення здатності пристосування до умов оточуючого середовища. Виявлені копінг-стратегії, здебільшого, виражені в адаптаційному пограничному потенціалі та адаптивному рівні, що свідчить про те, що учасникам бойових дій притаманний опір труднощам, енергійність при вирішенні проблемних ситуацій, вміння відстоювати власні інтереси. Однак, в той же час, може відбуватись реагування за типом ухилення: заперечення проблеми, фантазування, відволікання у вигляді компенсації, відступу.

Слід зазначити, що виявлені ознаки ПТСР є типовими для учасників бойових дій, адже в екстремальних умовах діяльності, коли життя на кожному кроці загрожує небезпека, неможливо проявляти свій стан по-іншому.

3. Можна зробити висновок про наявність зв'язку копінг-стратегій та емоційної сфери учасників бойових дій в зоні АТО. При виборі певної стратегії захисту, ризик виникнення ПТСР може зменшитися або збільшитися. Прямі

кореляційні зв'язки ПТСР з конфронтацією та уникнення свідчать про те, що ризик виникнення ПТСР проявляється через застосування таких копінг-стратегій як конфронтація та уникнення. Серед отриманих даних була виявлена негативна кореляція між стратегіями самоконтролю та дистанціювання ПТСР, тобто при виборі стратегії відокремлення від ситуації і зменшення її значимості або способу регулювання своїх почуттів і дій, зменшується ризик виникнення ПТСР.

Отже, можна стверджувати, що тривала та інтенсивна дія негативних впливів, здатна породжувати непродуктивні емоційні стани, які, в свою чергу, ведуть до неадаптивних або пограничних копінг-механізмів, або ж навпаки неадаптивні копінг-стратегії породжують непродуктивні емоційні стани, в тому числі призводять до ПТСР. Небезпечна обстановка викликає в учасників бойових дій психічне напруження у вигляді тривожності та легкої депресії. Форми прояву негативних психічних станів є завжди згубними та в подальшому накладають відбиток на процес адаптації. Для того, щоб дані прояви не посилювались та не призвели до виникнення ПТСР доцільно рекомендувати надання психологічної допомоги учасникам бойових дій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абабков В.А. Адаптация к стрессу. / В. А. Абабков, М. Пере. – М.: Речь, 2014. – 336 с.
2. Александров Е. О. Интегративная психотерапия посттравматического стрессового расстройства. / Е. О. Александров. – Новосибирск: Сибпринт, 2015 – 280 с.
3. Александровский Ю. А. Психогении в экстремальных условиях / Ю. А. Александровский, О. С. Лобастов. – М.: Медицина, 1991. – 96 с.
4. Анохин П. К. Эмоции // Психология эмоций: Тексты. / П. К. Анохин. – М.: Психология, 1984. – 542 с.
5. Антипов, В. В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / В. В. Антипов. – М.: ВЛАДОС, 2014. – 173 с.
6. Арнольд М. Б. «Чувства и эмоции». / М. Б. Арнольд, Дж. А. Гассон. – СПб.: Питер, 2012. – 359 с.
7. Артюшин, Л. М. Праця в особливих умовах / Л. М. Артюшин, С. П. Мосов, О. Р. Охременко. – К.: НАОУ, 2014. – 94 с.
8. Ахмеров Р. А. Биографические кризисы личности: автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, психологии личности, история психологии» / Р. А. Ахмеров. – М.:Наука, 1994. – 24 с.
9. Белик Я. Я. Психическая саморегуляция в экстремальных условиях деятельности: Научно–аналитический обзор / Я. Я. Белик. – М.: Академия МВД СССР, 1988. – 47 с.
10. Болотов Д. І. Клініко-психопатологічні особливості хворих на посттравматичні стресові розлади і розлади адаптації та їх комплексне лікування: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец.: 14.01.16 – «Психіатрія». / Д. І. Болотов. – Харків: Інститут неврології, психіатрії та наркології АМН України, 2014. – 22 с.

11. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. / Дж. Боулби. – М.: Академический проект, 2014. – 232 с.
12. Бреслав Г. «Психология эмоций». / Г. Бреслав. – М.: Наука, 2012. – 365 с.
13. Вилюнас В. К. Психология эмоций. / В. К. Вилюнас, Ю. Б. Гиппенрейтер. – СПб.: Питер, 2015. – 404с.
14. Грановская Р. М. Психологическая защита. / Р. М. Грановская. – СПб.: Речь, 2010. – 474 с.
15. Гроф С. Человек перед лицом смерти. / С. Гроф, Д. Хелифакс. – М.: Изд-во трансперсонального института, 1996. – 246 с.
16. Гершон Б. Б. Психология эмоций. / Б. Б. Гершон. – М.: Наука, 2014. – 440 с.
17. Гоулман Д. «Деструктивные эмоции. Как с ними справиться». / Д. Гоулман. – М.: Попурри, 2015. – 307 с.
18. Грановская Р. М. Психологическая защита. / Р. М. Грановская. – СПб.: Речь, 2010. – 474 с.
19. Гулина М. А. Защитные механизмы личности / Под. ред. А. А. Крылова. – М.: Смысл, 2011. – 300 с.
20. Дарвин Ч. «Выражение эмоций у человека и животного». / Ч. Дарвин. – СПб.: Питер, 2011. – 238 с.
21. Изард К. Э. «Психология эмоций». / К. Э. Изард. – СПб.: Питер, 2015. – 269 с.
22. Изард К. Э. Эмоции человека. / Под ред. Л. Я. Гозмана, М.С. Егоровой. – М.: Просвещение, 2014. – 464 с.
23. Измайлов Ч. «Психофизиологическая основа эмоций». / Ч. Измайлов. – М.: Просвещение, 2014. – 305 с.
24. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 782 с.
25. Караяни. А.Г. Прикладная военная психология / Под. ред. А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников. – СПб.: Питер, 2016. – 480 с.

26. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості. / Т. С. Кириленко. – К.: Либідь, 2014. – 256 с.
27. Китаев–Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л.А. Китаев–Смык. – М.: Академический проспект, 2009. – 943 с.
28. Кононенко О. І. Негативний вплив перфекціонізму на виконання військових обов'язків. / О. І. Кононенко. // Матеріали Міжвідомчої науково-практичної конференції [“Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної та медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції”]. – Київ, 2016. – С. 165-166.
29. Курс военной психологии / Под. ред. Л. Ф. Железняка, С. И. Съедина, Н. Ф. Феденко. – М.: ГАВС, 1993. – 176 с.
30. Лопань А. В. Психологические аспекты военной службы. Учебное пособие / А. В. Лопань. – Москва.: МАИ, 2014. – 120 с.
31. Лазарус Р. «Теория стресса и психологические исследования.» / Р. Лазарус. – СПб.: Питер, 2014. – 254 с.
32. Либина А. В. Стили реагирования на стресс. / А. В. Либина. – М.: Смысл, 1998. – 204 с.
33. Липер Р. У. «Мотивационная теория эмоций». / Р. У. Липер. – М.: Наука, 2015. – 362 с.
34. Малкина–Пых, И. Г. Экстремальные ситуации: справочник практического психолога / И. Г. Малкина–Пых. – М.: Эксмо, 2015. – 960 с.
35. Макки Э. «Искусство управлять людьми на основе эмоционального интеллекта». / Э. Макки. – М.: Попурри. 2010. – 374 с.
36. Маклаков А. Общая психология. / А. Маклаков. – М.: Наука, 2015. – 785 с.
37. Мананикова Е. Н. Психология личности. / Е. Н. Мананикова. – М.: Дашков и К, 2009. – 218 с.

38. Медведев В. И. Устойчивость физиологических и психологических функций человека при действии экстремальных факторов. / В. И. Медведев. – Л.: Наука, 1982. – 104 с.
39. Мещерякова Б. Г. «Большой психологический словарь.» / Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – СПб.: «Прайм–тайм», 2016. – 700 с.
40. Михайлов Л. А. Военная психология. / Л. А. Михайлов. - Р.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2010. – 435 с.
41. Миценко І. Безпека життєдіяльності: організаційно–економічні та соціальні аспекти управління: монографія. / Іван Миценко. – Донецьк: ІЕП НАН України, 2004. – 380 с.
42. Немов Р. С. Общие основы психологии. / Р. С. Немов. – М.: Просвещение, 1998. – 688 с.
43. Основы психофизиологии экстремальной деятельности: курс лекций / Под ред. А.МН. Блеера. – М.: ООО "Анита Пресс", 2013. – 380 с.
44. Попов В. Е. Психологическая реабилитация военнослужащих после экстремальных воздействий. / В. Е. Попов. – М.: Наука, 1992. – 214 с.
45. Психологический словарь. / Под ред. А. В. Петровского. – Ростов н/Д: Феникс, 1999. – 364 с.
46. Психологічні особливості і діагностика посттравматичних стресових станів жертв катастрофічних подій: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.04 / І. В. Шаллан. – Київ. нац. ун-т ім. Т.Шевченка, 2010. – 20 с.
47. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2007. – 712 с.
48. Рыбников В. Ю. Психопедагогика в правоохранительных органах. // Психологические механизмы копинг–поведения специалистов экстремальных профессий. / В. Ю. Рыбников, Е. Н. Ашанина. - М.: Наука, 2009. – С. 46–49
49. Саблин В. С. Психология человека: учебник / В. С. Саблин, С. П. Слаква. – М.: Дашков и К, 2016. – 741 с.
50. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме / Г. Селье. – М.: Государственное издательство медицинской литературы, 1960. – 255 с.

51. Симонов П. В. «Теория отражения и психофизиологии эмоций» / П. В. Симонов. – М.: Психология, 1970. – 344 с.
52. Стрельников, А. А. Патогенез посттравматических стрессовых расстройств у ветеранов локальных военных конфликтов: автореф. дис. д-ра мед. наук / А. А. Стрельников. - СПб.: ПУПН, 1998. – 39 с.
53. Столяренко Л. Д. Основы психологии. / Л. Д. Столяренко. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 671 с.
54. Сульдина Ю. А. Фундаментальные исследования. // Копинг-стратегии и их взаимосвязь с профессиональной деформацией. / Ю. А. Сульдина, Е. А. Левакова. - М.: Наука, 2014. – С. 887–890
55. Тарабарина Н. В. Посттравматическое стрессовое расстройство (клиника, динамика, факторы риска, психотерапия): дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец.: 19.00.04 «Медицинская психология». / Н. В. Тарабарина. – СПб.:Ин-т психологии Российской академии наук, 2014. – 362 с.
56. Тарабарина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. / Н. В. Тарабарина. – СПб.: Питер, 2015. – 158 с.
57. Томкинс С. С. «Эмоции». / С. С. Томкинс. – М.:Психика, 2012. – 367 с.
58. Шумский П. П. Эмоции как процесс, влияющий на деятельность человека. / П. П. Шумский, Л. Н. Иванова. – В.:Мозырь, 1998. – 324с.
59. Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства. / под ред. Б. Эдны, М. Теренса, Дж. Фридмана – М.: «Когито–Центр», 2005. – 457 с.
60. Яремко З. Безпека життєдіяльності: Навч. Посібник. / З. Яремко. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 317 с.