

Олійник В. О. аспірант кафедри соціології та психології
факультету № 6 Харківського національного
університету внутрішніх справ
<https://orcid.org/0000-0001-6891-0906>

ОСНОВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПОСТДОСВІДНОГО ЗРОСТАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ

У статті досліджується феномен постдосвідного зростання як результат позитивних змін особистості внаслідок переживання травматичних і стресових подій в контексті збереження психічного здоров'я військовослужбовців. В ході теоретичного аналізу запропоновано визначення терміну “постдосвідне зростання”, розкрито його основні детермінанти розвитку у військовослужбовців – учасників бойових дій.

Ключові слова: постдосвідне зростання; детермінанти постдосвідного зростання; салютогенний підхід; посттравматичне зростання; військовослужбовці – учасники бойових дій.

Вступ. Військовослужбовці Збройних Сил України, інших складових сектору безпеки і оборони нашої держави відповідно до визначених завдань виконують свій конституційний обов'язок із захисту й оборони нашої держави, відбиття збройної агресії російської федерації проти України. Нині більше одного мільйона наших співгромадян беруть безпосередню участь і забезпечують збройний захист України. Без перебільшення можна сказати, що нинішній міждержавний збройний конфлікт за своїми масштабами, кількістю учасників, гібридним перебігом, появою нових форм і методів ведення бойових дій та сфер протиборства (економічної, кібернетичної, інформаційної тощо), завданими збитками, різновекторністю травматичних впливів на психіку військових і цивільних осіб є найбільшим таким конфліктом на теренах Європи, а можливо, і світу після завершення Другої світової війни.

За статистичними даними від 5% до 20% учасників бойових дій після завершення війни матимуть посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), який потребуватиме довготривалих медико-психологічних інтервенцій та реабілітаційних заходів (О. Богомолець, І. Пінчук, R. Ramchand, R. Karney, R. Osilla, R. Burns, L. Caldarone, C. Hoge, J. Auchterlonie, C. Milliken та ін.). За даними різних джерел (R. Pietrzak, D. Johnson, M. Goldstein, J. Malley, A. Rivers, C. Morgan та ін.) військовослужбовці з ознаками посттравматичного зростання (ПТЗ) становлять від 30% до 70%. Тобто, перешкоди і труднощі, які долають

військовослужбовці на своєму життєвому і професійному шляху, набуття ними унікального життєвого досвіду можуть стати, як зазначає сучасний американський філософ-стоїк Райан Холідей в книзі “Перешкода як шлях”, трампліном до позитивних особистісних змін, сходінками до пізнання мудрості й оновлення філософії життя. Проте такий діапазон оцінок свідчить про неузгодженість результатів наукових досліджень у площині ПТЗ, що давали б відповідь на питання його діагностування і прогнозу.

Аналіз наукової літератури свідчить, що позитивні зміни особистості можуть спостерігатися не виключно внаслідок переживання особою травматичної події. Зростання в багатьох сферах життєдіяльності особистості – у стосунках, самооцінці, життєвій філософії тощо спостерігаються і за умови відсутності в життєвій історії людини факту переживання травми.

Зважаючи на те, що в Україні на сьогодні переважна більшість населення вже має унікальний досвід війни, особливо військовослужбовці – учасники бойових дій, можна припустити, що в подальшому певна частина з них спостерігатиме у себе ознаки постдосвідного зростання. Детермінанти розвитку цього феномену є однією з основних складових у комплексному вивченні ПТЗ.

Мета статті – на підставі теоретичного аналізу результатів психологічних досліджень здійснити узагальнення й систематизацію основних детермінант постдосвідного зростання.

Завданнями статті є обґрунтування терміну “постдосвідне зростання”, узагальнення і систематизація основних детермінант постдосвідного зростання, визначення його характерних ознак та особливостей у військовослужбовців – учасників бойових дій.

Теоретичне підґрунтя. З часу появи у 1995 році терміну “посттравматичне зростання” (L. Calhoun, R. Tedeschi) цей феномен все частіше стає предметом наукових досліджень, як українських (В. Горбунова, В. Зубовський, В. Климчук, О. Кокун, Г. Лазос, С. Лукомська, Г. Найдьонова, В. Осьодло, Г. Титаренко, О. Шелюг та ін.), так і зарубіжних учених (S. Blight, L. Calhoun, M. Christopher, R. El-Gabalawy, V. Helgeson, S. Joseph, P. Linley, K. Norris, R. Papadopoulos, R. Pietrzak, W. Sledge, S. Southwick, R. Tedeschi, J. Tsai та ін.).

Зокрема, у військово-професійному середовищі проблему ПТЗ вивчали В. Зубовський, О. Кокун, В. Осьодло, А. Blow, B. Lerner, S. Maguen, J. Morgan, R. Pietrzak, J. Tsai, G. Zerach та ін., в тому числі серед ветеранів війни – P. Arbisi, G. Elder, C. Erbes, E. Clipp, M. Kaler, M. Polusny, R. Tedeschi та ін., та колишніх військовополонених – R. Dekel, A. Feder, Z. Solomon та ін.

Внаслідок різних наукових позицій та підходів, через зосередження уваги на окремих аспектах ПТЗ в науковому обігу з’явилися синонімічні терміни, зокрема, “пост-досвідне зростання” (О. Кокун, J. Brcic, P. Johnson, P. Suedfeld), “посттравматичне життєтворення” (Г. Титаренко), “пост-експедиційне зростання” (S. Blight, K. Norris), “конкурентне зростання” (P. Linley, S. Joseph), “зростання, пов’язане зі стресом” (L. Cohen, C. Park), “зростання екзистенційної усвідомленості” (I. Yalom), “трансформаційний копінг” (C. Aldwin, K. Sutton) тощо.

Також, окремі науковці вважають ПТЗ різновидом “особистісного резилієнсу” (S. Lepore, T. Revenson), “копінг-стратегії” (C. Davis, S. Phillips; S. Folkman, C. Jackson; J. Larson; C. Park) чи “позитивної адаптації” (S. Joseph, A. Linley).

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано загальнонаукові методи: аналіз наукових джерел з проблеми дослідження, системний аналіз, порівняння, синтез та узагальнення.

Результати і обговорення. За Tedeschi та Calhoun посттравматичне зростання – це досвід позитивних змін, що відбуваються з людиною у результаті боротьби із надзвичайно складними життєвими кризами [1]. Причиною виникнення та розвитку криз, як правило, є кризові ситуації, що спричиняються значними стресовими факторами і руйнують звичні способи подолання несприятливих життєвих обставин, зокрема травматична криза виникає у відповідь на травматичну ситуацію або подію [2, 8].

Травматичною подією, за визначенням DSM-5, є “безпосереднє або опосередковане (у якості свідка) переживання факту смерті або її загрози, серйозних травм або сексуального насильства, а також отримання інформації про такий факт щодо близького родича або близького друга, при цьому факт смерті або її загрози має трапитися раптово або носити насильницький характер” [3, 271].

Розрізняють розлади, пов’язані із травмою (наприклад, ПТСТР, гострий стресовий розлад), і розлади, пов’язані зі стресом (наприклад, реактивний розлад прихильності та розлад соціальної активності, зумовлені зростанням в несприятливих умовах соціальної занедбаності). Фактором, що їх поєднує, є наявність в людини дистресу внаслідок травматичної або стресової події [3, 265].

Водночас, травматичність події – це індивідуальна характеристика, що є інтеграцією зовнішніх (реальна небезпека, шкода здоров’ю тощо) та внутрішніх (сприйняття події, її осмислення, інтерпретація тощо) чинників. Підкреслюється, що складні і небезпечні ситуації (наприклад, небезпечні для життя хвороби) не завжди є травматичними подіями [3, 265]. Такі події, не будучи травмами, мають певні наслідки, які можна на противагу “посттравматичним” назвати “постдосвідними”.

Tedeschi, Shakespeare-Finch, Taku & Calhoun зазначають, що термін “травматична подія” слід розглядати не стільки в розрізі відповідності DSM-5, а більш широко, беручи до уваги, як об’єктивні, так і суб’єктивні аспекти, використовуючи терміни “травма”, “криза”, “значний стресор”, як синоніми для опису подій, що “серйозно кидають виклик або знецінюють важливі компоненти світогляду людини” [4,

3–4]. Такі події складають життя та характер індивіда, а отже формують досвід, отриманий внаслідок впливу на нього значущих подій [5].

Як бачимо, не тільки травматичний перебіг подій, а й будь-яка стресова (екстремальна) ситуація, що є особистісно значущою для індивіда та викликає певні емоційні, когнітивні й поведінкові зміни, але не сприймається ним, як травматична, катастрофічна, кризова (наприклад, зміна людиною цивільного життя на військове з його жорсткими обмеженнями та чіткими правилами; наявність у сім'ї особи з інвалідністю та піклування про неї; вимушене перебування у важких умовах; тривалий морський похід; довгострокова вимушена розлука з членами родини; втрата житла, майна, матеріальних цінностей тощо), може призводити до зміни її самосприйняття, взаємодії з оточуючими, філософії життя та життєвих цінностей, формує той життєвий досвід, який у підсумку може стати предиктором ПТЗ.

Наукові дослідження щодо позитивних змін особистості внаслідок отриманого нетравматичного досвіду проводилися низкою учених. Зокрема, постдосвідні зміни особистості під час перебування в екстремальних умовах антарктичних експедицій вивчали австралійські учені S. Blight, K. Norris, перебування людей на земній орбіті та підготовці до польоту в космос – канадські дослідники P. Suedfeld, J. Brcic, P.J. Johnson та китайські науковці R. Wu, Q. Ma, Y. Lei, Z. Xu, K. Li, L. Wang, L. Qu. Для проведення досліджень ними був модифікований опитувальник посттравматичного зростання Tedeschi та Calhoun, на основі якого розроблено відповідні анкети постдосвідних змін особистості (Post-Growth Change Inventory) [6; 7]. Також опитувальник постдосвідного зростання S. Blight та K. Norris використовувався у вітчизняному дослідженні постдосвідного зростання різних верств населення України, що має особистий життєвий досвід, пов'язаний із війною [8]. Проте, в зазначених роботах визначення терміну “постдосвідне зростання” не надавалося і цей термін вживався синонімічно терміну “посттравматичне зростання”.

На нашу думку та відповідно до розуміння ПТЗ Tedeschi & Calhoun,

постдосвідне зростання (postexperience growth – PEG) є більш широким поняттям, ніж ПТЗ, оскільки, як зазначалося, охоплює сфери травматичного і нетравматичного (стресового) досвіду.

Отже, ми вважаємо, що *постдосвідне зростання (ПДЗ) – це форма прояву софійності людського буття, що виявляється як процес і вагомий для особистості результат якісних позитивних психологічних змін, які відбуваються внаслідок когнітивної обробки, усвідомлення та прийняття нею власного досвіду подолання наслідків негативної травматичної чи нетравматичної (стресової) події/подій та/або перебування в складних життєвих обставинах.*

Протягом історії людства перехід до більш високого, у порівнянні з іншими, рівня психологічного функціонування, що є основною ознакою ПДЗ, характеризувався набуттям стабільного стану внутрішнього спокою, всеохоплюючого і гармонійного стану буття, відчуття єдності з навколишнім світом у поєднанні зі щирою любов'ю до всіх людей і готовністю безкорисливо служити їм, асоціювався з “духовним пробудженням”, “просвітленням” і вважався надбанням обраних. Зазвичай стан “пробудженості” відбувався з людьми, які належали до тієї чи іншої релігійної чи духовної традиції і тому трактувався саме в термінах цих традицій. Якщо таке відбувалося з буддистським ченцем, то цю подію називали бодхі, або “просвітлення”; якщо те саме відбувалося з індуїстом, тоді це називали сахаджа-самадхі; у суфіїв це явище могли назвати бака; у християн – “обожненням” (злиттям з Богом) [9, 5].

“Духовне пробудження” – це не втеча від реальності в ілюзорний світ, а скоріше входження у більш широку та яскравішу реальність. Людина починає жити у більш усвідомленому стані: її цілі та взаємини робляться насиченішими та більш справжніми, посилюється відчуття зв'язку зі світом.

Численні зміни, які вони здійснюють у своєму житті, а також, беручи до уваги ті обставини, що їх нерідко зовсім перестають розуміти оточуючі, дають підстави говорити, що їхнє духовне пробудження не є чимось вигаданим, привнесеним, надуманим. На це ж вказують і ті складнощі, з якими багато хто

з них зіштовхується, включаючи глибоку розгубленість від перебування у нових реаліях життя. Зрештою, якби ці люди просто прагнули втекти у світ самообману та ілюзорного благополуччя, то вони, поза сумнівом, виключили б зі свого досвіду усі ці труднощі.

“Духовне пробудження” передбачає “подолання патологічної роз’єднаності та двоїстості, що супроводжується відновленням почуття єдності та гармонії ..., тягне за собою “стрибок” у новий стан буття” [9, 10].

Про таку єдність, цілісність, зв’язність, узгодженість йдеться у концепції “почуття когерентності”, яка є основою салютогенного підходу Antonovsky, спрямованого на здоров’я, благополуччя (виявлення збережених функцій та здібностей і їх активізацію у процесі відновлення), на відміну від патогенного підходу (виявлення втрачених функцій, здібностей, здатностей та їх поступове відновлення).

“Почуття когерентності” являє собою стійку тенденцію бачити світ:

1) зрозумілим (внутрішній і зовнішній світ сприймається, як раціональний, зрозумілий, послідовний і очікуваний);

2) керованим (індивід вважає, що має ресурси, необхідні для управління ситуацією);

3) значущим (наявна мотивація подолання проблем, а не їх уникання, а також внутрішні зобов’язання емоційно інвестувати в процес подолання життєвих проблем та вимог [10].

Загалом, на думку Antonovsky, при зустрічі з джерелом стресу люди з високим “почуттям когерентності”, будуть у більшій мірі схильними розглядати потенційні загрози, як виклики, що містять нові можливості і, отже, вартими того, щоб активно шукати шляхи до їх подолання та задіяти всі наявні ресурси [10]. “Почуття когерентності” допомагає виявити та мобілізувати відповідні ресурси для боротьби зі стресовими факторами та успішного управління напругою, таким чином, сприяючи здоров’ю та благополуччю.

Linley та Joseph встановили, що високому рівню ПТЗ сприяють когнітивна оцінка і контрольованість подій, а також поінформованість про них [11]. Ці змінні багато в чому аналогічні складовим “почуття

когерентності” – значущості, зрозумілості та керованості (за Antonovsky) [10].

Отже, ключове питання салютогенного підходу – чому, коли різні люди піддаються однаковому стресу, одні хворіють, а інші залишаються здоровими, знайшло своє продовження у дослідженні феномену ПДЗ, в якому страждання, нещастя та горе в результаті переживання великих складних подій можуть співіснувати зі зростанням і покращенням функціонування. І салютогенез, і ПДЗ представляють собою більш високий рівень функціонування в результаті пережитих серйозних складних подій, а також позитивні зміни в таких характеристиках людини, як саморозуміння, стосунки з іншими, особисті цінності та життєві цілі.

Іншою важливою складовою салютогенного підходу є концепція “загальних ресурсів стійкості”, пов’язана із здатністю успішно справлятися зі стресорами [10]. Особистісні ресурси є важливою характеристикою людини, які сприяють, окрім здатності ефективно справлятися зі стресовими факторами, також розвитку індивідуального рівня “почуття когерентності”, і виступають, по суті, в ролі детермінант ПДЗ.

Незважаючи на те, що стійкість пов’язана, як з позитивними, так і з негативними наслідками, поверненням на дотравматичний рівень функціонування, на відміну від ПТЗ, пов’язаного виключно з позитивними змінами та виходом на більш високий післятравматичний рівень функціонування [4, 56–61], ресурсна база обох психічних явищ багато в чому є спільною і включає біологічну (генетична схильність; харчування тощо); психологічну (наприклад, когнітивна оцінка; емоційна регуляція; інтелект); соціальну (зокрема, соціальна підтримка, релігійні/культурні традиції); матеріальну (наявність фінансових ресурсів тощо) складові.

Дослідження феномену ПТЗ, які проводилися у період з 1998 по 2019 роки, були проаналізовані Henson та ін., що дало можливість виокремити основні ресурси (детермінанти) ПТЗ, характерні, як для цивільних, так і для військових осіб:

“когнітивне залучення” (переосмислення обставин події, яку вони пережили, з метою надання їй певного значення) (P. Linley, S. Joseph);

“когнітивна обробка” (знаходження пояснення події («чому це сталося?») та віднайдення розуміння фундаментальних питань, що викликані подією («який вплив ця подія справляє на моє життя?») (R. El-Gabalawy, R. Pietrzak, W. Sledge, S. Southwick, J. Tsai);

обмін досвідом та емоційне саморозкриття в умовах соціальної підтримки (M. Bertelsen, L. Calhoun, J. Currier, K. Johannessen, R. Lisman, H. Park, S. Staugaard, R. Tedeschi, Y. Thomsen, H. Yeo);

копінг-стратегії (позитивного переоцінювання; конфронтації) (Д. Зубовський, L. Calhoun, S. Joseph, P. Linley, R. Tedeschi);

особистісні риси (на можливість ПТЗ у найбільшій мірі впливають дружелюбність та доброзичливість (L. Calhoun, R. Tedeschi), екстраверсія (L. Calhoun, I. Engelhard, S. Joseph, P. Linley, M. Lommen, M. Sijbrandij, R. Tedeschi); відкритість новому досвіду (L. Calhoun, R. Tedeschi); оптимізм (L. Calhoun, V. Helgeson, S. Joseph, P. Linley, R. Tedeschi); альтруїзм; нейротизм, навпаки, істотним чином перешкоджає зростанню);

резилієнс (індивідуальний та колективний) (Д. Зубовський, О. Кокун, S. Lepore, T. Revenson);

соціально-демографічні характеристики – стать (у жінок спостерігається частіше); вік (у молодших вище рівень); освіта (вищий рівень освіти);

самосприйняття людини у зв'язку з подією на основі власної інтерпретації свого досвіду (“жертва” – пасивність, поразка, безпорадність, “та, що вижила” – подолання труднощів і повернення контролю над своїм життям, “збагачена” – активність, майстерність і надія) [12].

Також, значущими детермінантами ПТЗ виступають активність і позитивна емоційна налаштованість (L. Calhoun, V. Helgeson, P. Li, R. Tedeschi, M. Yi), стресостійкість і самоефективність (S. Joseph, P. Linley), релігійність (V. Helgeson); сприймання неперервності часу (континуальність), організованість, самодисциплінованість, добросовісність, емоційна стабільність (Г. Найдьонова, Н. Погорільська); властивість віднаходити сенс у стресових подіях (S. Forstmeier, H. Freyberger, P. Kuwert, A. Maercker, C. Spitzer).

Позитивні кореляції простежуються між ПТЗ і здатністю оцінювати загрози, фокусуватися на проблемі, позитивно її переінтерпретувати, переосмислюючи травматичні спогади [11].

На погляд Т. Титаренко, ресурсними чинниками ПТЗ є, “по-перше, здатність до відновлення втраченої цілісності і безперервності, вибудова нових життєвих перспектив; по-друге, здатність до посилення ціннісно-сислового пошуку особистості як енергетичного двигуна змін; по-третє, здатність до самореалізації, до підвищення власної самоефективності; по-четверте, здатність до зростання комунікативної компетентності, уміння встановлювати і підтримувати конструктивні стосунки, приймати і надавати допомогу” [13].

Дослідження, проведені на українській вибірці після початку широкомасштабної агресії росії проти України, показали, що у перші місяці для цивільного населення України чинниками ПДЗ стали резилієнс, самоефективність, професійна включеність, контроль та прийняття виклику. При цьому, найбільш вагомими виявилися самоефективність та прийняття виклику. Крім того, найвищий рівень ПДЗ був зафіксований у респондентів з “діяльним” досвідом під час війни (особиста участь у бойових діях та іншій діяльності в зоні бойових дій, несення служби під час війни в складі ЗС України, ТрО, силових структур, та волонтерська робота). ПДЗ мало порівняно нижчий рівень у респондентів, які отримали “пасивний”, хоч і не менш стресогенний, досвід під час війни (перебування на окупованих територіях, вимушений переїзд за кордон чи у межах України, місце перебування залишилося без змін) [8].

Особливостями військово-професійної діяльності зумовлена наявність додаткових детермінант ПДЗ та специфічність згаданих вище спільних для цивільних і військових детермінант.

Поділяючи думку Д. Зубовського [14], можемо розподілити детермінанти ПДЗ військовослужбовців – учасників бойових дій на три групи: 1) індивідуально-психологічні (характерологічні особливості особистості, оптимізм, копінг-стратегії, локус контролю, спосіб життя); 2) соціально-психологічні (соціальна підтримка, згуртованість військового колективу); 3) ситуаційно-демографічні (вік, етнос, соціальний статус,

військове звання, інтенсивність та тривалість бойового досвіду).

Індивідуально-психологічні

детермінанти, пов'язані з ПДЗ воїнів, включають хоробрість, стійкість і наполегливість (N. Park, S. Peterson, N. Pole, M. Seligman); відчуття злагодженості (когерентності) (S. Forstmeier, V. Helgeson); доброзичливість, сумлінність, інтернальний локус контролю (Д. Зубовський); здатність до передбачення подій та копінг-стратегії (S. Dekel, Z. Solomon), рівень самооцінки та відчуття контролю (R. Kleber, G. Lensvelt-Mulders, M. Schok).

Hijazi, Keith и O'Brien виявили, що більш високе почуття провини детермінує більш високий рівень розвитку ПТЗ. Учені вважають, що почуття провини передбачає існування моральних норм, які необхідно відновлювати. Автори також оцінили вплив гніву на ПТЗ. На відміну від почуття провини, гнів перешкоджає ПТЗ особистості, оскільки порушує когнітивну гнучкість, що дозволяє швидше адаптуватися до стресових подій і з більшою вірогідністю усвідомити зростання [15]. Вивчення взаємозв'язку ПДЗ/ПТЗ з моральною провинною та гнівом є важливим з огляду на широку розповсюдженість цих проявів серед військовослужбовців та ветеранів.

Цікавим є результат дослідження впливу дотримання здорового способу життя на ПТЗ. У дослідженні, яке проводилося на вибірці ветеранів збройних сил США, активний образ життя операціоналізувався, як читання книжок. Цей вид діяльності посилює уяву, розширює світогляд, що сприяє інтеграції травматичного досвіду в особисте життя. Також, симптоми ПТСР, стан здоров'я, цілеспрямованість, альтруїзм, вдячність, релігійність, активне читання сприяють збереженню і підвищенню ПТЗ. Автори прийшли до висновку, що ПТЗ має гетерогенну сутність, досить широке поширення та може зберігатися в часі за умови наявності ПТСР та певних психосоціальних факторів [16].

Соціально-психологічні детермінанти, пов'язані з ПДЗ/ПТЗ, включають взаємопідтримку членів військового колективу (чим вище рівень згуртованості, тим вище рівень усвідомлення ПТЗ) [17]; посилення уявлення про соціальну підтримку (S. Forstmeier та ін.), духовність і релігійність (L. Calhoun S. Joseph, P. Linley).

Військовослужбовці, які сприймають свою місію, як важливу та значущу, підтримують регулярні контакти з друзями та родиною, що залишилася вдома, не втрачаючи відчуття постійного соціального зв'язку, тобто, перебувають у постійному взаємодіючому соціальному контакті, більш стійкі до впливу стрес-факторів бойової обстановки та краще адаптуються до умов мирного життя після повернення додому. ПДЗ військовослужбовців – учасників бойових дій сприяють наявність соціального визнання, підтримка та активний соціальний супровід, як з боку близьких і значимих людей, так і з боку волонтерських організацій, органів державної влади та місцевого самоврядування. Зокрема, вищі рівні ПДЗ фіксуються в одружених ветеранів, оскільки успішні шлюби сприймаються як потужне джерело соціальної та емоційної підтримки.

У межах вивчення чинників **ситуаційно-демографічного** характеру кореляційні зв'язки між окремими детермінантами і проявом ПДЗ/ПТЗ мають досить суперечливий характер.

Так, встановлено негативний кореляційний зв'язок між рівнем ПТЗ та віковими характеристиками (Д. Зубовський, G. Elder, E. Clipp, M. Goldstein, D. Johnson, J. Malley, C. Morgan, R. Pietrzak, A. Rivers, S. Southwick). Зокрема, встановлено, що позитивні наслідки військової служби особливо актуальні для осіб, які вступили на службу у молодому віці (21 рік та молодше). Для багатьох з них (особливо матеріально незабезпечених) військова служба стала єдиним шляхом до адаптивного функціонування (швидкої соціальної незалежності, доступу до державних освітніх програм тощо).

В інших дослідженнях не було виявлено статистично значущої кореляції між віком і ПТЗ у вибірковій сукупності ветеранів п'яти збройних конфліктів (Друга світова війна, Корейська війна, В'єтнамська війна, війна в Перській затоці, війна в Іраку) (R. El-Gabalawy, W. Sledge, J. Tsai), а також військовополонених ізраїльської армії (R. Dekel, Z. Solomon) та учасників війни у Югославії (A. Ai, M. Chim, T. Ishisaka, T. Tice, D. Whitsett).

Результати вивчення впливу бойової обстановки на військовослужбовців також досить суперечливі. Так, Pietrzak та ін.,

Зубовський встановили, що більш висока інтенсивність бойового впливу підвищує рівень ПТЗ і пошук переваг [14; 17].

На противагу такому висновку інші дослідники (M. Wood, T. Britt, J. Thomas, R. Klocko, P. Bliese) виявили збільшення кількості пошуку переваг за меншої інтенсивності впливу факторів бойової обстановки.

Ще одним специфічною військовою детермінантою було військове звання ветеранів. Відмічається, що, чим вищий ранг військового звання, тим менший рівень ПТЗ, що пояснюється більш високим рівнем відповідальності, більшою кількістю та тривалістю участі у бойових діях (M. Bell, M. Gallaway, A. Millikan). Разом з тим, Зубовським не було встановлено відмінностей у вираженості ПТЗ в залежності від приналежності осіб до солдатського, сержантського або офіцерського складу [14].

Негативний кореляційний зв'язок простежується між тривалістю місії та ПТЗ. Так, у військовослужбовців, які перебували у довгостроковому відрядженні до шести місяців відмічається ПТЗ, а в наступні місяці рівень ПТЗ знижується (I. Engelhard, M. Lommen, M. Sijbrandij).

Доведеним фактом є те, що приналежність до певної етнічної меншини детермінує більш високі показники ПТЗ у порівнянні з доміантним етносом (M. Bell, M. Gallaway, A. Hijazi, J. Keith, A. Millikan, C. O'Brien). Це пояснюється тим, що представники етнічної меншини мають більше відчуття нових можливостей під час перебування у війську, що, у свою чергу, призводить до вищого рівня усвідомлення ПТЗ (L. King, D. King, B. Litz, S. Maguen, D. Vogt).

Висновки. Феномен постдосвідного зростання вивчався науковцями в контексті досвіду перебування людини в

екстремальних умовах життя та діяльності. Постдосвідне зростання є більш широким поняттям, ніж посттравматичне зростання, оскільки включає в себе досвід переживання людиною, як травматичних, так і нетравматичних (стресових) подій і який концептуалізується як форма прояву софійності людського буття, що виявляється як процес і вагомий для особистості результат якісних позитивних психологічних змін, які відбуваються внаслідок когнітивної обробки, усвідомлення та прийняття нею власного досвіду подолання наслідків негативної травматичної чи нетравматичної (стресової) події/подій та/або перебування в складних життєвих обставинах.

Теоретичний аналіз основних детермінант постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дозволив розподілити їх на три групи: 1) індивідуально-психологічні (характерологічні особливості особистості – дружелюбність, доброзичливість, екстраверсія, відкритість новому досвіду; “когнітивне залучення”; “когнітивна обробка”; оптимізм; альтруїзм; копінг-стратегії; локус контролю; самосприйняття; самооефективність; резилієнс; спосіб життя тощо); 2) соціально-психологічні (соціальна підтримка; обмін досвідом; емоційне саморозкриття; згуртованість військового колективу тощо); 3) ситуаційно-демографічні (вік; стать; етнос; соціальний статус; освіта; військове звання; інтенсивність та тривалість бойового досвіду тощо). При цьому ситуаційно-демографічні детермінанти постдосвідного зростання мають досить суперечливий і неоднозначний характер та потребують подальшого вивчення.

Перспективою подальших наукових досліджень є розроблення опитувальника постдосвідних змін особистості військовослужбовця.

Список використаних джерел

1. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18.
2. Омельченко, Я. М., Лазос, Г. П., Литвиненко, Л. І., Царенко Л. Г., Гребінь, Л.О. ... Кісарчук, З. Г. (Ред). (2015). *Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник*. Київ, ТОВ “Видавництво “Логос”.
3. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-5*. (5th ed.). Washington, DC: Author.
4. Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic growth: Theory, research, and applications*. New York, NY : Routledge.
5. Collins Dictionaries. <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/experience>.

6. Suedfeld, P., Brcic, J., Johnson, P.J., & Gushin V. (2012). Personal growth following long-duration spaceflight. *Acta Astronaut*, 79, 118–123.
7. Wu, R., Ma, Q., Lei, Y., Xu, Z., Li, K., Wang, L., & Qu, L. (2023). Personal growth and values in a 90-day head-down bed rest experiment. *Acta Astronaut*, 202(2023), 453–461.
8. Кокун, О.М. (2022). *Всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни»: препринт*. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України.
9. Taylor, S. & Tolle, E. (Ed.). (2017). *The Leap: The Psychology of Spiritual Awakening*. New World Library.
10. Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping*. San Francisco: JosseyBass.
11. Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-21.
12. Henson, C., Truchot, D., & Canevello, A. (2021). What promotes post traumatic growth? A systematic review. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 5(4), Article 100195.
13. Титаренко Т. (2017). Стратегії сприяння посттравматичному зростанню особистості. *Психологічні науки: проблеми і здобутки : зб. наук. статей Київ. міжнар. ун-ту й Ін-ту соц. та політ. психології НАПН України*, 1(10), 217–232.
14. Зубовський, Д. (2019). *Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період*. (Дис. канд. псих. наук). Національний університет оборони України ім. І. Черняхівського, Київ.
15. Hijazi, A. M., Keith, J. A., & O'Brien, C. (2015). Predictors of posttraumatic growth in a multiwar sample of US Combat veterans. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 21(3), 395–408.
16. Tsai, J., Sippel, L. M., Mota, N., Southwick, S. M., & Pietrzak, R. H. (2016). Longitudinal course of posttraumatic growth among US Military Veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Depression and anxiety*, 33(1), 9–18.
17. Pietrzak, R. H., Goldstein, M. B., Malley, J. C., Rivers, A. J., Johnson, D. C., Morgan, C. A., & Southwick, S. M. (2010). Posttraumatic growth in veterans of operations enduring freedom and Iraqi freedom. *Journal of Affective Disorders*, 126(1), 230-235.

References

1. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18.
2. Omelchenko, Ya. M., Lazos, H. P., Lytvynenko, L. I., Tsarenko L. H., Hrebin, L.O. ... Kisarchuk, Z. H. (Red). (2015). *Psykhologichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podii : metodychnyi posibnyk*. Kyiv, TOV "Vydavnytstvo "Lohos".
3. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-5*. (5th ed.). Washington, DC: Author.
4. Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic growth: Theory, research, and applications*. New York, NY : Routledge.
5. Collins Dictionaries. <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/experience>.
6. Suedfeld, P., Brcic, J., Johnson, P.J., & Gushin V. (2012). Personal growth following long-duration spaceflight. *Acta Astronaut*, 79, 118–123.
7. Wu, R., Ma, Q., Lei, Y., Xu, Z., Li, K., Wang, L., & Qu, L. (2023). Personal growth and values in a 90-day head-down bed rest experiment. *Acta Astronaut*, 202 (2023), 453–461.
8. Kokun, O.M. (2022). *Vseukrainske opytuvannia «Tvoia zhyttiestiukist v umovakh viiny»: preprint*. Kyiv: Instytut psykhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy.
9. Taylor, S. & Tolle, E. (Ed.). (2017). *The Leap: The Psychology of Spiritual Awakening*. New World Library.
10. Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping*. San Francisco: JosseyBass.
11. Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17 (1), 11-21.
12. Henson, C., Truchot, D., & Canevello, A. (2021). What promotes post traumatic growth? A systematic review. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 5(4), Article 100195.
13. Титаренко Т. (2017). Стратегії сприяння посттравматичному зростанню особистості. *Psykhologichni nauky: problemy i zdobutky : zb. nauk. statei Kyiv. mizhnar. un-tu y In-tu sots. ta polit. psykhologii NAPN Ukrainy*, 1(10), 217–232.
14. Zubovskiy, D. (2019). *Osobystisne zrostannia uchasnykiv ATO u posttravmatychnyi period*. (Dys. kand. psyk. nauk). Natsionalnyi universytet obrony Ukrainy im. I. Cherniakhovskoho, Kyiv.
15. Hijazi, A. M., Keith, J. A., & O'Brien, C. (2015). Predictors of posttraumatic growth in a multiwar sample of US Combat veterans. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 21(3), 395–408.

16. Tsai, J., Sippel, L. M., Mota, N., Southwick, S. M., & Pietrzak, R. H. (2016). Longitudinal course of posttraumatic growth among US Military Veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Depression and anxiety*, 33(1), 9–18.
17. Pietrzak, R. H., Goldstein, M. B., Malley, J. C., Rivers, A. J., Johnson, D. C., Morgan, C. A., & Southwick, S. M. (2010). Posttraumatic growth in veterans of operations enduring freedom and Iraqi freedom. *Journal of Affective Disorders*, 126 (1), 230-235.

Summary

Olünyk V. graduate student of the Department of Sociology and Psychology of the Kharkiv National University of Internal Affairs

MAIN DETERMINANTS OF THE POST-EXPERIENCE GROWTH OF MILITARY SERVICEMEN - PARTICIPANTS IN COMBAT ACTIONS: THEORETICAL ANALYSIS

Introduction. More than one million of our fellow citizens participate and provide armed protection of Ukraine against large-scale Russian aggression. According to the results of statistical data, from 5% to 20% of combatants will have post-traumatic stress disorder after the end of the war. At the same time, 30%–70% of the mentioned category of servicemen will have signs of post-traumatic growth caused by the experience of experiencing traumatic and stressful events. That is, the obstacles and difficulties that military personnel overcome on their life and professional path, their acquisition of unique life experience become a certain springboard to positive personal changes, stepping stones to knowledge of wisdom and renewal of the philosophy of life.

The need to promote a full and quick return of veterans to the conditions of peaceful life, their further self-actualization, preservation of mental health and improvement of quality of life determines the need to study the phenomenon of post-experience growth, analysis of the main determinants of post-experience growth of military personnel who participated in combat operations.

Purpose. On the basis of the theoretical analysis of the results of psychological research, generalize and systematize the main determinants of post-experience growth.

Methods: The study used general scientific research methods: analysis of scientific sources on the research problem, system analysis, comparison, synthesis and generalization.

Originality. The article examines the phenomenon of post-experiential growth as a result of positive personality changes as a result of experiencing traumatic and stressful events in the context of preserving the mental health of military personnel. In the course of the theoretical analysis, the definition of the term "post-academic growth" was proposed for the first time, and the main factors of its development in military personnel participating in hostilities were summarized. The results of the study can be used during the further empirical study of the post-experience growth of military personnel participating in combat operations.

Conclusion. The phenomenon of post-experiential growth was studied by scientists in the context of a person's experience of being in extreme conditions of life and activity. Post-experiential growth is a broader concept than post-traumatic growth, as it includes the experience of a person experiencing both traumatic and non-traumatic (stressful) events and which is conceptualized as a form of manifestation of the sophistication of human existence, which manifests itself as a process and a significant result for the individual of qualitative positive psychological changes that occur as a result of cognitive processing, awareness and acceptance by her of her own experience of overcoming the consequences of a negative traumatic or non-traumatic (stressful) event/events and/or staying in difficult life circumstances.

The theoretical analysis of the main determinants of the post-experience growth of servicemen - combat participants allowed to divide them into three groups: 1) individual and psychological; 2) socio-psychological; 3) situational and demographic. At the same time, the situational and demographic determinants of post-experience growth are quite contradictory and ambiguous in nature and require further study.

The prospect of further scientific research is the development of a questionnaire on post-experience changes in the personality of a serviceman.

Key words: post-experience growth; determinants of post-experience growth; salutogenic approach; post-traumatic growth; military personnel – participants in hostilities.

Received/Поступила: 26.07.23.