

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ПУЛЮЯ  
ФАКУЛЬТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА МЕНЕДЖМЕНТУ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**СОЧЕНКО ТЕТЯНА ЮРІЇВНА**

УДК 159.9

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ РОЗЛАДІВ У ДРУЖИН УЧАСНИКІВ  
БОЙОВИХ ДІЙ**

053 «Психологія»

**Автореферат**  
дипломної роботи на здобуття освітнього ступеня «магістр»

Тернопіль  
2019

Роботу виконано на кафедрі психології Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя Міністерства освіти і науки України

**Керівник роботи:** кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
**Моначин Інна Леонідівна,**  
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

**Рецензент:** доктор економічних наук, професор кафедри менеджменту та адміністрування  
**Кирич Наталія Богданівна,**  
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

Захист відбудеться 24 грудня 2019 р. о 9<sup>00</sup> годині на засіданні екзаменаційної комісії №52 у Тернопільському національному технічному університеті імені Івана Пулюя за адресою: 46001, м. Тернопіль, вул. Микулинецька, 46, навчальний корпус №7, ауд. 209

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми роботи.** За останні 25 майже половина всіх країн світу брала участь у воєнних діях. Війна є одним з найпотужніших джерел травматичного досвіду. Упродовж останніх п'яти років наше суспільство також постало перед аналогічними проблемами. Унаслідок збройного конфлікту на Сході України поширеним став посттравматичний синдром серед учасників антитерористичної операції як наслідок травматичного військового досвіду. За даними досліджень, проведених у різних країнах, значне число військових, а також члени їх родин мають широкий спектр симптомів психічних розладів, що виявляються через певний час після війни.

Кризові події останніх років в Україні – зовнішня агресія, соціально-економічна та політична нестабільність – спричиняють значне психоемоційне напруження в суспільстві. В цих умовах питання психологічної допомоги різним верствам населення стає вкрай актуальним. Сім'ї ветеранів є однією з таких категорій співвітчизників. Родини несуть посилене емоційне навантаження під час очікування чоловіків із зони бойових дій та після їхньої демобілізації, нерідко стикаються зі складними психоемоційними станами, психологічними реакціями ветеранів на етапі їхнього повернення до мирного життя. Виражене емоційне і фізичне напруження відчувають дружини колишніх бійців, як найближчі ветеранам люди, що повсякденно спостерігають наслідки бойового травмування, турбуються за відновлення демобілізованих та часто беруть на себе відповідальність за забезпечення життєдіяльності родини. Тому, зважаючи на можливі ускладнення життя в сім'ях ветеранів, зокрема проблеми їхніх дружин, фахівці розглядають цю категорію жінок як окрему групу, що потребує професійної психологічної допомоги.

У контексті психологічної роботи з дружинами ветеранів видається актуальним:

1) з'ясування особливостей психологічної проблематики дружин ветеранів війни;

2) визначення стресчинників формування симптомів вторинної травматизації у жінок даної категорії як представників найближчого кола спілкування з учасниками бойових дій – із тими, хто безпосередньо перебував в екстремальній ситуації, зіткнувся з травмами війни;

3) окреслення напрямів надання психологічної допомоги дружинам демобілізованих військових.

**Мета дослідження.** Проаналізувати та дослідити особливості психоемоційних розладів у дружин учасників бойових дій, як результат посттравматичного стресового розладу чоловіків.

**Предмет дослідження.** Визначити особливості психоемоційних розладів у дружин учасників бойових дій.

**Об'єктом дослідження** є психоемоційні розлади у дружини учасників бойових дій.

### **Завдання:**

- Дати визначення стресу та психоемоційного розладу.
- Здійснити теоретичний огляд психоемоційних розладів.

- Розкрити механізми виникнення вторинних стресових розладів у дружин учасників бойових дій із ПТСР.
- Проаналізувати особливості психоемоційного стану у жінок із вторинним стресовим розладом.
- Обґрунтувати методологічні засади дослідження психоемоційного стану дружин учасників бойових дій із ПТСР.
- Охарактеризувати групові форми психологічної підтримки жінок, які опинилися у ситуації стресу: сутність, зміст.
- Обґрунтувати психокорекційну роботу з дружинами військових, які перебувають у ситуації стресу.
- Створити програму подолання посттравматичного порушення інтелектуального та емоційно-вольового розвитку серед дружин військовослужбовців.
- Дати оцінку ефективності психокорекційної роботи з дружинами військових.

**Методи дослідження.** У процесі роботи використовувались як загальнонаукові, так і спеціальні методи дослідження: – теоретичні: аналіз, синтез, класифікація та оглядовоаналітичний метод, вивчення наукової соціально-психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури з теми дослідження; системно-структурний аналіз нормативних документів; концептуально-порівняльний аналіз; – практичні: анкетне опитування, тренінг.

**Структура магістерської роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, трьох основних з висновками до них розділів, 5ти додаткових розділів, загального висновку та списку використаних джерел.

Обсяг роботи викладено на 112 сторінках, додатки - 6 сторінок, бібліографія – 11 сторінок.

## **ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ**

У **вступі** відзначена та обґрунтована актуальність дослідження, подано завдання які необхідно вирішити, визначена мета, предмет, об'єкт та методи дослідження.

У **першому розділі «Науково-методологічний аналіз психологічних досліджень стресових розладів»** проведений аналіз літературних джерел становлення поняття стресу в історичному аспекті, окреслено поняття стресу, зокрема різних його аспектів та складових.

Дана характеристика стресу, стресовим та психоемоційним розладам та окреслено значення цих розладів для здоров'я особистості. Розглянуто особливості психоемоційного стану у жінок із вторинним стресовими розладами.

Стрес – це нормальна реакція організму на ненормальні стимули. Стрес є психічною і фізичною реакцією на зовнішні та внутрішні подразники.

Довготривалий стрес може призвести до вичерпання адаптивних ресурсів організму, що в результаті сприяє появі патологічних реакцій, а також може стати причиною серйозних стресових розладів.

Психологічна проблематика дружин ветеранів війни (виражене емоційне і фізичне напруження, тривога, дратівливість, втома, безсоння, розгубленість тощо) обумовлена проявом наслідків вторинного травматичного стресу (ВТС) чи вторинної травматизації жінок, як представників найближчого кола спілкування з тими, хто безпосередньо зіткнувся з екстремальними подіями війни – їхніми чоловіками.

Розглянуто поняття ВТС, особливості прояву цього феномену у дружин демобілізованих.

Приділено увагу таким можливим негативним емоційним станам жінок як «втома від співчуття» та «вигорання», проаналізовано співвідношення цих понять із поняттям ВТС.

**Другий розділ «Експериментальна база та вибір методів дослідження»** містить аналіз особливостей порушення емоційної сфери у дружин атовців з невротичними та психосоматичними розладами.

У дослідженні використано комплекс теоретичних (теоретико-методологічний аналіз проблеми, систематизація наукових літературних джерел, порівняння та узагальнення даних), емпіричних (спостереження, стандартизоване інтерв'ю, психодіагностичний метод) методів.

Результати показали відмінності у рівнях прояву реактивної тривоги і особистісної тривожності, а також депресивної симптоматики за суб'єктивним та об'єктивним оцінюванням у групах дослідження. Для дослідження стану емоційної сфери було використано опитувальник «Шкала реактивної тривоги та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера (С. Spielberger), адаптована Ю. Ханіним та методичку «Шкала депресії А. Бека» (А. Beck).

Також у другому розділі здійснено порівняльний аналіз індивідуально-психологічних та поведінкових особливостей дружини атовців з невротичними та психосоматичними розладами та визначено специфіку поведінкових реакцій на стресові ситуації, співвідношення ставлення до свого «Я» та оточуючого середовища.

**У Третньому розділі «Психокорекційна робота з дружинами учасників бойових дій із ПТСР»** висвітлюються проблеми психокорекційної роботи з дружинами учасників бойових дій із ПТСР.

Слід виділити, що основою психотерапії особистості з посттравматичним стресовим розладом є інтеграція неприйнятного, жахливого і незбагненого, що з ним сталося, в його уявлення про себе (образ Я). У зв'язку з цим існують чотири наступних психотерапевтичних методів при стресових розладах та безпосередньо при ПТСР: раціональна психотерапія, стратегії психічної саморегуляції, когнітивна психотерапія, особисто-орієнтована терапія, позитивна терапія, групова терапія та логотерпія.

Саме тому освоєння навичок психоемоційної регуляції і ефективної комунікації є дуже корисними в кризові періоди життя сім'ї учасника бойових дій. Взавши на свої плечі велику частку відповідальності, жінка сама може потребувати підтримки, розуміння і психологічної допомоги. Варто знати, де і яким чином, за необхідності, цю допомогу можна отримати – для сім'ї, для ветерана, для дітей і особисто для себе.

Розглянуті у третьому розділі теми для спілкування психолога з дружинами ветеранів, відповідають потребам жінок у розумінні змін, що сталися з їхніми чоловіками, з ними самими і в сім'ї загалом, орієнтують на продуктивні стратегії виходу зі складних ситуацій, що можуть виникати в сім'ях демобілізованих військових. Обговорення цих питань сприяє формуванню якісної психотерапевтичної взаємодії з цією категорією жінок.

Таким чином, результати дослідження подолання посттравматичних порушень у дружин ветеранів війни засвідчили позитивні зміни у змісті її компонентів, що дає підстави стверджувати, що усі прийоми та засоби експериментального впливу виявилися адекватними до мети та основних завдань дисертаційного дослідження.

Отримані результати, за підсумками проведення формувального експерименту, дозволяють стверджувати, що програма подолання посттравматичного порушення інтелектуальної та емоційно-вольової сфери серед серед цих жінок є ефективною.

У четвертому розділі «Спеціальна частина» наведено показники якості психологічного дослідження.

В п'ятому розділі «Психолого-економічна доцільність наукового дослідження» підкреслюються серйозні економічні проблеми пов'язані зі браком фінансових та кадрових ресурсів у службах охорони психічного здоров'я.

В шостому розділі «Охорона праці та безпека в надзвичайних ситуаціях» висвітлені психофізіологічні фактори небезпек, які безпосередньо впливають на людину – на фізичні та фізіологічні процеси, працездатність, настроїв, продуктивність праці і її життєдіяльність у цілому.

В сьомому розділі «Екологія» характеризується вплив збройного конфлікту на території України, який створює реальну і потенційну небезпеку для населення і довкілля, забруднюючи навколишнє середовище небезпечними хімічними речовинами, зокрема важкими металами, підвищенням радіаційного фону, деградацією природних комплексів тощо.

У загальних висновках щодо дипломної роботи стисло викладені конкретні відповіді на всі завдання роботи, розкрито мету та доведено висунуту гіпотезу дослідження. Описано узагальнені результати експериментального дослідження. Запропоновано подальші напрямки дослідження даної тематики

В додатках до пояснювальної записки розміщено бланки анкет та методик які використовувались для проведення емпіричного дослідження.

## **ВИСНОВКИ**

Психологічна проблематика дружин ветеранів війни (виражене емоційне і фізичне напруження, тривога, дратівливість, втома, безсоння, розгубленість тощо) обумовлена проявом наслідків вторинного травматичного стресу (ВТС) чи вторинної травматизації жінок, як представників найближчого кола спілкування з тими, хто безпосередньо зіткнувся з екстремальними подіями війни – їхніми чоловіками. Розглянуто поняття ВТС, особливості прояву цього феномену у дружин демобілізованих. Приділено увагу таким можливим негативним емоційним станам жінок як «втома від співчуття» та «вигорання», проаналізовано співвідношення цих понять із поняттям ВТС.

Тривале спільне життя з чоловіком до його мобілізації і відсутність працевлаштування жінки, за дослідженнями зарубіжних психологів, є значущими факторами в прогнозуванні симптомів ВТС у дружин ветеранів. Огляд зарубіжних та вітчизняних досліджень дозволив виокремити напрямки психологічної допомоги жінкам означеної категорії щодо профілактики та подолання проявів вторинної травматизації. Дружини ветеранів потребують розуміння впливу бойового досвіду

на поведінку чоловіків та змін, що з ними сталися; важливо допомогти жінкам розширити спектр комунікативних умінь для оволодіння специфікою спілкування з демобілізованими. Важлива обізнаність жінок щодо власних симптомів прояву ВТС, допомога їм у формуванні навичок психоемоційної саморегуляції. Дружинам потрібна допомога у розвитку вміння турбуватися про себе, встановлювати емоційні межі для збереження власної ідентичності, спиратися на соціальну підтримку.

Практичне значення отриманих результатів полягає у тому, що матеріали проведеного дослідження стануть у нагоді для подальшого вивчення особливостей психоемоційних розладів у дружин учасників бойових дій. Розроблена у ході дослідження програма подолання посттравматичного порушення інтелектуального та емоційно-вольового розвитку серед дружин військовослужбовців може слугувати корисним інструментом практичної роботи та основою для проведення подібних тренінгів тренерами, фахівцями державних і недержавних установ соціальної сфери, викладачами та студентами спеціальності «053 Психологія», «231 Соціальна робота», «232 Соціальне забезпечення».

В ході дослідження було підтверджено робочу гіпотезу про те, що бойовий досвід чоловіків, посилене емоційне навантаження жінок під час очікування чоловіків з фронту та після їхньої демобілізації, психологічний статус ветерана (наявність проявів ПТСР, емоційно-поведінкові зміни), напруження та конфліктність у стосунках із чоловіком, складність адаптації жінок до психоемоційних і поведінкових змін ветеранів є стрес-чинниками вторинної травматизації у дружин ветеранів війни.

Підводячи підсумок нашій роботі, маємо зазначити, що гіпотеза дослідження підтверджена, мета досягнута, завдання виконані.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів окресленої проблеми. Перспективним напрямком наукових пошуків залишається поглиблений аналіз впливу різних особистісних, соціально-психологічних та соціальних факторів на схильність до вторинної травматизації у дружин учасників бойових дій.

## **СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ АВТОРОМ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ РОБОТИ**

1. Соченко Т.Ю., Моначин І.Л. ПТСР серед військовослужбовців та ветеранів війни в Україні / Т.Ю. Соченко, Моначин І.Л. Актуальні задачі сучасних технологій: зб. тез доповідей міжнар. наук.-техн. конф. Молодих учених та студентів, (Тернопіль, 27–28 листоп. 2019.) в 3-х томах / М-во освіти і науки України, Терн. націон. техн. ун-т ім. І. Пулюя [та ін]. – Тернопіль : ФОП Паляниця В. А., 2019 – Т. 3.

2. Sochenko T., Gabinska A. Effectiveness of PTSD treatments for military service members and veterans / Sochenko T., Gabinska A. // Psychosomatic Medicine and General Practice. – 2017. – Vol. 2. – No. 4. – DOI: 10.26766/PMGP.V2I4.73

## **АНОТАЦІЯ**

Соченко Т.Ю. Особливості психоемоційних розладів у дружин учасників бойових дій – Рукопис.

Магістерська робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр» за спеціальністю 053 – «Психологія» – Тернопільський національний технічний університет ім. І. Пулюя. – Тернопіль, 2019.

Психологічна проблематика дружин ветеранів війни (виражене емоційне і фізичне напруження, тривога, дратівливість, втома, безсоння, розгубленість тощо) обумовлена проявом наслідків вторинного травматичного стресу (ВТС) чи вторинної травматизації жінок, як представників найближчого кола спілкування з тими, хто безпосередньо зіткнувся з екстремальними подіями війни – їхніми чоловіками.

У роботі розглянуто поняття ВТС, особливості прояву цього феномену у дружин демобілізованих. Приділено увагу таким можливим негативним емоційним станам жінок як «втома від співчуття» та «вигорання», проаналізовано співвідношення цих понять із поняттям ВТС.

Окреслено коло стрес-чинників вторинної травматизації у дружин ветеранів війни: бойовий досвід чоловіків, посилене емоційне навантаження жінок під час очікування чоловіків з фронту та після їхньої демобілізації, психологічний статус ветерана (наявність проявів ПТСР, емоційно-поведінкові зміни), напруження та конфліктність у стосунках із чоловіком, складність адаптації жінок до психоемоційних і поведінкових змін ветеранів.

Отримані нами в ході експериментального дослідження результати сприятимуть подальшому вивченню особливостей психоемоційних розладів у дружин учасників бойових дій. Розроблена у ході дослідження програма подолання посттравматичного порушення інтелектуального та емоційно-вольового розвитку серед дружин військовослужбовців може слугувати корисним інструментом практичної роботи та основою для проведення подібних тренінгів тренерами, фахівцями державних і недержавних установ соціальної сфери, викладачами та студентами спеціальності «053 Психологія», «231 Соціальна робота», «232 Соціальне забезпечення».

**Ключові слова:** стрес, стресові розлади, психоемоційні розлади, ПТСР, вторинна травматизація, вигорання, втома від співчуття психокорекція.

## ANNOTATION

Sochenko T.Y. Specifics of psycho-emotional disorders among wives of military service members – the manuscript.

Master's thesis on obtaining an educational "Master" degree in specialty 053 – "Psychology" – Ternopil National Technical University named after. I. Puluj. – Ternopil, 2019.

Psychological problems among wives of war veterans (expressed emotional and physical stress, anxiety, irritability, fatigue, insomnia, confusion, etc.) due to the manifestation of the consequences of secondary traumatic stress (STS) or secondary traumatization of wives as a result of direct exposure to traumatic war events of their partners.

The concept of PTSD, manifestation specifics of this phenomenon among wives of military service members are considered in the thesis. The research emphasizes the following possible negative emotional states of women such as "compassion fatigue" and "burnout"; the correlation of above-mentioned states with STS is analyzed.



The study highlights the secondary traumatization stress-factors among wives of war veterans such as men's combat experience, increased emotional load of women during expectation of men from the war and after their demobilization, psychological status of veterans (presence of PTSD changes), the complexity of adaptation of women to psycho-emotional and behavioral changes of veterans.

The results obtained in the research will contribute to the further study of the specifics of psycho-emotional disorders among wives of military service members. The designed program on how to overcome post-traumatic impairment of intellectual and emotional-volitional development among wives of military service members can serve as a useful tool for a practical application and as the basis for similar trainings organized by coaches, specialists of governmental and non-governmental social institutions, professors and students specialized in "053 Psychology", "231 Social Work" and "232 Social Security".

**Key words:** stress, stress related disorders, psycho-emotional disorders, PTSD, secondary traumatization, burnout, compassion fatigue, psychocorrection.