

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

УДК 159.9.001.8

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).8

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІДЕНТИЧНОСТІ
РЯТУВАЛЬНИКІВ З ОЗНАКАМИ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ
СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ

Афанасьєва Наталя Євгенівна

д-р психол. наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1050-8495>

Анотація. У статті висвітлюються результати дослідження психологічних особливостей ідентичності рятувальників, які мають ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Ідентичність рятувальників формується на основі їхнього особистісного досвіду, самосприйняття в професії, оцінки власної компетентності, а також соціальної взаємодії в робочому колективі. Однак симптоми ПТСР можуть значно впливати на ідентичність рятувальників, призводити до її дестабілізації.

Серед ключових проблем, що виникають в результаті ПТСР, є відчуження від колег, сумніви щодо власної професійної здатності, а також загострене відчуття втрати контролю над життям і професійною діяльністю. ПТСР розвивається у осіб, які перенесли травмуючі події. Він спотворює протікання психічної діяльності особистості. До загальної симптоматики ПТСР відносять: скорочення життєвої перспективи, пролонговану активізацію бойового стресу, агресивність, конфліктність, соціальна дезадаптація, порушення соціальної та особистісної ідентичності. ПТСР є не тільки особистою проблемою рятувальника, але і актуальним суспільним питанням, оскільки його прояви, в тому числі, породжуються громадською думкою і ставленням населення до надзвичайних ситуацій.

Виявлено суттєві порушення в ідентичності рятувальників, які мають симптоми ПТСР. Це проявляється у таких ознаках, як емоційна поляризація, нестабільність самооцінки, втрата впевненості у власній компетентності та зниження мотивації до активної професійної діяльності. У статті підкреслюється, що травматичні переживання можуть призвести до втрати відчуття професійної ролі та відчуження від колективу, що негативно впливає на ефективність роботи та загальне психологічне благополуччя рятувальників. Своєчасні психологічні інтервенції можуть допомогти зберегти стабільність ідентичності рятувальників та зберегти професійне здоров'я.

Ключові слова: *посттравматичний стресовий розлад, ідентичність, рятувальники, психологічні особливості, професійна діяльність.*

Постановка проблеми. У сучасних умовах рятувальники Державної служби України з надзвичайних ситуацій стикаються з численними стресовими подіями, що виникають у процесі виконання професійних обов'язків, які пов'язані із ризиком для життя. Підвищений рівень стресу, посттравматичні стресові розлади (ПТСР) є актуальною проблемою для них, оскільки ці стани впливають не лише на їхню діяльність, але й на ідентичність, яка формується під впливом специфічних професійних обов'язків і пережитих травматичних ситуацій. Дослідження психологічних особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР сприяє визначенню механізмів адаптації до травматичних подій, а також розробці ефективних технологій психологічних інтервенцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Професійна діяльність рятувальників характеризується тривалою дією значної кількості психотравмуючих чинників, що визначає високі вимоги до психічних властивостей особистості та психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах [1; 8].

Ідентичність є динамічним утворенням, вона може змінюватися під впливом різних зовнішніх і внутрішніх чинників, таких як зміни

в професійних обов'язках, особистісний розвиток або пережиті стресові події. У контексті діяльності рятувальників, ідентичність пов'язана із відповідальністю за життя інших людей, готовністю діяти в екстремальних ситуаціях і високим рівнем самовіддачі. Травматичні події, з якими стикаються рятувальники, можуть істотно впливати на їхнє самосприйняття, формуючи або послаблюючи ідентичність [5].

Ми розглядаємо ідентичність рятувальників як динамічне психологічне утворення, результат поступової професійної ідентифікації та самоідентифікації, основу якого складають: професійний вибір; психологічна готовність до професійної діяльності; усвідомлена приналежність до певної професії та професійної спільноти; професійна фахова підготовка [2].

Дослідженнями протікання і механізмів посттравматичного стресового розладу та гострих стресових реакцій займаються такі українські психологи, як С. Васильєв, І. Ващенко, Д. Зубовський, О. Корольчук, І. Слюсар, О. Хміляр і багато інших, роботи яких свідчать про наявність у працівників, що мають досвід діяльності в екстремальних умовах, ознак психосоматичних захворювань і нервово-психічних розладів [4; 6; 7].

Вплив ПТСР на ідентичність є комплексним і часто пов'язаний із змінами у сприйнятті себе як професіонала. У рятувальників ПТСР може призвести до серйозних порушень у сприйнятті себе та своїх професійних ролей. Відновлення ідентичності вимагає підтримки з боку колег, керівництва, а також фахівців-психологів, які допоможуть адаптуватися до нових умов і знайти нові сенси у професійній діяльності [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. На теперішній час бракує глибокого аналізу психологічних особливостей формування та змін ідентичності рятувальників, які працюють в екстремальних умовах війни. Вивчення психологічних механізмів трансформації ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР дозволить не тільки поглибити наукове розуміння проблеми, але й сприятиме розробці більш ефективних психологічних інтервенцій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метою дослідження є визначення особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР. У дослідженні брали участь рятувальники-пожежні м. Харкова, віком від 22 до 40 років, кількістю 64 особи.

Відповідно до мети та завдань дослідження було використано такі психодіагностичні методики: для визначення вираженості симптомів ПТСР – «Шкала клінічної діагностики ПТСР» (CAPS) розроблена під керівництвом Д. Кілпатріка; для дослідження ідентичності – «Тест двадцяти висловлювань» (М. Куна, Т. Макпартленд). Для математичної і статистичної обробки результатів – t-критерій Стюдента, ф-критерій Фішера. Результати дослідження рівня вираженості симптомів ПТСР у рятувальників представлені в таблиці 1.

Таблиця 1 - Показники вираженості симптомів ПТСР у рятувальників (бали)

Показники	F (інтенсивність симптомів)	I (частота симптомів)	T (загальний бал)
M±SD	19,35±6,7	22,0±6,5	34,8±8,3

Спираючись на отримані результати, досліджувані були розділені на дві групи: до 1-ої увійшли рятувальники, що мають виражені симптоми ПТСР, кількістю

21 особа; до 2-ої – рятувальники, які не мають симптомів ПТСР, кількістю 43 особи. По групах результати розподілилися таким чином (див. таблицю 2).

Таблиця 2 - Середні значення показників CAPS у рятувальників (бали)

Показники	1 група	2 група	t	p-рівень
F	27,4±5,2	11,3±8,3	4,1	≤0,001
I	29,8±7,7	14,2±5,6	3,9	≤0,001
T	46,9±9,1	22,7±7,4	7,7	≤0,001

Було виділено групу рятувальників з вираженими симптомами ПТСР, які проявляються нав'язливим відтворенням в свідомості психотравмуючої події, що повторюється. Пережитий ними стрес перевищує той, який вони відчували у момент власно травмуючої події, і часто є надзвичайно інтенсивним переживанням, що викликає думки про суїцид з метою припинити напад. Також вони скаржаться на кошмарні сни, що повторюються, та флешбеки. При цьому вони посилено уникають думок, відчуттів або розмов, пов'язаних з травмою, а також дій, місць або людей, які ініціюють ці спогади. У деяких спостерігається психогенна амнезія, коли людина не здатна відтворити в пам'яті психотравмуючу подію в подробицях.

Має місце також пильність і стан постійного очікування загрози. Стан так само ускладнюється соматичними розладами і захворюваннями — в основному з боку нервової, серцево-судинної, травної і ендокринної систем. Також спостерігається зміна емоційності, досліджувані з ПТСР реагують на події сильними емоціями, але набір цих емоцій обмежений, інші почуття пригнічуються.

Для дослідження змістовних характеристик соціальної ідентичності особистості використано «Тест двадцяти висловлювань» М. Куна, Т. Макпартленда.

Аналіз і інтерпретація результатів здійснювалися за класичною схемою, запропонованою авторами методики (таблиці 3, 4).

Таблиця 3 - Змістовні характеристики ідентичності рятувальників(%)

Характеристики		1 група	2 група	φ	p-рівень
Самооцінка	Завищена	25,7	31,3	0,46	>0,05
	Занижена	33,9	24,4	0,78	>0,05
	Нестійка	40,4	44,3	0,32	>0,05
Тип особистості	Емоційно-полярний	48,6	24,7	1,96	≤0,05
	Врівноважений	20,4	38,5	1,48	>0,05
	Той, хто має сумнів	31,0	36,8	0,47	>0,05

Характеристики		1 група	2 група	φ	p-рівень
Гендерна ідентичність	Є	89,6	92,5	0,24	>0,05
	Немає	10,4	7,5	0,24	>0,05
Рефлексія	Є	32,5	34,6	0,17	>0,05
	Немає	67,5	65,4	0,17	>0,05
Часовий аспект ідентичності	Минуле	39,4	39,4	0	>0,05
	Теперішнє	23,6	38,9	1,25	>0,05
	Майбутнє	37,0	21,7	1,25	>0,05
Співвідношення соц. ролей і індивід. характеристик	Гармонійне	22,6	36,6	1,15	>0,05
	Переваж. соц-х	59,0	41,2	1,46	>0,05
	Переваж. інд-х	18,4	22,2	0,31	>0,05
Сфери життя, в яких представлені характеристики	Сім'я	31,9	20,3	0,95	>0,05
	Робота	31,7	35,6	0,32	>0,05
	Навчання	2,8	4,7	0,16	>0,05
	Дозвілля	11,3	15,3	0,33	>0,05
	Особистісні відносини	16,8	19,5	0,22	>0,05
	Відпочинок	5,5	4,6	0,07	>0,05
Фізична ідентичність	Є	13,4	17,3	0,32	>0,05
	Немає	86,6	82,7	0,32	>0,05
Психолінгвістичні	< Іменники	63,1	59,6	0,29	>0,05
	< Прикметники	22,7	16,9	0,48	>0,05
	< Дієслова	13,2	33,5	0,64	≤0,05
Валентність ідентичності	Негативна	31,6	20,4	0,92	>0,05
	Нейтральна	36,8	38,7	0,16	>0,05
	Позитивна	10,2	12,6	0,20	>0,05
	Завищена	21,4	28,3	0,57	>0,05

Таблиця 4 - Показники ідентифікаційних характеристик рятувальників (%)

Характеристики	1 група	2 група	φ	p-рівень
«Соціальне Я»	51,6	37,4	1,16	>0,05
«Комунікативне Я»	22,3	19,7	0,21	>0,05
«Матеріальне Я»	11,2	13,9	0,22	>0,05
Фізичне Я»	13,4	17,3	0,32	>0,05
«Діяльнісне Я»	3,7	23,5	1,64	≤0,05
«Перспективне Я»	19,8	45,4	2,09	≤0,05
«Рефлексивне Я»	27,3	30,6	0,27	>0,05
Проблемна ідентичність	36,8	15,1	1,78	≤0,05
Ситуативний стан	21,5	16,0	0,45	>0,05

Аналіз змістовних характеристик ідентичності досліджуваних показав, що серед рятувальників із симптомами ПТСР переважає емоційно-полярний тип особистості (відмінності статистично значущі на $p \leq 0,05$ рівні за критерієм Фішера) в порівнянні з рятувальниками без симптомів ПТСР.

Для людей цього типу характерні емоційність, імпульсивність, категоричність в оцінках; відносини з іншими людьми залежать від симпатій/антипатій.

В оцінках себе застосовуються тільки полярні характеристики.

Також виявлено статистично значущі відмінності в частоті застосування дієслівних форм в описі власних характеристик ($p \leq 0,05$), частіше застосовуються рятувальниками без симптомів ПТСР і майже ніколи рятувальниками, які мають симптоми ПТСР. Це означає, що рятувальники без симптомів ПТСР більш схильні до активних, самостійних дій. За іншими характеристиками статистично значущих відмінностей в показниках досліджуваних не виявлено.

У всіх досліджуваних рятувальників переважає нестійка самооцінка, тобто в деяких випадках вони неадекватно завищують власні можливості, здібності і досягнення, а в деяких – навпаки, занижують. Таке ставлення до себе може свідчити про порушення особистісної та професійної ідентичності та самовідношення.

У всіх досліджуваних рятувальників виявлено виражену

гендерну ідентичність, всі вони є цисгендерними. При цьому недостатньо розвиненою є рефлексія, тобто спрямованість свідомості людини на своє (чи іншої людини) мислення і поведінку, набуті знання та скоєні вчинки, розуміння і аналіз власних думок, почуттів і мотивів. Нерозвиненість рефлексії породжує нерозуміння, як себе, так і інших людей, провокує конфлікти і непродуктивні міжособистісні взаємини, є показником порушення ідентичності.

Досліджувані рятувальники більшою мірою орієнтовані в минуле і в майбутнє, а не в сьогодення. Це свідчить про недостатню часову інтегрованість особистості. Їм властиві незадоволеність поточними подіями, недостатня реалізованість у сучасному, прагнення повернутися в минуле або через його більшу привабливість, або через недостатню пропрацьованість травматичного досвіду.

У досліджуваних рятувальників переважають соціальні характеристики над індивідуальними, що свідчить про переважання соціальної ідентичності, в тому числі – професійної, над особистісною, вказує на невпевненість у собі, схильність до самозахисних реакцій і поведінки, відмову від саморозкриття. Серед сфер життя, в яких представлені ідентифікаційні характеристики, практично відсутні сфери навчання, відпочинку і особистих відносин. Недостатньо представлені характеристики фізичної ідентичності, яка свідчить

про усвідомлення особистістю внутрішнього світу. Усвідомлення і прийняття власного тіла є одним з важливих показників самосвідомості людини, яке тісно пов'язане з рефлексією, усвідомленням емоційних переживань і тілесних відчуттів, потреб тіла. Для рятувальників фізична ідентичність є вкрай важливою, а її порушення є проявом відчуження. Показники валентності ідентичності досліджуваних вказують на неадаптивний стан ідентичності. Вони пов'язані з імпульсивністю, непостійністю, тривожністю, депресивністю, чутливістю, невпевненістю, стриманістю тощо.

Висновки і перспективи

подальших розвідок у даному напрямку. Дослідження особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР показало наявність суттєвих порушень як соціальної, так і особистісної ідентичності, які пов'язані із пережитими травматичними подіями.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку охоплюють кілька важливих аспектів: необхідно дослідити ПТСР на професійну ідентичність рятувальників, враховуючи різні етапи розвитку цього стану та його тривалість; розробка та апробація нових методик психологічної підтримки та реабілітації рятувальників із ПТСР.

Список літератури

1. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка. Харків : ФОП Мезіна В.В., 2017. 512 с.
2. Афанасьєва Н. Є., Маклакова С. С. Професійна ідентичність рятувальників України. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 4. С. 191–196.
3. Бабелюк О. В., Гоцуляк Н. Є. Психологічна служба рятувальних підрозділів : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2021. 204 с.
4. Васильєв С. П., Зубовський Д. С. Психодіагностика посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. Український психологічний журнал. 2016. № 1. С. 6–16.
5. Вересова В. Д., Абаніна Г. В. Проблема професійної ідентичності в контексті феномену психологічного благополуччя. Актуальні питання сучасної науки та практики: матеріали науково-практичної конференції, м. Київ, 15 листопада 2018 р. Київ, 2018. С. 499–501.
6. Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розділ як новий виклик сучасній Україні. Державне управління. Інвестиції: практика та досвід. 2016. № 17. С. 104–111.
7. Назар Ю. О. Посттравматичне зростання в контексті моделей благополуччя особистості. Габітус. 2023. Вип. 48. С. 125–131.

8. Назаров О. Психологія діяльності рятувальника: зміст та проблеми для обговорення. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2022. №2(4). С. 30–38.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE IDENTITY OF RESCUERS WITH SIGNS OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

Afanasieva Natalia

***Abstract.** The article highlights the results of a study on the psychological characteristics of the identity of rescuers who show signs of post-traumatic stress disorder (PTSD). The identity of rescuers is formed based on their personal experience, self-perception in the profession, assessment of their competence, as well as social interaction in the work collective. However, PTSD symptoms can significantly affect the identity of rescuers, leading to its destabilization. Among the key issues that arise as a result of PTSD are alienation from colleagues, doubts about their professional capabilities, as well as an acute sense of loss of control over their life and professional activities.*

PTSD develops in individuals who have experienced traumatic events. It distorts the course of a person's mental activity. The general symptoms of PTSD include a shortened life perspective, prolonged activation of combat stress, aggressiveness, conflict-proneness, social maladaptation, and disruptions in social and personal identity. PTSD is not only a personal issue for the rescuer but also a pressing societal concern, as its manifestations are, in part, generated by public opinion and the population's attitude toward emergency situations.

Significant identity disruptions have been identified in rescuers who display PTSD symptoms. These are manifested in emotional polarization, instability of self-esteem, loss of confidence in their competence, and reduced motivation for active professional activity. The article emphasizes that traumatic experiences can lead to a loss of professional role identity and alienation from the team, which negatively affects work efficiency and the overall psychological well-being of rescuers. Timely psychological interventions can help maintain the stability of rescuers' identity and preserve their professional health.

***Keywords:** post-traumatic stress disorder, identity, rescuers, psychological characteristics, professional activity.*

References

1. Aktualni doslidzhennia v suchasni vitchyzniani ekstremalnii ta kryzovii psykholohii [Current research in modern domestic extreme and crisis psychology] : monohrafiia / za zah. red. V. P. Sadkovoho, O. V. Timchenka. Kharkiv : FOP Mezina V.V., 2017. 512 s.
2. Afanasieva N. Ye., Maklakova S. S. Profesiina identychnist riatuvnykiv Ukrainy [Professional identity of rescuers of Ukraine]. Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii. 2018. № 4. S. 191–196.

3. Babeliuk O. V., Hotsuliak N. Ye. Psykholohichna sluzhba riativalnykh pidrozdiliv [Psychological service of rescue units] : navchalno-metodychnyi posibnyk. Kamianets-Podilskyi : TOV «Drukarnia «Ruta», 2021. 204 s.
4. Vasyliev S. P., Zubovskyi D. S. Psykhodiahnostyka posttravmatychnoho stresovoho rozladu u viiskovosluzhbovtziv [Psychodiagnosis of post-traumatic stress disorder in military personnel]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*. 2016. № 1. S. 6–16.
5. Veresova V. D., Abanina H. V. Problema profesiinoi identychnosti v konteksti fenomenu psykholohichnoho blahopoluchchia [The problem of professional identity in the context of the phenomenon of psychological well-being]. *Aktualni pytannia suchasnoi nauky ta praktyky: materialy naukovo-praktychnoi konferentsii, m. Kyiv, 15 lystopada 2018 r. Kyiv, 2018. S. 499–501.*
6. Korolchuk O. L. Posttravmatychnyi stresovyi rozdil yak novyi vyklyk suchasni Ukraini [Post-traumatic stress disorder as a new challenge for modern Ukraine]. *Derzhavne upravlinnia. Investytsii: praktyka ta dosvid*. 2016. № 17. S. 104–111.
7. Nazar Yu. O. Posttravmatyчне zrostannia v konteksti modelei blahopoluchchia osobystosti [Posttraumatic growth in the context of models of personal well-being]. *Habitus*. 2023. Vyp. 48. S. 125–131.
8. Nazarov O. Psykholohiia diialnosti riativalnyka: zmist ta problemy dlia obhovorennia [Psychology of lifeguard activity: content and issues for discussion]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. 2022. №2(4). S. 30–38.