

Топчий Д. О.,

*аспірант кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

Науковий керівник: Дробот О. В.,

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

СУТНІСНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ

В сучасних воєнних умовах проблематика травматичного досвіду особистості набуває все більшою актуальності, оскільки дане психологічне явище стає дедалі розповсюдженим. Крім цього, протягом останніх років в сфері психопатології відбулася кодифікація різноманітних соціальних явищ, сформованих у окрему галузь психотравматизму, в межах якої об'єднуються різні думки не лише науковців психологічного напрямку, а й спеціалістів з інших сфер. В основі травматичного досвіду лежить поняття «травма», яке в наукових джерелах немає одностайного розуміння, оскільки науковці по-різному трактують сутність даного поняття, зокрема в контексті певних екстремальних обставин, зокрема воєнні дії, насильство, рабство, теракти тощо. Тому, вважаємо за доцільним систематизувати матеріал з вивчення травматичного досвіду особистості та навести авторське визначення даного поняття.

За визначенням В.Б. Шапаря, травматичний досвід – це система зовнішніх відносно суб'єкта умов, що спонукають і опосередковують його специфічну емоційно забарвлену активність [6]. Н.П Панчук, аналізуючи погляди вчених на травматичний досвід особистості, визначає його як об'єктивну сукупність елементів (подій, умов, обставин і т. д.), які створюють стимулюючий, зумовлюючий і корегувальний вплив на суб'єкта, тобто детермінують його активність та одночасно задають просторово-часові обмеження реалізації [3].

Поняття «травматичний досвід» складається з двох понять – травма і досвід. У попередніх статтях ми розглянули еволюцію поняття травми з доби античності, стадію його концептуальної артикуляції, починаючи з другої половини XIX ст. і первинної диференціації та термінологічного становлення в різних наукових дискурсах на початку XX ст. і до утвердження в кінці XX ст. травматичних студій як самостійного міждисциплінарного напрямку наукового знання. Тож травматичний досвід – це складне багатозначне, полівалентне, динамічне, гетерогенне та гібридне поняття з розмитими смисловими контурами, різномірністю

підходів і класифікацій, які значною мірою залежні від розуміння травми, що зумовлює його дискусійний характер і термінологічну невизначеність [1].

Такий досвід по-різному може впливати на людину залежно від засобу його засвоєння (чуттєвого, інтуїтивного, раціонального чи ірраціонального), а також залежно від настанов інших учасників, що посилюють або послаблюють цей пережитий досвід (завдяки ігровим, комунікативним, навчальним або виробничим відносинам). За В. А. Роменцем, травматичний досвід водночас залежить і не залежить від людини. У психологічному контексті травматична ситуація та травматичний досвід може розглядатися як:

1. зовнішнє середовище, оточення, обставини, об'єктивні умови, у які доля занурила людину і які протистоять їй у своєму автономному бутті;

2. суб'єктивні обставини, що становлять внутрішній світ життя людини; 3. процес і результат трансценденції людини за межі об'єктивних і суб'єктивних обставин і перетворення їх на умови розгортання вчинку [4].

Об'єктивно незалежним боком цього є світ, який існує сам по собі, ще не освоєний людиною, але який передчувається у суперечностях, а залежний бік становить сукупність людських пристрасей. Така дуалістичність, як суттєва визначеність травматичної ситуації та травматичного досвіду, становить їхню сутність, а сама травматична ситуація набуває характеру колізії та становить вихідний пункт дії. У цьому розумінні, виходячи з методології В. А. Роменця, травматичний досвід можна тлумачити як компонент вчинку. У розробленій вченим структурі вчинку ситуація є першою ланкою, яка тягне за собою інші ланки – мотивацію, дію та післядію (рефлексію). Окрім з'ясування психологічної природи ситуації, В. А. Роменець приділяв значну увагу диференціації ситуацій і запропонував одну з можливих схем їх класифікації [2].

Аналіз та систематизація наукових досліджень щодо психотравмувальних подій, психологічної травми, стресу, кризи та травматичного досвіду дозволили зробити такі висновки:

1) травматичні події виходять за межі попереднього звичайного досвіду людини раптовістю і руйнівною силою, загрозою смерті й серйозного тілесного ушкодження; надмірне психологічне напруження та подальші негативні переживання (які не можуть бути подолані самостійно) викликають стійкі зміни стану і поведінки, що призводить до психологічної травми;

2) психологічна травма створює постраждалим особам труднощі для узгодженої роботи й інтеграції різних особистісних структур (ідентичності, когнітивної, афективної, емоційної, смислової, поведінкової), системи пам'яті, системи соціальних відносин і зв'язків

(міжособистісні відносини, соціальні статуси), уявлень про себе і навколишній світ;

3) травматичні події впливають на якість міжособистісних відносин і систему соціальних зв'язків особистості; особливості індивідуальної системи уявлень про світ і про себе;

4) травматичний досвід – це наслідки пережитої психологічної травми, що спричинили стійкі зміни стану і поведінки особистості;

5) травматичний досвід розуміється як посттравматичне зростання, має специфічну форму індивідуального розвитку, здійснюваного через реалізацію зусиль з інтеграції психотравми та її наслідків в узгоджений і безперервний особистісний досвід [5].

Таким чином, на нашу думку під поняттям «травматичний досвід» слід розуміти своєрідний комплекс зовнішніх умов стосовно суб'єктів, що змушують та опосередковують їх особливу активність відносно визначення цілей, сенсів життєдіяльності і реалізації найважливіших мотивів. В процесі дослідження поняття «травматичний досвід» чи «травматична ситуація», науковці визначають яким чином вони відрізняються, за допомогою емпіричних методів вишукують їх відмінності, що в результаті дає їм можливість оцінити сутність травматичного досвіду як такого.

Список використаних джерел:

1. Копієвська О.Р. Еволюція поняття «травматичний досвід»: культурологічний аспект. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв*. 2024. № 3. С. 3-13.

2. Нерубаська А.О., Нестеренко А.С., Соловійова І.О. Теоретичний аналіз поняття «травматичний досвід». *Габітус*. 2024. Випуск 60. С. 164-167.

3. Панчук Н.П. Ціннісні орієнтації як основа вибору життєвих цілей у процесі професіоналізації. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 18. С. 624-633.

4. Роменець В.А. Психологія творчості : навчальний посібник. Київ: Либідь, 2001. 288 с.

5. Сандал О.С. Психотравмувальні дії як чинник травматичного досвіду особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2021. Випуск 2. С. 49-62.

6. Шапар В.Б. Психологічний тлумачний словник. Харків : Прапор, 2004. 640 с.