

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ  
КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ ТА  
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

# КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему

*“Особистісні особливості прояву  
посттравматичного зростання внутрішньо  
переміщених осіб”*

Виконав: здобувач 2 курсу,  
групи ПС-22м  
Спеціальності 053 Психологія  
Горлова Ю.В.  
Керівник: Грисенко Н.В.,  
канд. психол. наук

м. Дніпро  
2024

**АНОТАЦІЯ**  
**кваліфікаційної роботи**  
**Горлової Юлії**  
**на тему:**  
**«Особистісні особливості прояву посттравматичного зростання**  
**внутрішньо переміщених осіб»**

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності «Психологія» (у форматі Магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі особистісних особливостей прояву посттравматичного зростання внутрішньо переміщених осіб.

В роботі проаналізовано поняття травматичної події як події зовнішньої (об'єктивної) реальності, або як елементу внутрішньої (суб'єктивної) реальності, або як утворення, однаково властиве особистості і зовнішньому світу, психологічної травми як афективного реагування та переживання конкретної людини складних життєвих ситуацій та травматичних подій, травматизації як результату загрозливого впливу на психіку та тіло людини події або ситуації, що призводять до виникнення відчуття безпорадності та відсутності ресурсів для її подолання. Визначено, що російсько-українська війна охоплює всі можливі ознаки травматизації, її вплив є тривалим у часі, непередбачуваним за поширеністю та інтенсивністю. Окрім ризиків безпосередньо фізичного ушкодження та загрози життю, переважна більшість населення України зазнає множинних і хронічних психологічних травм, зокрема через раптову та часто масову втрату ресурсів, що потенційно посилюється з часом.

Проаналізовано поняття вторинної травми та ретравматизації як такого феномену переживання події, про яку є фрагментарна інформація, а складові, що відсутні, «домальовує» лімбічна система у вигляді фантазійних, ілюзорних уявлень, що приймаються свідомістю за справжні. Внутрішня візуалізація події набагато яскравіше, страшніше, ніж процес проживання самої події, адже подія закінчилася, а в уяві може тривати скільки завгодно, поповнюючись все новими фрагментами, що здійснюють ще більш руйнівний вплив на психіку. На основі чого зроблено припущення, що внутрішньо переміщені особи зазнають вплив подвійної травматизації, з одного боку, в них є власний досвід війни через знаходження на прифронтових або окупованих територіях, через що виникла потреба внутрішнього переміщення, з іншого – знаходячись навіть у порівняно безпечних регіонах, вони продовжують постійно слідкувати за подіями у їх рідних місцях через новини або розподвіді знайомих, зазнаючи впливу ретравматизації. Тому, ім властивий більш високий рівень тривоги, незважаючи на те, що вони можуть вже не відчувати безпосередньої фізичної небезпеки або загрози життю.

Визначено феномен посттравматичного зростання та проаналізовано основні його прояви як позитивних змін, що найчастіше згадуються у сфері власного Я, змін взаємин з іншими та змін життєвої філософії людини після переживання травмуючої події. Проаналізовані основні чинники посттравматичного

особистісного зростання як соціально-демографічні характеристики, соціально-економічний статус, релігійні аспекти та індивідуально-психологічні характеристики.

За результатами емпіричного дослідження було виявлено, що майже третина досліджуваних мають високий рівень прояву посттравматичного зростання і хоча травматична подія ще не завершилася, вони трактують її для себе як частину власного досвіду буття. При цьому майже половина, а саме 49% досліджуваних мають середній рівень прояву посттравматичного зростання і, відповідно, 22% - низький рівень. Аналіз прояву окремих складових посттравматичного зростання показав, що найвищий високий рівень у досліджуваних спостерігається за шкалою підвищення цінності життя, що характеризується суттєві змінами життєвих пріоритетів, появою усвідомленого прагнення цінувати кожен прожитий день і намагатися зробити його більш змістовним. А найнижчі рівні прояву були виявлені за показником духовних змін. Так, половина досліджуваних, а саме 51% мають низький рівень прояву і відповідно третина – середній за цією шкалою.

За показниками тривожності у внутрішньо переміщених осіб було виявлено, що переважна частина вибірки мають високі рівні прояву ситуативної та особистісної тривожності, а саме відчують переживання напруги, хвилювання, занепокоєння або нервозності безпосередньо не тільки у ситуації загрози. Тому ці відчуття мають вже стабільний прояв та закріплені, як певні особистісні риси.

За результатами статистичного аналізу можна констатувати наявність певних особистісних характеристик прояву посттравматичного зростання внутрішньо переміщених осіб. Провідними особистісними рисами, що обумовлюють прояв зростання, визначено емоційну стійкість, сміливість та рівень впевненості у собі. Серед найменш значущих визначені такі особистісні характеристики, як стриманість та дипломатичність.

**Ключові слова:** травма, ретравматизація, посттравматичний стресовий розлад, посттравматичне зростання, внутрішньо переміщені особи, особистісні характеристики.

## **SUMMARY**

### **Problems of Social and Professional Self-Realization of Women after Maternity Leave**

The qualification work of the 2nd-year applicant, majoring in "Psychology" (in Master's format) Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work is devoted to the problem of personal characteristics of the manifestation of post-traumatic growth of internally displaced persons.

The work analyzes the concept of a traumatic event as an event of external (objective) reality, or as an element of internal (subjective) reality, or as a formation that is equally characteristic of the individual and the external world, psychological trauma as an affective response and experience of a specific person in difficult life situations and traumatic events, traumatization as a result of a threatening effect on the human psyche and body of an event or situation that leads to a feeling of helplessness and a lack of resources to overcome it. It was determined that the Russian-Ukrainian war covers all possible signs of traumatization, its impact is long-lasting, unpredictable in terms of prevalence and intensity. In addition to the risks of direct physical harm and threats to life, the vast majority of the population of Ukraine suffers multiple and chronic psychological traumas, in particular due to the sudden and often massive loss of resources, which potentially worsens over time.

The concept of secondary trauma and retraumatization is analyzed as such a phenomenon of experiencing an event about which there is fragmentary information, and the missing components are "drawn" by the limbic system in the form of fantasy, illusory representations that are accepted by consciousness as real. The internal visualization of the event is much brighter, scarier than the process of living the event itself, because the event is over, and in the imagination it can last as long as you want, being replenished with new fragments that have an even more destructive effect on the psyche. On the basis of this, it is assumed that internally displaced persons are affected by a double trauma, on the one hand, they have their own experience of war due to being on the frontline or occupied territories, which led to the need for internal displacement, on the other hand, even in relatively safe regions, they continue to constantly follow the events in their native places through the news or stories of acquaintances, experiencing the surprise of retraumatization. Therefore, they are characterized by a higher level of anxiety, despite the fact that they may no longer feel immediate physical danger or a threat to life.

The phenomenon of post-traumatic growth is defined and its main manifestations are analyzed as positive changes that are most often mentioned in the sphere of one's own self, changes in relationships with others and changes in a person's life philosophy after experiencing a traumatic event. The main factors of post-traumatic personal growth are analyzed as socio-demographic characteristics, socio-economic status, religious aspects and individual psychological characteristics.

According to the results of the empirical study, it was found that almost a third of the subjects have a high level of manifestation of post-traumatic growth and although the traumatic event has not yet ended, they interpret it for themselves as a part of their own experience of being. At the same time, almost half, namely 49% of the researched have

an average level of manifestation of post-traumatic growth and, accordingly, 22% - a low level. The analysis of the manifestation of individual components of post-traumatic growth showed that the highest high level in the subjects was observed on the scale of increasing the value of life, which is characterized by significant changes in life priorities, the emergence of a conscious desire to value each lived day and try to make it more meaningful. And the lowest levels of manifestation were detected by the indicator of spiritual changes. Thus, half of the subjects, namely 51%, have a low level of manifestation and, accordingly, a third – average according to this scale.

According to the indicators of anxiety in internally displaced persons, it was found that the majority of the sample have high levels of situational and personal anxiety, namely, they experience tension, excitement, anxiety or nervousness directly not only in a threat situation, but also have stable manifestations and already established as a certain personal trait.

According to the results of the statistical analysis, it is possible to ascertain the presence of certain personal characteristics of the manifestation of post-traumatic growth of internally displaced persons. Emotional stability, courage and level of self-confidence are defined as the leading personal traits that determine the manifestation of growth. Personal characteristics such as restraint and diplomacy were identified as the least significant.

Key words: trauma, retraumatization. post-traumatic stress disorder, post-traumatic growth, internally displaced persons, personal characteristics.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ СТАН ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ .....	8
1.1. Поняття психологічної травми в сучасній науці .....	8
1.2. Посттравматичне особистісне зростання як феномен .....	18
1.3. Теорії та підходи до розуміння посттравматичного особистісного зростання .....	25
Висновки до першого розділу .....	32
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ .....	34
2.1. Методологічне обґрунтування гіпотез дослідження .....	34
2.2. Підбір методичного інструментарію до емпіричного дослідження .....	38
Висновки до другого розділу .....	45
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ .....	46
3.1. Цілі, завдання та організація емпіричного дослідження .....	46
3.2. Результати емпіричного дослідження .....	49
Висновки до третього розділу .....	61
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	67
ДОДАТКИ	