

УДК 159.923.5

Анализ показателей динамики смысложизненных стратегий личности в условиях внутреннего вооруженного конфликта и постконфликтный период

Евгения Н. Рядинская

Донбасская аграрная академия, г. Макеевка, Донецкая народная республика

E-mail: muchalola@mail.ru

ORCID ID: <http://orcid.org/0000-0002-9924-881X>

Аннотация

В статье представлен анализ показателей динамики смысложизненных стратегий личности в условиях внутреннего вооруженного конфликта и постконфликтный период. В разделе **Введение** рассмотрены теоретические подходы к определению вооруженного конфликта и состояний личности, попавшей в экстремальные условия. Автор анализирует результаты, полученные в ходе реализации первых этапов эмпирического исследования, проведенного путем апробации программы по формированию смысложизненных стратегий личности в условиях внутреннего конфликта и постконфликтный период. Основной целью программы является реформатирование смысложизненных стратегий регрессивной направленности у личности, переживающей стресс, в прогрессивную. Для оценки эффективности программы проведен сравнительный анализ динамики выраженности показателей смысложизненных стратегий у респондентов до и после проведения программы по формированию смысложизненных стратегий. В разделе **Методы** дается краткое описание диагностического аппарата. Были использованы следующие методики: методика САН (самочувствие-активность-настроение); опросник депрессивности А. Бека; методика экспресс-диагностики уровня социальной изолированности личности Д. Рассела, М. Фергюссона; морфологический тест жизненных ценностей МТЖЦ В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиной; тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева; шкала базовых убеждений (World Assumption Scale – WAS). В разделе **Результаты** автор анализирует экспериментальные результаты, в ходе которых определено, что в процессе участия в программе наметилась тенденция к позитивным трансформациям в структуре жизненных смыслов респондентов, изменились показатели самооценки их физического состояния, уровня депрессивности и социальной изолированности, выраженности основных ценностей, смысложизненных ориентаций. В разделе **Обсуждение результатов** сделан вывод о том, что данные изменения незначительны и требуют более

ПСИХОЛОГИЯ

длительного коррекционного периода в постконфликтный период, с применением административного ресурса региона. Новизна исследования заключается в том, что впервые исследованы трансформации смысловожизненных стратегий у гражданского населения в период вооруженного противостояния, разработана и внедрена программа по формированию конструктивных смысловожизненных стратегий у населения в условиях внутреннего вооруженного конфликта.

Ключевые слова

смысловожизненные стратегии, программа формирования стратегий, внутренний вооруженный конфликт, постконфликтный период, гражданское население

Analysis of indicators of the dynamics of life-meaning strategies of the individual in conditions of an internal armed conflict and in the post-conflict period

Yevgeniya N. Ryadinskaya

Donbass Agrarian Academy, Makeyevka, Donetsk people's republic

E-mail: muchalola@mail.ru

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9924-881X>

Abstract

The article presents an analysis of the indicators of the dynamics of the life-sense strategies of an individual in conditions of an internal armed conflict and in the post-conflict period. Considered in the **Introduction** section are theoretical approaches to the definition of an armed conflict and the state of a person in extreme conditions. The author analyzes the results obtained during the implementation of the first stages of empirical research carried out by testing the program for the formation of life-sense strategies of the individual in conditions of internal conflict and in the post-conflict period. The author analyzes the results obtained during the implementation of the first stages of empirical research carried out by testing the program for the formation of life-sense strategies of the individual in conditions of internal conflict and in the post-conflict period. The main purpose of the program is to reformat the life-sense strategies of a regressive orientation in a person experiencing stress into a progressive one. To assess the effectiveness of the program, a comparative analysis of the dynamics of the expression of the indicators of life-sense strategies among respondents before and after the program for the formation of life-sense strategies was carried out. The **Methods** section provides a brief description of the diagnostic apparatus. The following techniques were used: WAM technique (well-being-activity-mood); A.Beck's depression questionnaire; D. Russell and M. Fergusson's method of express diagnostics of the level

of social isolation of the personality; V.F. Sopov and L.V.Karpushina's morphological test of life values (MTLV); D.A. Leontyev's test of life-sense orientations (LSO); scale of basic beliefs (World Assumption Scale - WAS). In the **Results** of the results section the author analyzes the experimental results, during which it was determined that in the process of participation in the program there was a tendency towards positive transformations in the structure of the life senses of the respondents; meaningful orientations. In the **Discussion** section, it is concluded that these changes are insignificant and require a longer correction period in the post-conflict period, using the administrative resource of the region. The novelty of the research lies in the fact that for the first time the transformations of life-sense strategies among the civilian population during the period of armed confrontation were studied, a program was developed and implemented to form constructive life-meaning strategies among the population in conditions of an internal armed conflict.

Keywords

life-sense strategies, strategy formation program, internal armed conflict, post-conflict period, civilian population

Введение

На востоке Украины вот уже шесть лет длится внутренний вооруженный конфликт, в эпицентре которого проживает большое количество гражданского населения. В общей сложности за период вооруженного конфликта Управление верховного комиссариата по правам человека (УВКПЧ) задокументировало 34847 пострадавших (14 тыс. убитых, в том числе 137 детей), более 1,5 млн. человек сменили место жительства (Рядинская, 2017; 2018).

На сегодняшний день признаков прекращения конфликта не наблюдается (несмотря на периодически согласованные мероприятия по прекращению огня), а число жертв среди гражданского населения возрастает. Мониторинговой миссией УВКПЧ зафиксировано, что в результате нескольких всплесков боевых действий с 16 февраля по 31 июля 2020 года общее количество жертв среди гражданского населения увеличилось до 107 человек (18 погибших и 89 раненых). Артиллерийские обстрелы, огонь из тяжелого вооружения, а также удары с беспилотных летательных аппаратов привели, как минимум, к 75 случаям повреждения гражданских объектов.

Гражданское население, поневоле попавшее в экстремальные условия, испытывает стресс войны. Пережив тяжелые испытания в виде постоянных обстрелов, гибели родных и детей, пыток, пребывания в качестве заложника, разрушения домов и сложных материальных условий, человек не останется прежним. Условия проживания в эпицентре внутреннего вооруженного конфликта меняют его жизненные установки, ценности, культуру поведения, что

ПСИХОЛОГИЯ

в дальней перспективе определяет смысл жизни. У населения, проживающих в условиях внутреннего вооруженного конфликта, наблюдается деструктивные трансформации смысловой сферы. Для определения перспектив будущего мирных жителей в постконфликтном периоде особо актуальным является выявление личностных изменений и трансформаций их смысложизненных стратегий, а также разработка, внедрение и отслеживание эффективности предложенной нами программы по формированию конструктивных смысложизненных стратегий (Рядинская, 2018).

Целью статьи является анализ показателей динамики смысложизненных стратегий личности в условиях внутреннего вооруженного конфликта после проведения программы по формированию смысложизненных стратегий.

Предыдущие этапы исследования

Обобщая результаты первого этапа исследования, нами были сделаны следующие выводы:

1. В процессе сравнительного исследования было выявлено, что реализация смысложизненных стратегий существенно различается у респондентов в зависимости от условий проживания (условия реальной угрозы жизни и здоровью, зона умеренного риска, сопряженные территории). При этом различия выявляются как в содержательных компонентах (самоотношение, отношение к окружающим и отношение к социальным ценностям), так и в динамических характеристиках (мотивационные особенности).

2. «Анализируя выраженность приоритетности жизненных ценностей, было установлено, что для людей, проживающих в зоне внутреннего вооруженного конфликта, наиболее значимыми являются возможность собственной реализации и материальное положение. Важными компонентами жизни они считают профессиональную сферу, а также семейную и общественную (для женщин), сферу досуга и физической активности – для мужчин. Для респондентов из районов интенсивных обстрелов (вторая группа) уровень значимости основных жизненных ценностей и сфер снижается» (Рядинская, 2017).

3. «Удовлетворенность основных жизненных потребностей мужчин и женщин трудоспособного возраста (19–35 лет), проживающих в районах интенсивных обстрелов, в большей степени неудовлетворены или удовлетворены частично. Население вынуждено приспосабливаться к жизни в данных условиях, претерпевая различные ограничения, выживания в них. Выявлено, что качество жизни населения, ее удовлетворенность, связаны с уровнем мотивации на достижение успеха и защиты, потребностей в достижении целей, степени удовлетворенности базовых потребностей» (Рядинская, 2018).

4. Определено, что у большинства мужчин второй исследуемой группы (РИО) обнаружены низкие оценки личностной успешности и удовлетворенности жизнью

в целом (мужчины 35–60 лет и старше). Более половины женщин этой же возрастной группы также показали низкие оценки по шкале «удовлетворенность жизнью в целом». У респондентов, проживающих на территории РФ в этих же возрастных группах, выявлено значительно меньше индивидов с низким уровнем удовлетворенностью жизнью в целом (25,3 % мужчин и 23,5 % женщин). В группе мужчин из районов малоинтенсивных обстрелов (РМО) более трети исследуемых готовы нести ответственность за все происходящее в их жизни, они активны, не пасуют перед трудностями, считают себя успешными и удовлетворены жизнью в целом. Однако, 30,6 % опрошенных этой же категории имеют низкий уровень удовлетворенности жизни. Более трети женщин этой группы также активны и удовлетворены жизнью. В условиях пролонгированного внутреннего вооруженного конфликта в силу его экстремального характера, наблюдается существенная трансформация ценностно-смысловой сферы личности, притупляется желание выстраивания успешных жизненных перспектив.

5. Средняя (умеренная) депрессия наиболее выражена у мужчин и женщин второй группы (17,2 % и 20,9 % соответственно), чем у респондентов первой группы (10,4 % мужчин и 15,9 % женщин). Для второй группы людей в большей степени характерны подавленность, снижение интереса к чему-либо, к жизни в целом, апатия, иногда могут проявляться кратковременные вспышки злости, повышенная тревожность, на фоне постоянного ожидания чего-то плохого. Все эти симптомы с большей вероятностью проявляются у респондентов второй группы, хотя статистически значимых различий по этому критерию депрессии не выявлено.

6. Копинг-стратегии гражданского населения в основном относятся к избеганию стрессов у мужчин и эмоциональной реакции на экстремальную ситуацию у женщин, причем, жители из интенсивных районов обстрелов выбирают эти стратегии в большей степени.

7. Уровень посттравматического расстройства у населения, непосредственно проживающего в условиях внутреннего вооруженного конфликта, влияет на специфику их смысложизненной самореализации. Выявляется зависимость от их самочувствия, уровня ресурсности и степени депрессии, а также используемого ими копинг-поведения в стрессовой ситуации. Анализ результатов показал, что у жителей из районов интенсивных обстрелов в большей степени наблюдаются неблагоприятное самочувствие, снижается жизненная активность, ухудшается настроение; присутствуют депрессивные состояния разного уровня, снижается личностная ресурсность.

8. На основании рассмотренных концепций и моделей смысла, нами предлагается рассматривать трансформацию смысложизненных стратегий личности (ТСЖСЛ), особенно в экстремальных ситуациях в двух направлениях: прогрессивное (позитивное) и регрессивное. Эти направления включают в себя

ПСИХОЛОГИЯ

три важных компонента (когнитивный, эмоциональный поведенческий), что позволяет комплексно и детально выявить особенности изменения смысложизненных стратегий человека в условиях вооруженного конфликта.

9. Опираясь на результаты нашего исследования, нами были сконструированы более точные, дифференцированные типы смысложизненных стратегий в прогрессивном и регрессивном направлениях. Критерием для их классификации было наличие активности личности на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях психических проявлений. В прогрессивном направлении нами были выделены следующие типы стратегий: позитивно-активный, позитивно-пассивный и слабопозитивный. На противоположном полюсе классификации находятся типы пассивных стратегий, характеризующиеся отсутствием выраженной динамики и активности изменений: негативный, деструктивный (Рядинская, 2017).

На втором этапе исследования нами была разработана психокоррекционная программа по формированию смысложизненных стратегий в условиях вооруженного конфликта и постконфликтный период.

Основной целью программы является переформатирование смысложизненных стратегий регрессивной направленности у личности, переживающей стресс, в прогрессивную. Задачи программы определены ее целью и направлены, прежде всего, на осознание человеком своих личностных проблем под воздействием экстремальных условий жизни, а также на их успешное устранение посредством формирования новых навыков самопомощи, саморегуляции, активизации внутренних и внешних ресурсов, расширение и формирование позитивной Я-концепции, выстраивание успешных жизненных перспектив в условиях реальной действительности, восстановление собственной идентичности и позитивное изменение ценностно-смысловой сферы (Рядинская, 2017).

Разработанная нами Программа формирования смысложизненных стратегий (ФСЖС) у гражданского населения в условиях внутреннего вооруженного конфликта и постконфликта была рассчитана на 72 часа тренинговых занятий, реализуемых в течение 12 недель, с обязательным анализом происходящих изменений в течение этого времени (после окончания обучения по Программе нами проводилось исследование уровня психологического состояния участников, степени их изолированности, выраженности основных ценностей, приоритетности жизненных сфер, степени выраженности базовых убеждений и смысложизненных ориентаций).

Методы

Экспериментальное исследование проходило в три этапа. На первом этапе (с 2014 по 2019 г. г.) нами проводилось эмпирическое исследование, целью которого было выявление личностных изменений и трансформаций смысложизненных стратегий гражданского населения в условия внутреннего вооруженного конфликта.

В исследовании принимало участие 1463 человека (557 мужчин и 906 женщин). Для получения достоверного результата выборка исследования была условно распределена на три группы: первая группа – жители из районов малоинтенсивных обстрелов (РМО), вторая группа – население из районов интенсивных обстрелов (РИО), третья группа – население, проживающие на территориях РФ, которые граничат с территориями конфликта, сопряженные территории (СТ).

На втором этапе исследования (2019–2020 г. г.) нами была разработана психокоррекционная программа по формированию смысложизненных стратегий в условиях вооруженного конфликта и постконфликтный период.

На третьем этапе исследования (2020 г.) был проведен сравнительный анализ показателей смысложизненных стратегий жителей, проживающих в районах интенсивных обстрелов (вторая группа) и людей из этой же группы (64 человека), которые прошли обучение по Программе ФСЖС. С этой целью нами были взяты следующие методики: методика САН (самочувствие-активность-настроение); опросник депрессивности (А. Бек); методика экспресс-диагностики уровня социальной изолированности личности (Д. Рассел, М. Фергюссон); морфологический тест жизненных ценностей МТЖЦ (В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина); тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева; шкала базовых убеждений (World Assumption Scale – WAS) (Рядинская, 2018).

Результаты

Для того, чтобы отследить эффективность предложенной программы на третьем этапе исследования, нами были отобраны респонденты в количестве 64 человек из второй исследовательской группы, куда входят жители из районов интенсивных обстрелов (рис. 1).

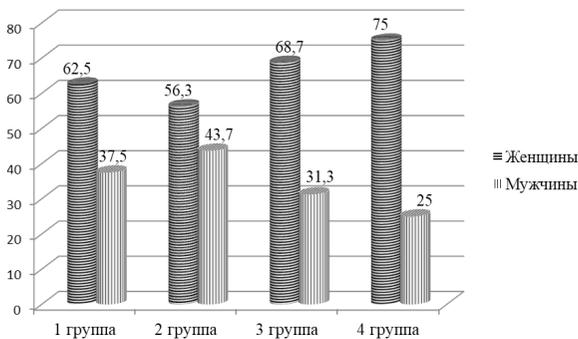


Рисунок 1. Количественный состав групп для участия в апробации Программы ФСЖС (в %)

ПСИХОЛОГИЯ

Для того, чтобы проследить эффективность Программы мы сравнили результаты жителей, проживающих в районах интенсивных обстрелов (вторая группа) и людей из этой же группы (64 человека), которые прошли обучение по Программе ФСЖС. Для удобства анализа результатов мы условно обозначили группу респондентов, участвовавших в обучении по Программе ФСЖС, как группу РИО АП (район интенсивных обстрелов – апробация). Сравнивая результаты самочувствия (методика САН) у респондентов до участия в обучении по Программе и после, нами было установлена определенная позитивная тенденция (рис. 2).

Как видим из рисунка 2, у участников Программы наблюдается некоторое улучшение самочувствия и настроения. Так, среди мужчин и женщин после участия в Программе уменьшилось количество человек с неблагоприятным состоянием, хотя статистически значимых различий и не выявлено ($\varphi_{эмп} = 0.963$; $\varphi_{эмп} = 1.007$).

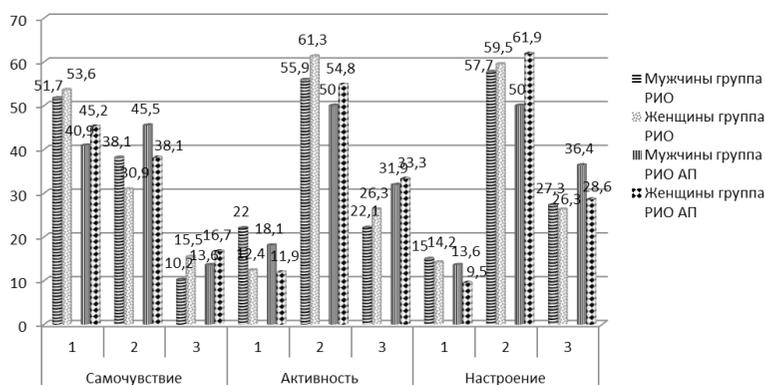


Рисунок 2. Сравнительный анализ выраженности показателей самооценки физического состояния респондентов 2-х групп (РИО и РИО АП) после апробации Программы по методике САН (в %)

Примечание: 1. Неблагоприятное состояние. 2. Нормальное состояние. 3. Благоприятное состояние.

Также отмечают улучшения в настроении у данной категории людей, возросла их активность. Безусловно, это может объясняться, прежде всего, эффектом тренинга. Участники включаются в игровые упражнения, проживают определенные ситуации, приобретая позитивный опыт, что может способствовать улучшению настроения и самочувствия. Также может срабатывать и тот фактор, что первое исследование (до тренинга) проводилось в 2014 году

в начале вооруженного конфликта, прошло 5 лет, конфликт не разрешен, у людей выработался определенный иммунитет к военным действиям, их организм адаптировался к постоянному проживанию в зоне обстрелов, это, возможно, способствовало некоторой стабильности их состояния.

Эти результаты подтверждаются изучением степени депрессивности респондентов после участия в Программе (рис. 3.).

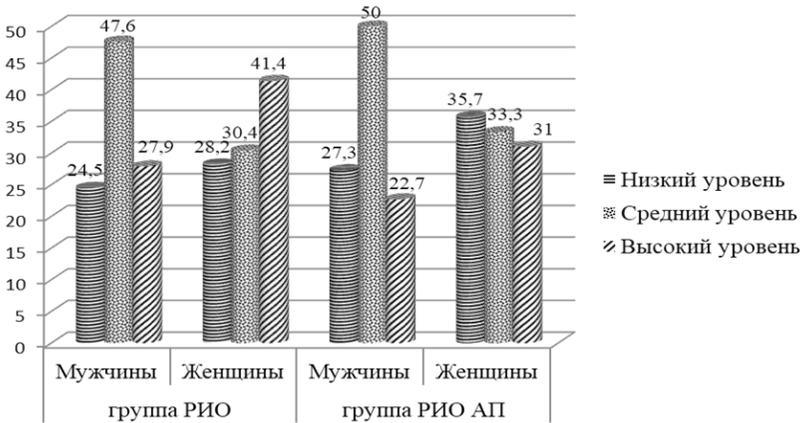


Рисунок 3. Сравнительный анализ уровня депрессивности у респондентов (Э. Бэк) двух групп RIO и RIO AP (в %)

Статистически значимых различий по полученным результатам у респондентов в 2-х исследуемых группах выявлено также не было, хотя наблюдается явная тенденция снижения высокого уровня депрессивности, особенно у женщин из группы RIO AP (до тренинга 41,4 % женщин с высоким уровнем депрессивности, после тренинга – 31 % соответственно).

Интересным представляются результаты участников Программы относительно изучения степени социальной изолированности (Д. Рассел и М. Фергюссон) (рис. 4).

Как видим на рисунке 4, низкий уровень социальной изолированности наблюдается более у половины мужчин-участников (55,5 %) Программы в сравнении с мужчинами (48,2 %), которые не принимали в ней участия.

У женщин наблюдается снижение высокого уровня социальной изолированности после участия в Программе (33,1 % до участия в тренинге, 28,5 – после тренинга).

ПСИХОЛОГИЯ

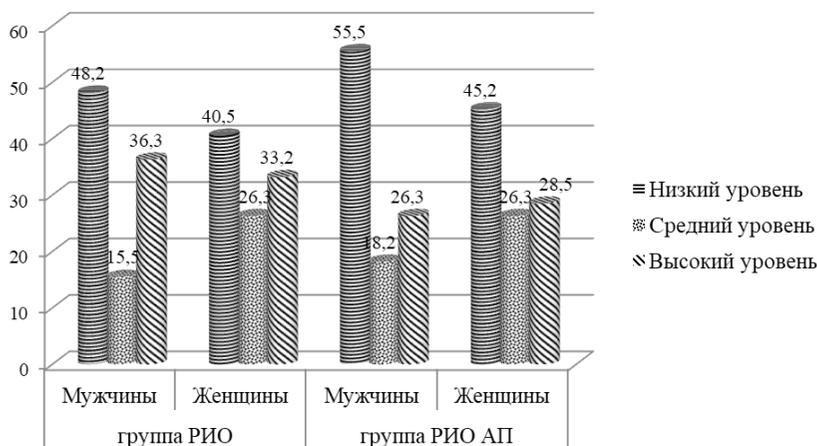


Рисунок 4. Сравнительный анализ уровня социальной изолированности у респондентов (Д. Рассел и М. Фергюссон) двух групп RIO и RIO AP (в %)

Система ценностей человека, как известно, является «фундаментом» его отношения к миру. Ценности – это относительно устойчивое, социально обусловленное избирательное отношение человека к совокупности материальных и духовных общественных благ. Многие авторы указывают, что ценностное сознание формируется на основе человеческого опыта, оценки тех или иных событий, процессов, явлений. Ценности, выработанные той или иной культурой, усваиваются непосредственно в процессе социализации (Шаров, 2003). Изменить за короткий срок, даже под воздействием мощных внешних факторов (война, смерть близких, угроза жизни, затрудненность в удовлетворении элементарных человеческих потребностей), различных эффективных обучающих программ, смысложизненные ориентации является труднодостижимым (Frankl, 2011; Lens, 2012; Richards, 2011). Необходим целый комплекс внутренних трансформаций, переосмыслений и осознание себя как нового человека (Ermakov, 2015; Wong, 2012). Безусловно, любые действия дают результат, требуя использования внешних ресурсов и внутренних. Программа ФСЖС, на наш взгляд, может помочь жителям в условиях вооруженного конфликта переосмыслить значимые ценности, жизненные приоритеты, понять свое место в жизни, увидеть перспективу дальнейшего развития и самосовершенствования и т. п. Можно считать это своеобразным стимулом к будущим изменениям.

Анализируя данные участников Программы в контексте изучения приоритетности жизненно важных ценностей и базовых убеждений, можно отметить, что статистически значимых различий у респондентов до тренинга и после

него не было выявлено. Однако прослеживается позитивная тенденция, как показано на рисунке 5.

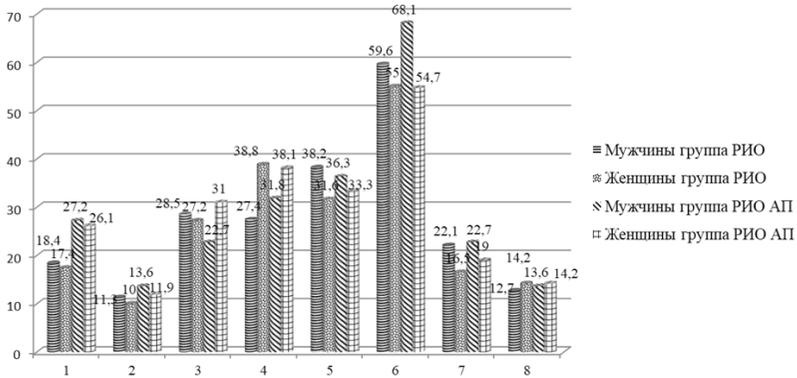


Рисунок 5. Сравнительный анализ выраженности основных ценностей у респондентов (В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина) двух групп РИО и РИО АП (в %)

Примечание: 1 – Развитие себя, 2 – Духовное удовлетворение, 3 – Креативность, 4 – Активные социальные контакты, 5 – Собственный престиж, 6 – Высокое материальное положение, 7 – Достижения, 8 – Сохранение собственной индивидуальности

Согласно полученным результатам, среди жителей, принимавших участие в Программе, увеличилось количество тех, кто считает важным для себя собственное развитие (мужчины – 27,2%; женщины – 26,1%, что практически на 10% больше, чем до тренинга). Для трети женщин после участие в Программе более значимыми определились ценностные критерии «креативность», активные социальные контакты» и «собственный престиж» (31%; 38,2%; 33,3% соответственно). Возможно, это связано со способностью женщин восстанавливать личностные ресурсы посредством творчества, общения, реализации себя в каком-либо деле.

Для большинства мужчин, как и до тренинга, наиболее важным является высокое материальное положение (до тренинга – 59,6%, после – 68,1%). Данный результат можно объяснить, возможно, тем, что мужчины в экстремальных условиях жизни пытаются защитить себя и своих близких от материальных проблем. Ощущение финансовой стабильности (активная профессиональная деятельность) позволит им обеспечить удовлетворение не только своих базовых потребностей, а и членов своей семьи, что подтверждается и результатами, полученными при изучении приоритетности жизненных сфер по методике МТЖЦ В. Ф. Сопова, Л. В. Карпушиной (рис. 6).

ПСИХОЛОГИЯ



Рисунок 6. Сравнительный анализ выраженности приоритетности жизненных сфер (МТЖЦ) у респондентов двух групп РИО и РИО АП (в %)

Примечание: 1 – профессиональная жизнь, 2 – обучение и образование, 3 – семейная жизнь, 4 – общественная жизнь, 5 – увлечения, 6 – физическая активность

Рассматривая приоритетность жизненных сфер, можно отметить, что для мужчин, участвовавших в тренинге, все также важными являются: профессиональная жизнь, физическая активность и увлечения (63,6%; 54,5%; 59% соответственно). Для большинства женщин, как показано на графике выше, также важными приоритетными жизненными сферами являются: профессиональная (52,3%) и семейная (61,9%).

Сравнивая результаты респондентов относительно выраженности смысло-жизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев) до и после участия в Программе, отметим, что нами выявлены лишь незначительные позитивные изменения, что естественно для данной категории смысловых параметров (рис. 7).

Как уже отмечалось выше, это требует задействования большего количества ресурсов, как внешних, так и внутренних. Изучая полученные результаты, представленные на рисунке 7, можем отметить небольшие позитивные изменения у мужчин по критериям: высокий уровень «цель» (до тренинга – 16,8%, после тренинга – 22,7%); средний уровень «процесс» (40,8% и 54,5%, соответственно); средний уровень «результат» (52,9% и 59%, соответственно); низкий уровень «локус контроля Я» (32% и 22,8%, соответственно); высокий уровень «локус контроля жизни» (12% и 18,1% соответственно).

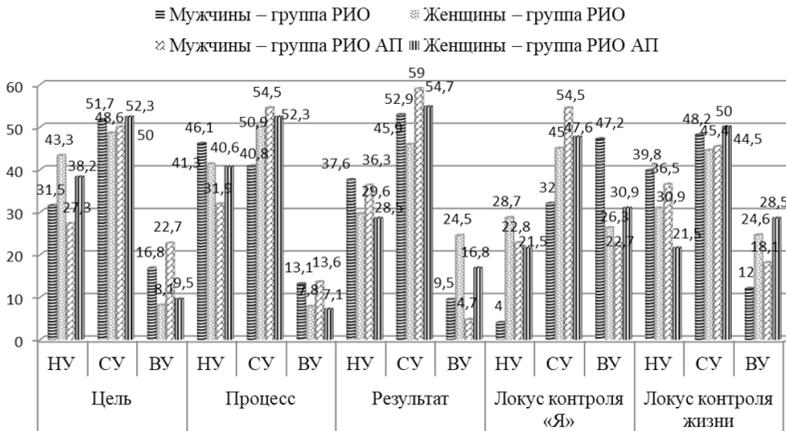


Рисунок 7. Сравнительный анализ выраженности смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев) у респондентов двух групп РИО и РИО АП (в %)

У большинства женщин после участия в Программе наметилось улучшение процессов целеполагания: средний уровень «цель» до тренинга наблюдался у 48,6 % респондентов, после – у 52,3 %; средний уровень «результат» – 45,9 % и 54,7 % соответственно; низкий уровень «локус контроля Я» (до тренинга у 28,7 %, после у 21,5 %); низкий уровень «локус контроля жизни» (30,9 % и 21,5 %, соответственно).

Безусловно, мы не можем с точностью утверждать, что участие в Программе ФСЖС позитивно повлияло на смысложизненные ориентации людей, живущих в условиях интенсивных обстрелов, но нами выявлена положительная тенденция к их изменению. Люди в обсуждениях в процессе тренинга в анкетах отмечали, что стали строить планы и думать о их реализации, более позитивно воспринимать себя и окружающий мир, жить в нем осмысленно, пытаются с оптимизмом воспринимать действительность и находить себя в ней. Так, по методике «Шкала базовых убеждений (World Assumption Scale – WAS), изучая результаты выраженности уровней шкал базовых убеждений, наблюдается улучшение доброжелательности и веры в свою удачу у жителей, принимавших участие в Программе (рис. 8).

Более трети мужчин (40,9 %) и женщин (38 %) отмечают, что стали спокойнее реагировать на ситуацию, в которой они живут не один год, хотя у женщин (33,3 %) в большей степени выражено чувство справедливости, чем у мужчин (27,2 %). Примечательным является и тот факт, что после тренинга увеличился процент

ПСИХОЛОГИЯ

женщин (до тренинга – 32,3 %, после – 33,3 %), которые поверили в свою удачу, что может свидетельствовать о некотором положительном моменте.

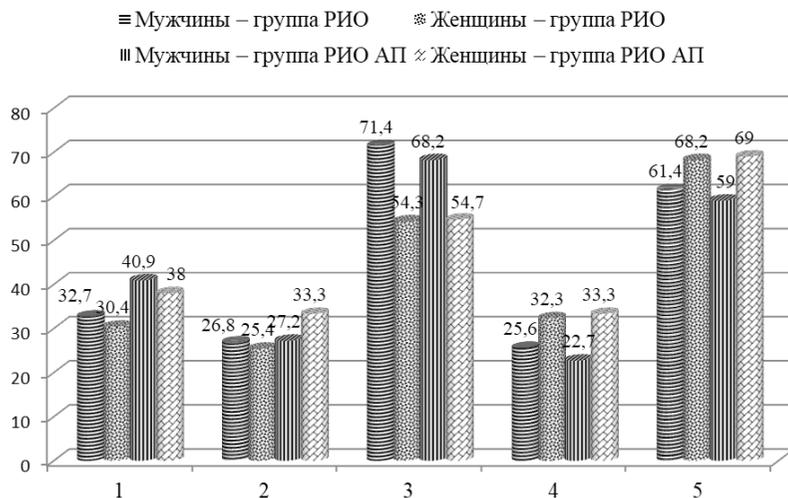


Рисунок 8. Сравнительный анализ выраженности уровней шкал базовых убеждений (WAS) у респондентов двух групп РИО и РИО АП (в %)

Примечание: 1.– доброжелательность, 2.– справедливость, 3.– образ Я, 4.– удача, 5.– убеждение о контроле.

Для выяснения субъективного мнения участников о возможных изменениях, которые с ними произошли под влиянием тренинга, нами был проведен контент-анализ их мнений по семи основным вопросам, касающихся их психоэмоционального состояния, настроения, жизненно важных приоритетов, ценностей, смысловых ориентаций, восприятия себя и окружающих (табл. 1).

В результате анализа субъективных мнений и ответов на вопросы участников программы следует отметить, что большинство мужчин (54,5 %) и женщин (66,6 %) отметили, что у них прекрасное настроение и самочувствие, они активны и хотят что-то изменить в своей жизни, например, из высказываний: способствовать процветанию региона, получить еще одно образование, освоить другую профессию, выучить китайский язык, заняться спортом, озеленить двор, заняться общественной деятельностью, стать волонтером, поехать отдыхать с друзьями, заняться развитием внучки и др.

Таблица 1.
Анкетный опрос участников Программы ФСЖС после ее прохождения

№ п/п	Вопросы	Ответы
1	Какое настроение в большей степени преобладало у Вас в последний месяц?	благоприятное неблагоприятное нейтральное
2	Испытывали ли Вы в последний месяц чувство депрессии, подавленного состояния и т. п.	да, иногда, нет
3	Хотелось ли Вам изолироваться от всех в период участия в тренинге, чувствовали ли вы себя одинокими?	да, иногда, нет
4	Какие ценности для Вас являются более важными на сегодняшний день?	напишите 3–5 жизненных ценностей
5	Какие жизненные сферы для вас являются приоритетными?	Напишите 3–5 жизненные сферы
6	Есть ли у Вас цель в жизни? Если да, как Вы предполагаете ее реализовать?	Опишите 3–5 предложениями
7	Как Вы сегодня воспринимаете себя? Окружающих?	позитивно нейтрально негативно

41 % мужчин отметили, что не испытывали депрессии в последний месяц. Несколько женщин (28,5 %) заметили, что у них бывали состояния подавленности и безысходности, особенно в часы обстрелов, они испытывали страх за жизнь своих детей и близких. 35,7 % женщин свидетельствовали, что уже привыкли к обстрелам, стараются не паниковать, действуют по заданному алгоритму безопасности. Желание изолироваться в период взаимодействия с участниками Программы возникало лишь у 9 % мужчин и 7,1 % женщин, что скорее всего связано с индивидуальными чертами характера, как они и отмечали. Многие указывали, что занятия помогли им больше открыться и другими глазами посмотреть на окружающих их людей. Важными ценностями для большинства

ПСИХОЛОГИЯ

участников являются: здоровье, жизнь, мир, добро, любовь, развития себя, творчество, стабильное материальное положение.

Для большинства мужчин (72,2 %) приоритетной жизненной сферой обозначена профессиональная, на втором месте – физическая активность и хобби. У женщин (69 %) приоритетными сферами жизни выявлены: семья, профессия, возможность полноценно отдыхать. Около половины мужчин (45,4 %) написали, что сегодня, несмотря на военное положение, они наметили для себя конкретные цели, которые надеются реализовать в ближайшее время. Практически треть мужчин (31,8 %) не видят пока возможности для постановки каких-либо целей, главное для них – «выжить», «сохранить свою семью», «чтобы закончилась война». 22,8 % мужчин не думают об этом вообще, «просто живут». У большинства женщин (54,7 %) цель одна – «здоровье близких», четверть (26,2 %) указывает на «окончание войны», 19,1 % женщин наметили для себя в ближайшее время реализовать личные цели, которые помогут им изменить жизнь к лучшему, несмотря на экстремальные условия.

Более трети мужчин (36,4 %) воспринимают себя позитивно, верят в свои силы и считают способными измениться; часть (22,7 %) считают, что им поздно менять что-то в себе, они нейтрально себя оценивают; некоторые (22,7 %) относятся к себе скептически: «какой есть», «каким мама родила», «люблю себя негодника»; 18,2 % негативно себя оценивают, понимают, что совершали много ошибок в жизни, но пока не видят способов, как можно исправить ситуацию и поменяться самому.

Женщины в большинстве своем воспринимают себя позитивно (64,3 %), считают, что «можно справиться с любыми неприятностями, когда веришь в себя и улыбаешься, прежде всего, себе». Более трети женщин (35,8 %) оценивают себя нейтрально или затрудняются о себе сказать что-то слишком хорошее «такая, как все», «нормальная», «не могу о себе сказать ни плохого, ни хорошего». К окружающим, особенно к тем, кого, хорошо знают у женщин и мужчин в основном отношение доброжелательное, но к незнакомым людям относятся с опаской, подозрением и осторожностью.

Обсуждение результатов

Таким образом, можно констатировать, что в процессе участия жителей из районов интенсивных обстрелов в Программе формирования смысло-жизненных стратегий, наметилась тенденция к позитивным трансформациям в их структуре жизненных смыслов. Однако, эти изменения незначительны и требуют более длительного коррекционного периода, с применением административного ресурса региона, задействованием специалистов различного спектра: медицинского, психологического, социального и др.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Литература

Рядинская Е. Н. Особенности адаптационных ресурсов мирных жителей, проживающих в зоне вооруженного конфликта, в контексте изучения трансформаций личности // Электронный журнал «Клиническая и специальная психология». 2017. Том 6, № 4. С. 105–124.

Рядинская Е. Н. Особенности разработки комплексно-структурной модели формирования смысловых стратегий личности в условиях вооруженного конфликта // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия «Психолого-педагогические науки». 2018. № 2 (38). С. 114–133.

Рядинская Е. Н. Проявление симптомов посттравматического стрессового расстройства у мужчин и женщин, проживающих в условиях конфликта на востоке Украины // Электронный журнал «Клиническая и специальная психология». 2018. Том 7, № 3. С. 146–166.

Рядинская Е. Н. Предпосылки к разработке интегрального подхода к формированию смысловых стратегий личности в условиях вооруженного конфликта // Международный научный журнал «Вестник психофизиологии». 2018. № 3. С. 31–42.

Рядинская Е. Н. Анализ проявлений посттравматического стрессового расстройства у населения, проживающего в условиях конфликта // Психология человека и общества. 2018. № 4. С. 17–27.

Рядинская Е. Н. К проблеме исследований показателей ценностно-смысловой сферы населения, проживающего в зоне вооруженного конфликта // Известия Балтийской государственной академии рыбопромыслового флота: психолого-педагогические науки (теория и методика профессионального образования). 2017. № 4 (42). С. 102–109.

Рядинская Е. Н. Анализ степени удовлетворенности базовых потребностей мирных жителей, проживающих в условиях вооруженного конфликта // Известия Саратовского университета. Новая серия Философия. Психология. Педагогика. 2018. Т. 18, № 2. С. 206–213.

Рядинская Е. Н. Анализ качества жизни мирного населения, проживающего в условиях вооруженного конфликта // Baikal Research Journal. 2018. Т. 9, № 1. С. 151–163.

Рядинская Е. Н. Особенности разработки программы формирования смысловых стратегий в условиях вооруженного конфликта // Научный журнал «Научное обозрение: гуманитарные исследования». 2017. № 20-21. С. 60–72.

Шаров А. В. Трансформация ценностей в меняющемся мире // Вызовы современности и ответственность философа: материалы «Круглого стола», посвященного всемирному Дню философии. Кыргызско-Российский Славянский университет. Бишкек, 2003. С.85–88.

Ermakov P. N, Vorobyeva E. V., Saakyan O. S. The relationships between the achievement motivations and temperaments of psychology students with different

ПСИХОЛОГИЯ

lateral organization profiles // *Psychology in Russia: State of the Art*. 2015. Vol. 8, № 1. P. 32–42.

Frankl V.E. *The unheard cry for meaning: Psychotherapy and humanism*. New York: Simon & Schuster, 2011. 184 p.

Lens W., Paixão M.P., Herrera D. et al. Future time perspective as a motivational variable: content and extension of future goals affect the quantity and quality of motivation // *Japanese psychological research*. 2012. Vol. 54, № 3. P. 321–333.

Richards A., Ospina-Duque J., Barrera-Valencia M. et al. Posttraumatic stress disorder, anxiety and depression symptoms, and psychosocial treatment needs in Colombians internally displaced by armed conflict: A mixed-method evaluation // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*. 2011. Vol. 4, № 3. P. 384–393.

Wong P. T. P. *Toward a Dual-Systems Model of What Makes Life Worth Living // The Human Quest for Meaning* (2nd ed.). New York: Routledge, 2012. P. 3–22.

References

Ermakov, P. N, Vorobyeva, E. V., Saakyan, O. S. (2015). The relationships between the achievement motivations and temperaments of psychology students with different lateral organization profiles. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(1), 32–42.

Frankl, V. E. (2011) / *The unheard cry for meaning: Psychotherapy and humanism*. New York, NY: Simon & Schuster.

Lens, W., Paixão, M.P., Herrera, D. et al. (2012). Future time perspective as a motivational variable: content and extension of future goals affect the quantity and quality of motivation. *Japanese psychological research, Special issue: Time perspective study now*, 54(3), 321–333.

Richards, A., Ospina-Duque, J., Barrera-Valencia, M. et al. (2011). Posttraumatic stress disorder, anxiety and depression symptoms, and psychosocial treatment needs in Colombians internally displaced by armed conflict: A mixed-method evaluation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*, 4 (3), 384–393.

Ryadinskaya, Ye. N. (2018). Analysis of the degree of satisfaction of the basic needs of civilians living in conditions of an armed conflict. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika = Bulletin of Saratov University. New series. Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 18 (2), 206–213 (in Russ.).

Ryadinskaya, Ye. N. (2018). Analysis of the manifestations of post-traumatic stress disorder in the population living in conflict conditions. *Psikhologiya cheloveka I obshchestva = Psychology of man and society*, 4, 17–27 (in Russ.).

Ryadinskaya Ye. N. (2018). Analysis of the quality of life of the civilian population living in the conditions of an armed conflict. *Baikal Research Journal*, 9(1), 151–163 (in Russ.).

Ryadinskaya, Ye. N. (2017). Features of adaptation resources of civilians living in an armed conflict zone in the context of studying personality transformations.

Elektronnyi zhurnal «Klinicheskaya I spetsial'naya psikhologiya» = Electronic journal «Clinical and Special Psychology», 6(4), 105–124 (in Russ.).

Ryadinskaya, Ye. N. (2018). Features of the development of a complex-structural model of the formation of life-sense strategies of an individual in conditions of an armed conflict. *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya «Psikhologo-pedagogicheskiye nauki» = Bulletin of the Samara State Technical University. Series «Psychological and pedagogical sciences», 2 (38), 114–133 (in Russ.).*

Ryadinskaya, Ye. N. (2017). Features of the development of the program for the formation of life-sense strategies in an armed conflict. *Nauchnyi zhurnal «Nauchnoye obozreniye: gumanitarnye issledovaniya» = Scientific journal «Scientific Review: Humanitarian Research», 20-21, 60–72 (in Russ.).*

Ryadinskaya, Ye. N. (2018). Manifestation of symptoms of post-traumatic stress disorder in men and women living in conflict conditions in eastern Ukraine. *Elektronnyi zhurnal «Klinicheskaya I spetsial'naya psikhologiya» = Electronic journal «Clinical and Special Psychology», 7(3), 146–166 (in Russ.).*

Ryadinskaya, Ye. N. (2017). On the problem of investigating indicators of the value-semantic sphere of the population living in the zone of armed conflict. *Izvestiya Baltiyskoy gosudarstvennoy akademii rybopromyslovogo flota: psikhologo-pedagogicheskiye nauki (teoriya i praktika professional'nogo obrazovaniya) = Bulletin of the Baltic State Academy of Fishing Fleet: Psychological and Pedagogical Sciences (Theory and Methods of Professional Education), 4 (42), 102–109 (in Russ.).*

Ryadinskaya, Ye. N. (2018). Prerequisites for the development of an integral approach to the formation of life-sense strategies of an individual in an armed conflict. *Mezhdunarodnyi nauchnyi zhurnal «Vestni kpsikhofiziologii» = International scientific journal «Bulletin of Psychophysiology», 3, 31–42 (in Russ.).*

Sharov, A.V. (2003). Transformation of values in a changing world. In I. I. Ivanova (Ed.), *Challenges of our time and the responsibility of a philosopher: Proceedings of the "Round Table" dedicated to the World Philosophy Day* (pp. 85–88). Bishkek: Kyrgyz-Russian Slavic University. (in Russ.).

Wong P.T.P. (2012). *Toward a Dual-Systems Model of What Makes Life Worth Living. The Human Quest for Meaning* (2nd ed.). New York: Routledge.