

СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

УДК 316.6 (008)

DOI: <https://doi.org/10.17721/2616-7786.2018/3-1/12>

Л. Найдюнова, д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України
ORCID ID 0000-0002-1222-295X

РІЗНОЧАСОВА ДИНАМІКА КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ ЯК ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ ІНСТРУМЕНТ СОЦІАЛЬНОГО РЕАБІЛІТОЛОГА

Проаналізовано досвід вивчення динаміки подолання природних катастроф та інших типів надзвичайних ситуацій з погляду обґрунтування тематичної та дидактичної структури навчальної дисципліни з підготовки соціального реабілітолога. Виокремлено чотири підходи до розуміння постраждалих спільнот: просвітницький, психоаналітичний, соціально-конструктивістський і організаційно-психологічний. Запропоновано три масштаби інтервалів часу для соціально-психологічного аналізу динаміки постраждалої спільноти: ургентний, довготривалий і трансгенераційний. Сформульовано особливі принципи викладання нової дисципліни.

Ключові слова: спільнота, колективна травма, медіатравма, посттравматичне зростання, рефлексивна валідність, ресурсність, інформаційна екологічність.

Вступ. Україна нині перебуває в ситуації підвищеної небезпеки у зв'язку з агресією РФ, анексією АР Крим і тривалим збройним конфліктом у Донецькій і Луганській областях. Це створює необхідність спеціалізованої підготовки фахівців соціономічного профілю для підвищення психологічної готовності та спроможності громад до ефективних дій у надзвичайних ситуаціях у всій країні. До традиційних небезпек, що здатні завдати громаді шкоду, перетворивши її на постраждалу спільноту, можна віднести катастрофи: стихійні лиха (землетруси, паводки і затоплення, руйнівні урагани, масштабні пожежі тощо), техногенні надзвичайні ситуації (аварії на хімічних та інших виробництвах, транспортних магістралях), у яких гинуть люди або існує безпосередня загроза життю мешканців.

Прикладами надзвичайних ситуацій, пов'язаних із воєнними діями, є нещодавні пожежі на військових складах, екологічні катастрофи від хімічних виробництв на окупованих територіях, масові отруєння дітей невідомими речовинами на лінійках у закладах освіти, підрили дітей на полишених без нагляду гранатах, випадки використання зброї в цивільних ситуаціях тощо. Медіа-вісвітлення зазначених подій здатне завдати медіатравму, коли глядачі, що не мали безпосередньої загрози життю, отримують психічне переважанення і виявляють симптоми, характерні для травматичних стресів: збудження, інтрузії, ізоляцію, психосоматичні й когнітивні реакції.

Постановка завдання. Потреба у фахівцях, підготовлених до професійної діяльності під час надзвичайних ситуацій і ефективних дій для ліквідації негативних наслідків, є особливо акцентованою сьогодні, тому необхідна розробка короткотривалих спеціалізованих курсів, сфокусованих на такій підготовці.

Мета статті – огляд світових досягнень, наукових досліджень і кращих практик відновлення спільнот, які становлять необхідне знання для побудови окремого спецкурсу "Динаміка соціально-психологічних характеристик постраждалих спільнот" для студентів магістратури за освітньою програмою "Соціальна реабілітація".

Стан дослідження і виокремлення нерозв'язаних раніше частин загальної проблеми. Професійна спільнота все більше усвідомлює необхідність не лише індивідуально-захисного підходу, але й громадсько-центрованого (community-based). Не може жодне суспільство на нинішньому етапі розвитку економіки та суспільно-політичних систем розподілу благ дозволити собі соціально-компенсувальну професію в обсягах, необхідних за кількістю тих, хто потребує професійної підтримки, супроводу, допомоги. Насамперед це стосу-

ється адвокації в суспільному діалозі й відновлення потужності до самозцілення дискримінованих і стигматизованих спільнот. Головним шляхом виконання цього завдання стають інвестиції зусиль соціальних педагогів, реабілітологів і соціальних працівників у формування здорової громади та здорової атмосфери в ній: сприяння формуванню позитивної громадської думки з використанням медіа, розвиток відповідних громадських об'єднань, підвищення соціально-психологічної компетентності представників влади всіх рівнів тощо.

В останні роки стає все більш очевидним, що мішенню докладання професійних зусиль має стати не лише дискримінована спільнота, а вся територіальна громада з її складною соціально-психологічною динамікою, що може помножувати і підсилювати або послаблювати чи зовсім блокувати окремі професійні зусилля. В останньому випадку фахівець відчуває, що його зусилля дуже неефективні, що виражається метафорами "мої сили йдуть, наче вода в пісок", "б'юся ніби головою в глуху стіну" і подібними формулами емоційного вигорання.

Як ми продемонструємо в подальшому аналізі, стан дослідження соціальних процесів, пов'язаних із реагуванням спільноти на надзвичайні ситуації різного типу, насамперед природні й техногенні катастрофи, війни, тероризм, дає підстави для створення інструментального знання, яким мають бути оснащені фахівці із соціальної реабілітації. Представленню такого інтелектуального інструменту – схеми різночасової динаміки соціально-психологічних характеристик постраждалої спільноти – присвячено подальший виклад.

Виклад основних положень. Підсилення ефекту від фахових інтервенцій у громаду можливе лише у випадку, коли враховано природну динаміку соціально-психологічних характеристик територіальних спільнот різного масштабу (Найдюнова, 2013). При врахуванні динаміки зусилля здійснюються саме в ті моменти часу, які сприятимуть посиленню позитивних характеристик у природних динамічних процесах або послабленню настання негативних можливих відхилень. Для такого формату здійснення професійної діяльності фахівець має оперувати потребою окремої людини чи вразливої спільноти не самих по собі, а в контексті, тобто враховуючи недоступну для індивідуального спостереження (а відповідно і побутової масової свідомості) загальну динамічну природу громади як явища.

Спільнота розглядається нами як ансамбль соціальних стосунків, що базується на чомусь спільному для учасників, наприклад спільному розташуванні й мережі стосунків між мешканцями, проживанні на одній території з офіційно визначеними межами, що передбачає

спільне збирання податків, вибори, суди, школи, дороги та мости, інші сервіси.

Катастрофа – це стан "дестабілізації соціальної системи, який виявляється в руйнуванні зв'язків і комунікацій між її елементами, пошкодженні окремих структур, психічному і психологічному перевантаженні, що потребує негайних і надзвичайних дій для відновлення стабільності" (O'Leary, 2004, p. 1).

Постраждала спільнота – поняття, що відображає явище колективної травми, коли не можна виключити жодну групу зі спільноти, яка не була б постраждалою, навіть якщо безпосередньо не була в епіцентрі подій. Психологічний смисл травми, який створюють члени спільноти, впливає не тільки на її безпосереднє переживання, але й на процес відновлення і повернення до життя (Ursano, 1994).

Історія вивчення емоційної реакції на травму почалась із дослідження у XX ст. травм війни, зокрема емоційних стресових реакцій військових під час Першої і потім Другої світових війн. Це дало змогу Американській асоціації психіатрів у 1952 р. офіційно ввести до класифікатора психічних розладів (DSM-I) окрему діагностичну категорію "травматичні неврози" у розділі стресових синдромів. Посттравматичні стресові розлади як окрему нозологію введено в 1980 р. у третьому виданні (DSM-III), що насамперед було пов'язано із узагальненням досвіду американських фахівців щодо надання допомоги комбатантам і полоненим часів В'єтнамської війни. Перші узагальнення негативного впливу травми на людину виокремлювали дві групи симптомів: 1) інтрузивні (небажані втручання минулого досвіду), коли мимовільні згадки про минулі події продовжують травмувати та 2) заперечення й уникнення, коли людина свідомо або несвідомо прагне позбавити себе визнання травматичного досвіду, не торкатися болючих спогадів (Hogowitz, 1976). Надалі симптоми все більше диференціюють, виділяючи спільні для багатьох учасників реакції в дуже різних випадках: страх повторення травматичної події, сором за безпорадність або спустошення, лють на джерело стресу, провини або сором за агресивні пориви, страх ідентифікувати жертв, відчуття себе жертвою, горе втрат.

Поняття колективної травми, яке найбільше відповідає проблематиці постраждалих спільнот, починає детально розглядатися дещо пізніше, наприкінці 1990-х рр. Колективна травма постає насамперед як пов'язаний із колективною ідентичністю культурний феномен, як зазначає Джефрі Александер, "не щось реально існуюче, а сконструйоване соціумом" (Alexander 2012), "трансформація індивідуальних страждань у колективну травму – це робота культури", "колективні травми є відображеннями не окремих страждань і не фактичних подій, а символічними відтвореннями, які реконструюють і репрезентують їх. Замість опису того, що є чи було, вони аргументують те, що повинно було бути і що має бути" (там само, с. 3–4).

Александер виділяє побутове розуміння травми (як природної події, що руйнує індивідуальне або колективне почуття благополуччя) і ранні теоретичні підходи, які визначає як теорії пред'явленої травми (lay trauma theory), які слідують йому: просвітницьку і психоаналітичну версії. Перший підхід представлено раціональною теорією національної травми Артура Ніла (Neal, 1998), який визначає її як схожу на виверження вулкана подію, яка потрясає сам фундамент соціального життя, викликаючи емоційні реакції та увагу публіки, не залишаючи нікому можливості не реагувати або ігнорувати подію.

Психоаналітичний підхід робить наголос на несвідомих механізмах захисту (неусвідомлюваний страх і когнітивні викривлення), які розташовані між зовнішньою травмуючою подією та внутрішнім світом емоцій-

них реакцій особи. Психоаналітичний підхід трактує джерела травми як такі, що розташовані не тільки в зовнішній фізичній події, але й у внутрішньому світі особистості, що робить на певний час травму недоступною для усвідомлення. До представників такого підходу Александер відносить історика голокосту Сола Фріландера (Friedlander, 1979), впливову ізраїльську дослідницю Кеті Каруф, яка запропонувала концепт "обраної травми" (Caruth, 1995), латиноамериканських дослідниць Елізабет Джелін та Сюзанну Кауфман, які вивчали колективну пам'ять про диктаторські репресії в Аргентині двадцятиліття потому та ін. Одним з перших, хто в межах психоаналітичного підходу розвинув ідею трансгенераційної передачі історичної травми серед нащадків жертв голокосту, був Ден Бар-Он, хоча він не використовував поняття колективної травми (Bar-On, 1999).

Соціально-конструктивістський підхід, на противагу, наголошує на тому, що величезна кількість трагедій може відбуватися в соціальній системі й не перетворюватися на травматичний досвід. Колективна травма не є лише колективним досвідом переживання болю (наприклад, під час соціальної кризи), але є перетворенням цього болю на ключовий сенс власної ідентичності (коли настає культурна криза). "Колективний суб'єкт вирішує" представити цей соціальний біль як фундаментальну рису того, хто вони є, звідки походять і куди вони бажають рухатися" (Alexander, 2012, p. 15).

Зрозуміло, що останній підхід потребує ретельного аналізу репрезентацій, нарративів, соціальних діалогів, які розгортаються, у тому числі, у медійному просторі. Саме тому найновіші дослідження колективної історичної травми зосереджено на осмисленні медіатизованої реальності, наприклад (Haddow, 2009; Cobb, 2016; Karur, 2017). Детальний аналіз цих медіапідходів виходить за межі цієї статті, як і аналіз четвертого підходу, який ми виокремлюємо, спираючись на останні дослідження організаційно-психологічних процесів формування резистентності громади до стихійних лих (Aldrich, 2015; Shaw, 2018).

Ці чотири підходи дають можливість глибокого осмислення студентами травматичних подій української історії та сьогодення з урахуванням короткотривалих і довготривалих інтервалів динаміки з їхніми численними перетинами.

Із соціально-психологічного погляду важливо розуміти динаміку подолання громадою катастрофічних подій, яка має як короткотривалий ургентний перебіг, так і довготривалі трансгенераційні наслідки, аж до осмислення історичної травми як способу побудови ідентичності. З цього погляду важливо наголосити, що катастрофа зумовлює не тільки негативні емоційні реакції, але має й позитивні наслідки: зростання згуртованості спільноти, розуміння цінності таких простих речей, як родина, діти, дім, мобілізація суб'єктів на переосмислення і вибудовування перспективи подальшого життя навколо травматичної події (посттравматичне зростання).

Знанням підґрунтям для розуміння короткотривалих інтервалів динаміки в реальному часі катастрофічних подій як природного, так і техногенного типу, є узагальнення досвіду надання фахової допомоги. Як зазначає більшість дослідників, часто перші 72 години спільнота залишається один на один з катастрофою в більшості випадків, доки прибуде зовнішня допомога. Відповідь локальної спільноти на катастрофу потребує мобілізації зусиль як мінімум місцевих лікарень, відділків поліції, пожежних-рятувальників, інших служб. Ключову роль відіграє мережа місцевих відділень Державної служби з надзвичайних ситуацій та система комунікації.

Зазвичай без спеціальної підготовки спільнота може перебувати в стані тимчасового ігнорування проблеми, очікуванні, що хтось зовнішній скомандує збір для мобі-

лізації зусиль, а це втрата головного в динамічному принципі – часу, а отже, можливості вчасного і найбільш ефективного реагування. Тому сьогодні так важливо збільшити потужність громад та їхню автономну готовність до критичних подій. Соціальні працівники та шкільні психологи можуть стати тими ресурсами громади, що завдяки своїй фаховій підготовці сприятимуть ефективній відповіді спільноти на екстремальну подію. Для цього вони, як мінімум, мають розуміти динаміку стихійного реагування спільноти та офіційні протоколи організації системи допомоги, своє місце в них.

Аналіз первинних, індукованих травмівною подією емоцій, показує такі етапи в динаміці стихійного подолання екстремальної ситуації, наприклад після пожежі: 1) приголомшеність або "гострий емоційний шок", який може тривати до 3–5 год, 2) "стрес усвідомлення" від контактів з постраждалими і загиблими, що виявляється в розгубленості, панічних реакціях, пригніченості та триває до кількох днів, 3) "стадія дозволу", яка виявляється в бажанні відзолотуватися, яке завершується прагненням виговоритися, розказати про те, що відбувалося, тим, хто не був учасником; 4) "стадія відновлення", на якій долається ізоляція і нормалізуються емоційні реакції (Підручник, 2014).

Російські дослідники психологічних реакцій на катастрофу Решетников та Чермянін (Никифоров, 2003) деталізують першу стадію, виокремлюючи першу фазу "вітальних реакцій" у перші 15 хв життєнебезпечної події, що підкорено імперативу виживання. Друга фаза "гострого психоемоційного шоку з елементами мобілізації" триває біля 3–5 год і характеризується загальною напруженістю, межовою мобілізацією психофізіологічних резервів, загостренням сприймання, збільшенням швидкості мисленевих процесів, виявами нерозсудливої сміливості при спасінні близьких, зростанням в 1,5–2 рази фізичних сил. Третя фаза "психологічної демобілізації", або виснаження, настає через 6–12 год після події та триває до 3 діб, відповідає стадії стресу усвідомлення. Наступна фаза спостерігається на 3–12 добу після катастрофи й відповідає стадії дозволу, далі, на 10–12 добу, настає фаза первинного відновлення. Автори також виокремлюють фазу відтермінованих реакцій, які можуть виявитися на 30–40 добу після катастрофи (цит. за Сидоров та ін., 2007).

Для довготривалих ефектів подолання наслідків катастрофи важливими чинниками є відповідні прийняття рішень щодо: а) персонального вигорання офіційних працівників, які тривалий період перебувають у зоні катастроф, б) конфліктів у організаціях, які виконують невластиві функції та завдання в постраждалій громаді, в) конфлікту юрисдикцій, які ускладнюють період відновлення (O'Leary, 2004, p. 227–228).

Початковий розгляд реагування громади на катастрофу становить первинну схему, яка накладається як аналітичний інструмент на інші випадки, у яких спільнота може стати постраждалою.

Студентам пропонується загальний задум дисципліни та перелік тем для розгляду з можливістю розширити або замінити будь-яку тему на іншу. Таким чином, створюється ситуація співтворчості в проходженні курсу. Пропонована тематика охоплює природні катастрофи (завжди можна знайти в медійному просторі актуальну інформацію про цунамі, ураган, сіль чи іншу поточну катастрофу в глобальному масштабі кліматичних змін), техногенні катастрофи (як історичну Чорнобильську, так і варіанти нещодавніх екологічних наслідків анексії та воєнних дій на непідконтрольних територіях Донецької та Луганської областей), травми війни, тероризму й полону (включаючи детальний розгляд стокгольмського синдрому і механізму "промивки мізків", зокрема життєзберігальні стратегії протистояння злочин-

ним технологіям), соціальні надзвичайні ситуації, пов'язані із суїцидом і жорстоким булінгом з акцентом на превенції та поственції.

Основним принципом тематичної побудови курсу є рефлексивна валідність – відповідність до актуальних практичних запитів сьогодення. Це дає слухачам впевненість у потрібності знань "прямо сьогодні", оскільки вони стосуються професійної діяльності в досить імовірних надзвичайних ситуаціях (природні та техногенні катастрофи, терористичні атаки, воєнні дії, соціальні надзвичайні ситуації, включаючи булінг і суїцид), а також урахування динаміки історичних колективних травм нашої національної спільноти, які мають ефект трансгенераційної передачі (минулі війни, голодомори, Чорнобильська катастрофа, локальні природні й техногенні катастрофи, щодо яких слухачі є представниками наступних поколінь безпосередніх учасників).

Оскільки тематика має потенціал вторинної травматизації або медіатравми (особливо при використанні на заняттях аудіовізуальної та візуальної продукції), то важливими принципами побудови курсу є ресурсність та інформаційна екологічність.

Принцип ресурсності передбачає на початку кожної теми розгляд і практикування відповідних засобів емоційної та ціннісно-сислової саморегуляції, необхідних для стабілізації й нарощування психологічного ресурсу, запобігання індуктивним впливам, зосередження на посттравматичному зростанні.

Принцип інформаційної екологічності передбачає самооцінку готовності до розгляду певної теми з погляду ймовірного персонального кумулятивного психотравмального ефекту кожним слухачем і свідомого прийняття рішення щодо особистісної готовності/неготовності до зустрічі саме з цією тематикою. Таке самовизначення збільшує психологічний ресурс і готовність до роботи з потенційно травмівним контентом курсу. У випадку особистої неготовності студенту надається можливість альтернативного вивчення теми (самостійно, за індивідуальним графіком у більш ресурсному стані) або в межах спільної роботи тема розглядається без аудіовізуального супроводу. Вивчення курсу створює умови для збільшення персональної психологічної готовності до дій у надзвичайних ситуаціях, вибору найбільш ефективних стратегій реагування і самозбереження, розуміння свого місця і ролі власних дій у динаміці розгортання соціально-психологічних процесів у постраждалих спільнотах.

Загалом курс побудовано у форматі створення рефлексивного середовища для усвідомлення й опрацювання власного досвіду реагування і рефлексування колективних травм спільноти, до якої слухачі відчують належність. Знання закономірностей динаміки соціально-психологічних характеристик спільнот після зіткнення з травмівними подіями дає можливість децентрації та переосмислення власних довготривалих наслідків травмівної події.

Висновки. Підводячи підсумки проведеного аналізу наукових досліджень реагування спільноти на травмівні події як основи формування структури контенту навчального курсу, варто виокремити різні типи динаміки соціально-психологічних характеристик постраждалих спільнот.

Три часові інтервали визначають короткотривалу (ургентну), довготривалу (відкладену) і трансгенераційну динаміку, які взаємодіють і накладаються.

Чотири підходи до розуміння колективної травми становлять теоретичне підґрунтя: просвітницька і психоаналітична версії теорій пред'явленої травми як фактичної події; соціально-конструктивна теорія колективної травми як подолання культурної кризи; організаційно-психологічний підхід формування спроможності громади протистояти катастрофам.

Реалізація на практиці принципів рефлексивної валідності, ресурсності та інформаційної екологічності при викладанні дисципліни "Динаміка соціально-психологічних характеристик постраждалих спільнот" для магістрів, сприяє подоланню індуктивності та знижує ймовірність вторинної травматизації при розгляді особливо чутливих тем.

Перспективи подальшого дослідження полягають у детальнішому розгляді ролі сучасних медіа та інформаційно-комунікаційних технологій у динаміці поглиблення колективної травми, у змінах її часових інтервалів і забезпеченні ефективних інтервенцій, які пришвидшують процеси зцілення громади від колективної травми.

Список використаних джерел

1. Олдрич Д. П. Устойчивость и восстановление после азиатских бедствий: связи между сообществами, рыночные механизмы и управление / Д. П. Олдрич, С. Оум, Я. Савада. – Токио : Спрингер, 2015. – 359 с. ISBN 978-4-431-55021-1.
2. Александр Дж. С. Травма: социальная теория / Дж. С. Александр. – Кембридж : Polity Press, 2012. – 180 с. ISBN-13: 978-0-7456-4912-2.
3. Бар-Он Д. Неопикуемое и не подлежащее обсуждению. Восстановление человеческого дискурса после травмы / Д. Бар-Он. – Будапешт : Центрально-Европейский университет прессы, 1999.
4. Кобб Дж. Справочник Преплера по коммуникации: стратегии спасения жизни, чтобы оставаться на связи во время и после бедствия / Дж. Кобб. – Беркли : Ulysses Press, 2016. – 224 с. ISBN: 978-1-61243-531-2.
5. Haddow G. D. Коммуникация в случае бедствий в меняющемся медиа-мире / G. D. Haddow, K. S. Haddov. – Оксфорд : Elsevier, 2009. – 240 с. ISBN: 978-1-8561-7554-8.
6. Горовиц М. Дж. Синдромы стресс-ответа / М. Дж. Горовиц. – 2-е изд. – Нортвэйл; Нью-Джерси : Аронсон, 1976.
7. Капур Г. Б. Эффективное общение во время бедствий: использование технологий, средств массовой информации и человеческих ресурсов / Г. Б. Капур, С. Безек, Дж. Дьял. – Оквилл : Apple Academic Press, 2017. – 284 с. ISBN: 13: 978-1-77188-511-9.
8. Нил А. Г. Национальная травма и коллективная память: основные события в американском веке. М. Э. Шарп. – Армонк; Нью-Йорк, 1998.
9. О'Лири М. Первые 72 часа: общинный подход к готовности к стихийным бедствиям / М. О'Лири. – iUniverse, Inc., 2004. – 565 с. ISBN: 0-595-75913-0.
10. Шоу С.-Л. Исследование динамики человека в умных и связанных сообществах / С.-Л. Шоу, Д. Суй. – Швейцария : Springer International Publishing, 2018. – 250 с. ISBN: 978-3-319-73246-6.
11. Урсано Р. Дж. Терроризм и стихийные бедствия: индивидуальные и общественные вмешательства в области психического здоровья / Р. Дж. Урсано, С. С. Фуллертон, А. Э. Норвуд. – Изд-во Кембридж. ун-та, 2003. – 364 с. ISBN: 13 978-0-511-07097-6.

12. Индивидуальные и общественные реакции на травмы и бедствия: структура человеческого хаоса / Р. Дж. Урсано, Б. Г. МакКогги, С. С. Фуллертон, Б. Рафаэль. – Изд-во Кембридж. ун-та, 1994. – 438 с. ISBN: 0-521-41633-3.

13. Найдонова Л. А. Рефлексивна психологія територіальних спільнот / Л. А. Найдонова. – К. : Міленіум, 2013. – 279 с. ISBN: 978-966-8063-65-7 54.

14. Підручник пожежного-рятувальника / за заг. ред. С. А. Парталіяна. – К., 2014.

15. Сидоров П. И. Психология катастроф / П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк. – Архангельск : Изд. центр СГМУ, 2007.

Reference

1. Aldrich, D. P., Oum, S., Sawada Y. (2015) Resilience and Recovery in Asian Disasters: Community Ties, Market Mechanisms, and Governance. Tokyo: Springer, 359. ISBN 978-4-431-55021-1
2. Alexander J. C. (2012) Trauma: A Social Theory. Cambridge: Polity Press, 180. ISBN-13: 978-0-7456-4912-2
3. Bar-On, D. (1999) The Indescribable and the Undiscussable. Reconstructing Human Discourse After Trauma. Budapest: Central European University Press.
4. Cobb, J. (2016) Prepper's Communication Handbook: Lifesaving Strategies for Staying in Contact During and After a Disaster, Berkeley: Ulysses Press, 224. ISBN: 978-1-61243-531-2.
5. Haddow, G. D., Haddov, K. S. (2009) Disaster communications in a changing media world. Oxford: Elsevier, 240. ISBN: 978-1-8561-7554-8.
6. Horowitz, M. J. (1976). Stress response syndromes, 2nd edn. Northvale, NJ: Aronson.
7. Kapur, G. B., Bezek, S., Dyal J. (2017) Effective communication during disasters: making use of technology, media, and human resources. Oakville: Apple Academic Press, 284. ISBN: 13: 978-1-77188-511-9
8. Neal, A. G. (1998) National Trauma and Collective Memory: Major Events in the American Century. M. E. Sharpe, Armonk, NY.
9. O'Leary, M. (2004) The First 72 Hours: A Community Approach to Disaster Preparedness. iUniverse, Inc., 565. ISBN: 0-595-75913-0.
10. Shaw, S.-L., Sui, D. (2018) Human Dynamics Research in Smart and Connected Communities, Switzerland: Springer International Publishing, 250. ISBN 978-3-319-73246-6.
11. Ursano, R. J., Fullerton, C. S., Norwood, A. E. (2003) Terrorism and Disaster: Individual and Community Mental Health Interventions. Cambridge University Press, 364. ISBN-13 978-0-511-07097-6.
12. Ursano, R. J., McCaughey, B. G., Fullerton, C. S., Raphael, B. (1994) Individual and Community Responses to Trauma and Disaster: The Structure of Human Chaos. Cambridge University Press, 438. ISBN 0-521-41633-7.
13. Naydonova, L.A. (2013) Reflexive psychology of territorial community. Kyiv: Milenium, 279. ISBN: 978-966-8063-65-7 54. (ukr.)
14. Pidruchnyk pozhzhogo-ryatuvallynyka (2014) Eds. S. A. Partalyan. – Kyiv, 704. (ukr.)
15. Sydorov, P.I., Mosiagin, I.G., Maruniak, S.V. (2007) Psychology of disaster. Arhangelsk: Izdatelskiy tsentr SGMU, 656. (rus.)

Надійшла до редколегії 06.09.18

Л. Найдонова, д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України
 Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
 ORCID ID 0000-0002-1222-295X

РАЗНОВРЕМЕННАЯ ДИНАМИКА КОЛЛЕКТИВНОЙ ТРАВМЫ КАК ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РЕАБИЛИТОЛОГА

Проанализирован опыт изучения динамики преодоления природных катастроф и других экстремальных ситуаций с точки зрения обоснования тематической и дидактической структуры учебной дисциплины по подготовке социального реабилитолога. Выделены четыре подхода к пониманию пострадавших сообществ: просветительский, психоаналитический, социально-конструктивистский, организационно-психологический. Предложены три масштаба интервалов времени для социально-психологического анализа динамики пострадавшего сообщества: urgentный, долговременный и трансгенерационный. Сформулированы особые принципы преподавания новой дисциплины.

Ключевые слова: сообщество, коллективная травма, медиатравма, посттравматический рост, рефлексивная валидность, ресурсность, информационная экологичность.

L. Naydonova, Dr. of psychology, corresponding member of NAES of Ukraine
 Institute of social and political psychology of NAES Ukraine
 ORCID ID 0000-0002-1222-295X

DIFFERENT-TIME DYNAMICS OF THE COLLECTIVE TRAUMA AS THE INTELLECTUAL INSTRUMENT FOR SOCIAL REHABILITATOR

Ukraine is in a situation of increased danger of emergencies in connection with a continuing international armed conflict on the territory of the country. This creates the need for specialized training of specialists in order to increase the psychological readiness and capacity of communities for effective action in emergencies. The aim is to establish the conceptual grounds for developing disasters community readiness by focused and informed social workers. Creation and approbation of the new high education learning course on the base of theoretical analysis is the proposed way. As the results of analysis are some schemas of dynamics of the communities coping processes during and after disasters and other extremal situations (fire, technological catastrophe, war captivity, historical trauma). It is grounded topics and educational principles of discipline for social rehabilitators professional prepare. The author singles out four approaches for understanding suffering community and collective trauma dynamics (enlightenment, psychoanalytic, socio-constructive and organizational psychological). It is proposed three scales for social psychological analysis of community: urgent, long-term and trans-generative time intervals. Because the content has potential for secondary trauma induction, it is necessary to improve some safe promotional didactic elements: reflexive validity, resourceness, and information ecology principles. Students can choose some additional traumatic situations in local or national communities for joint analysis in the auditorium, which gives empowerment and feelings of co-creation during learning process.

Keywords: community, collective trauma, media trauma, post trauma growth, reflexive validity, resourceness, information ecology.

УДК 364.044.42

DOI: <https://doi.org/10.17721/2616-7786.2018/3-1/13>

О. Тохтамиш, канд. психол. наук, доц.
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ
ORCID iD 0000-0002-3850-535X

ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ

Розглянуто елементи й умови посттравматичного зростання в контексті реабілітаційного процесу та соціального сприяння розвитку людини після психотравмуючої події. Досліджено форми соціально-реабілітаційного супроводу з погляду створення умов для посттравматичного зростання та їх ефективність. Проаналізовано теоретичні та прикладні моделі з ресурсними елементами сприяння реабілітаційному процесу та процесу посттравматичного зростання.

Ключові слова: соціальна реабілітація, психологічна травма, посттравматичне зростання, соціальний супровід.

Вступ. Комплексний характер сучасної реабілітології та інтегративні тенденції в ній визначають спрямованість її розвитку із усвідомленням обмеженості суто проблемно-орієнтованого підходу. Соціально-психологічні процесуальні характеристики людського існування не можуть зумовлювати постановку завдань реабілітації як простого "ремонт" та повернення людини до того функціонування, яке було до травмуючої події. Вельми імовірно, що людина потрапляє в інші, часто – суттєво інші умови, що потребує формулювання мети реабілітації в термінах розвитку. При цьому з етимологічного погляду поняття *реабілітація* виходить за рамки свого означення і може бути позначено як *проабілітація*.

Одним із трансформаційних феноменів переживання та подолання людиною кризової ситуації є посттравматичне зростання (ПТЗ). Виокремлене в середині 90-х рр. минулого століття в руслі такого напрямку як позитивна психологія, воно зумовлюється, крім інших, чинниками соціального оточення, у тому числі аранжуванням соціального середовища, яке може йому сприяти. Певною мірою дослідження посттравматичного зростання висвітлюють новий рівень екзистенційних можливостей у реабілітації та абілітації осіб, які мають посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Особливої актуальності ця тема набуває в умовах бойових дій на сході України, коли кожного дня учасники операції об'єднаних сил перебувають у ситуації загрози життю та ризику отримання бойової психологічної травми [1]. При цьому обізнаність фахівця в галузі соціальної реабілітації щодо особливостей і ресурсів процесу посттравматичного зростання і створення сприйнятливих умов для нього є важливою складовою його професійних компетентностей.

Метою статті є системний розгляд та аналіз соціальних і психологічних реабілітаційних чинників посттравматичного зростання людини, що пережила кризову подію.

Виклад основного матеріалу. Термін *посттравматичне зростання* вперше у 1990-х рр. запропонували Р. Тедескі та Л. Калхун [2] для позначення позитивних психологічних змін, що виникають унаслідок негараздів та інших проблем і сприяють підйому на вищий рівень функціонування. Обставини, які при цьому виникають, кидають серйозний виклик як адаптаційним ресурсам особистості, так і розумінню нею світу і свого місця в ньому. Посттравматичне зростання передбачає трансформаційні психологічні зміни в мисленні та ставленні людини до світу, що сприяє особистому зростанню [2]. Серед напрямів посттравматичного зростання виокремлюють такі.

1. Цінування життя людиною зростає: процес розвитку, спричинений травматичним досвідом, зумовлює зміну пріоритетів. Важливість малих, повсякденних речей зростає. Матеріальні речі втрачають цінність, натомість особисті стосунки починають цінуватися значно більше.

2. Інтенсифікація особистих стосунків: травматична подія впливає на зміни у стосунках. Певні стосунки припиняються, інші починають цінуватися значно більше. Здатність до співпереживання зростає. Людина спроможна відчувати більше співчуття до інших, особливо тих, хто цього потребує.

3. Усвідомлення своїх сильних сторін: разом з адекватною оцінкою власної вразливості також зростає почуття внутрішньої сили. Зростає впевненість у тому, що можна опанувати наслідки руйнівних подій.

4. Відкриття нових можливостей у житті: людина знаходить нові цілі та завдання у власному житті. Це може бути пов'язано зі зміною професії, підвищенням соціальної активності тощо.

5. Інтенсифікація духовної свідомості: граничні переживання, викликані травматичною подією, породжують екзистенційні питання. Змінюються погляди на сенс життя, які можуть породити більшу духовність і духовні переживання [2].

Посттравматичне зростання було задокументоване щодо різних природних і техногенних травматичних подій, включаючи хворобу, яка загрожує життю, війну, насильство, імміграцію та смерть близьких [3]. Воно також спостерігається в різних країнах і в контексті різних культур. Це свідчить, що ПТЗ є універсальним явищем, але також виявляє деякі культурні варіації [2]. Зростання після травм спостерігається не тільки щодо окремих людей, але й щодо сімей як соціальних систем.

Яскравими прикладами того, що може бути позначено терміном посттравматичного зростання, є життєвий і професійний шлях двох видатних психотерапевтів ХХ ст., В. Франкля та М. Еріксона.

В. Франкль, як відомо, провів два роки та сім місяців у нелюдських умовах концтаборів Терезієнштадт, Аушвіц і Дахау, втративши в ці часи батьків і дружину. Після звільнення він створив свій напрям екзистенційної терапії – логотерапію, яка стала всесвітньо відомою, а його книги видано 32 мовами світу. Діалектична парадоксальність феномена посттравматичного розвитку, імовірно, відобразилась в одній з технік логотерапії – методі парадоксальної інтенції.

М. Еріксон протягом життя був двічі паралізованим через напади поліомієліту, це не завадило йому створити революцію в підході до використання гіпнозу в психотерапії та зробити потужний внесок у розвиток психотерапевтичних принципів і технік, серед яких: утилізація, використання гумору, терапія випробуванням, фокусування на ресурсах, прийняття унікальної індивідуальності клієнта, використання специфічних мовленевих патернів, розповідання психотерапевтичних історій, мілтон-модельювання, підлаштування й ведення тощо. Провідним принципом еріксонівського підходу його послідовники називають принцип утилізації (використання) [4]. М. Еріксон ставився до того, що могло розглядатися як проблема, як до чогось корисного, та-