

А. С. Гуляєвааспірант кафедри загальної та практичної психології
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя**Ю. О. Ковальчук**кандидат фізико-математичних наук, доцент,
директор Навчально-наукового інституту точних наук і економіки
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

АНАЛІЗ ЕМПІРИЧНИХ ДАНИХ ЩОДО ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ ТА СИСТЕМИ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

У статті представлені та проаналізовані емпіричні дані щодо задоволеності життям та системи переконань особистості в кризових умовах. Акцентовано увагу на цінності цієї психодіагностичної роботи, яка полягає у віднайденні узагальнюючого патерну задоволеності життям, який у цілому повторюється на вибірках переселенців та людей, які не були вимушені переселятися. Визначено, що за умовно однакових обставин деякі вимушені переселенці, не дивлячись на труднощі, будують нові життя, часом навіть більш успішні або більш гармонійні, ніж були до війни.

Ключові слова: задоволеність життям, кризові ситуації, переконання, особистість.

Постановка проблеми. Зміни, які відбулися на рубежі ХХ – ХХІ століть, зміни у внутрішній і зовнішній політиці України визначили високу актуальність проблеми міграції. На відміну від добровільної зміни місця проживання (в пошуках, наприклад, поліпшення життєвих умов), вимушено люди переїжджають, як правило, внаслідок військових дій, утисків влади, дискримінації за національною ознакою або релігійних переконань.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Термін «переконання» все частіше зустрічається в психологічній літературі у зв'язку із бурхливим розвитком когнітивних та когнітивно-поведінкових напрямків психотерапії. Вивченням переконань займалися А. Бек, А. Фрімен, Р. Бартлетт, Ж. Піаже, С. Епштейн, Р. Янофф-Бульман, Р. Ділтс. Вивченням такого суспільного феномену як кризові життєві ситуації займалися вчені В. Кайгер, Дж. Беррі, М. Южанін, Н. Стукаленко, Н. Ручкова, Н. Лебедева, Г. Солдатова, Ф. Березін, В. Гриценко та інші.

Метою даної роботи є аналіз емпіричних даних щодо задоволеності життям та системи переконань особистості в кризових умовах.

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в емпіричному дослідженні задоволеності життям та системи переконань особистості в умовах вимушеного переселення.

Виклад основного матеріалу дослідження. У результаті збройного конфлікту в Луганській і Донецькій областях, жителі цих регіонів були змушені прийняти рішення про від'їзд з історичної батьківщини. Початковий конфлікт між відсутністю позитивної мотивації до переїзду і фізичною неможливістю подальшого перебування на істо-

ричній батьківщині, травматизація психіки, обумовлена причинами і історією міграції, а також труднощі адаптації на новому місці визначають формування досить специфічного досвіду вимушених переселенців, який виходить за межі звичайного і повсякденного.

Феномен вимушеної міграції є складним і багатограним процесом. Поняття «міграція» і «вимушена міграція» вбирають в себе цілий ряд термінів. До їх числа в першу чергу належать «біженці» і «вимушені переселенці».

Згідно з керівними принципами УВКБ ООН з питання про переміщення осіб усередині країни, особи, переміщені всередині країни, визначаються як люди або групи людей, які були змушені рятуватися втечею або покинути свої будинки або місця проживання через або для того, щоб уникнути наслідків збройного конфлікту, ситуації загального насильства, порушень прав людини або стихійних лих, техногенних катастроф і які не перетнули міжнародно-визнаний державний кордон країни [2, с. 31].

В історії нашої країни раніше такої групи населення не було. За час існування нинішньої української держави ми не знали, що таке збройний конфлікт, військові дії, зовнішня агресія, громадянська війна. Залишаючи рідні місця, люди сподівалися, що незабаром повернуться додому.

Вимушене переселення входить до числа складних життєвих ситуацій. Травматизація психіки в минулому була обумовлена історією міграції, травматизація психіки в новому соціокультурному середовищі викликана вимогами адаптації та іншими труднощами, що виникають після переїзду. З повним правом його можна віднести до числа екстремальних, коли перед особистістю ста-

вється проблема виживання, постійна боротьба із надскладними життєвими обставинами.

Так, в основі емпіричного дослідження лежали такі гіпотетичні міркування. За умовно однакових обставин одні вимушені переселенці, не дивлячись на труднощі, будують нові життя, часом навіть більш успішні або більш гармонійні, ніж були до війни. Зіткнувшись із смертельною небезпекою, втративши свій будинок, батьківщину, облаштований побут, усвідомивши, що життя може обірватися в будь-яку секунду люди змінюють своє ставлення до життя, до своїх близьких, до професії і навіть до проведення часу. Усвідомлення цінності життя призводить до бажання жити щасливо, тобто в злагоді зі своїми істинними бажаннями – жити з улюбленими і люблячими людьми, проводити більше часу з ними, займатися улюбленою справою, не витрачати час даремно. І навпаки, є переселенці, які свої невдачі виправдовують війною, хоча фактично деякі з них стали жити навіть краще (наприклад у матеріальному плані, отримуючи грошову допомогу, продуктові пакети та інше).

Завданнями емпіричного дослідження були:

1. Проаналізувати дані первинного статистичного аналізу за методиками «Шкала базових переконань» та «Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» на досліджуваних групах вимушених переселенців та осіб, які не змушені були переселятися в результаті подій АТО.

2. Провести кореляційний та факторний аналіз отриманих кількісних даних, дати їм якісну феноменологічну оцінку.

3. Вивчити результати інтерв'ювання вимушених переселенців із зони АТО та встановити на цьому підґрунті основні психологічні особливості системи переконань особистості в кризових умовах.

Емпіричне дослідження мало на меті поєднання результатів якісного та кількісного аналізу. Тому ми використали дві стандартизовані психодіагностичні методики (Шкала базових переконань Янов-Бульман WAS та Шкала оцінки задоволеності життям Q-LES-Q-SF Дж. Ендікот), коротку анкету щодо задоволеності своїм життям до переселення, а також інтерв'ю із 78 переселенцями. Отримані за психодіагностичними методиками та анкету дані були зібрані за допомогою інтернет-опитування за допомогою сервісу Google Forms. Отримані дані про переселенців (114 осіб) і непереселенців (216 осіб). Для статистичної обробки даних використовувалася програма IBM SPSS Statistics 21.0.

Використовувалися такі опитувальники як «Шкала базових переконань» (World assumptions scale, WAS) Янов-Бульман та «Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» Дж. Ендікот (Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire – Short Form, Q-LES-Q-SF, Jean Endicott).

«Шкала базових переконань» (World assumptions scale, WAS) Р. Янов-Бульман ґрунтується на когнітивній концепції базових переконань людини. Розроблена Р. Янов-Бульман [4, с. 65], адаптована без стандартизації О. Кравцовою, адаптована та стандартизована М. Падун, А. Котельніковою. Методика ґрунтується на понятті «базових переконань» або «базових схем» та є спробою відповісти на питання, як людина будує свої уявлення про себе та про оточуючий світ [5, с. 74]. При цьому базові переконання – це внутрішні, узагальнені, стійкі уявлення людини про себе та про світ, які чинять вплив на мислення, емоції та поведінку особистості. На думку Р. Янов-Бульман, здорове відчуття безпеки ґрунтується на трьох категоріях базових переконань, які складають ядро нашого суб'єктивного світу: 1) віра в те, що у світі більше добра, ніж зла; 2) переконаність у цінності власного «Я»; 3) під впливом травматичних подій базові переконання можуть істотно змінюватися.

Для нашого емпіричного дослідження особливо важливим є останній аспект, а саме те, що під впливом травматичної події, якою може бути вимушене переселення, базові переконання можуть змінюватися, і це впливатиме на задоволеність якістю життя за різними параметрами. Ми використовували варіант методики, стандартизований М. Падун та А. Котельніковою. Методика містить 5 субшкал та 37 тверджень, які треба оцінити за 6-бальною шкалою Лайкерта [6, с. 91].

«Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» Дж. Ендікот (Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire – Short Form, Q-LES-Q-SF, Jean Endicott) створена в 1990-х роках у США. Ця методика дає можливість оцінити, наскільки суб'єкт відчуває задоволення у різних сферах власного життя. Шкала є скороченим та спрощеним варіантом опитувальника «Якість життя». Основний, ядерний концепт методики – «якість життя» – прийшов у психологію з медицини, де під якістю життя розумівся вплив основного захворювання людини на її благополуччя в різних сферах життя – фізичному, інтелектуальному, емоційному тощо [4, с. 5]. Якість життя або ж задоволеність життям може знижуватися не тільки під час хвороб тіла, але й за умов різних психологічних труднощів. Тоді симптоми можуть бути не такими явними, але людина може відчувати себе нещасною, незадоволеною собою, оточуючими людьми та життям у цілому. Шкала містить 14 тверджень, орієнтовний час тестування складає до 5–7 хвилин.

Враховувалися вікові ознаки: середній вік досліджуваної вибірки переселенців із зони АТО становив 40,4 років; мода 40; медіана 40. За ознакою статі 74% досліджуваних переселенців – жінки, 26% – чоловіки. Досліджуваних також запитували, у якому місці вони проживали до переїзду

і де живуть зараз. 5% досліджуваних зараз живуть за кордоном, 34% проживають в Україні, решта в інших містах та селищах України.

Індикатором кризовості умов був факт вимушеного переселення із зони АТО. Тут наявні різні психологічні ознаки кризи: людина змушена залишати звичні обставини життя, докорінно змінювати умови життя, докладати значних зусиль для стабілізації та облаштування життя в нових умовах. Щоб дослідити психологічні особливості системи переконань особистості в таких кризових умовах, ми використали психологічні опитувальники та метод інтерв'ю.

У фокусі нашого дослідження була система переконань особистості у кризових умовах (у випадку вимушеного переселення із зони АТО). У той же час система переконань – досить широке поняття, яке слід операціоналізувати. Здійснивши аналіз літературних джерел за цією проблемою, ми прийшли до висновку, що конкретизацією поняття системи переконань особистості можуть бути базові переконання.

Методика «Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» Дж. Ендікот (Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire – Short Form, Q-LES-Q-SF, Jean Endicott) припускає наявність 14 параметрів задоволеності життям. Результати порівняльного аналізу середньоарифметичних значень за виборками переселенців ($n = 114$) і людей, які не змушені були переселятися ($n = 216$), представлений на рис. 1.

Слід зауважити, що за 13 параметрами із 14 показники є нижчими для вибірки переселенців. Дійсно, ця група є дещо депривованою за багатьма об'єктивними показниками, що відображається також на показниках суб'єктивного переживання благополуччя. Задоволеність своєю здатністю впоратися зі щоденними обов'язками вища на вибірці переселенців.

Як переселенці, так і не переселенці мають свої узагальнені профілі задоволеності за різними показниками, які у загальній своїй конфігурації є дуже подібними на обох вибірках. Той факт, що у нашому дослідженні у переселенців нижчі показники за 13 пара-

метрами із 14, не відмінняє того, що всередині групи є більша задоволеність, наприклад, своєю здатністю підійматися без запаморочення, похитування чи падіння і менша задоволеність своєю роботою. Ці дані слід вважати характерними для української вибірки. Втім, об'єктивні обставини життя переселенців обумовлюють нижчий рівень задоволеності, зафіксований за допомогою психодіагностичного інструменту «Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» Дж. Ендікот.

Найнижчий рівень стосується задоволеності своїм економічним положенням, що є характерним як для переселенців, так і для непереселенців. Водночас найвищий рівень в обох дослідже-

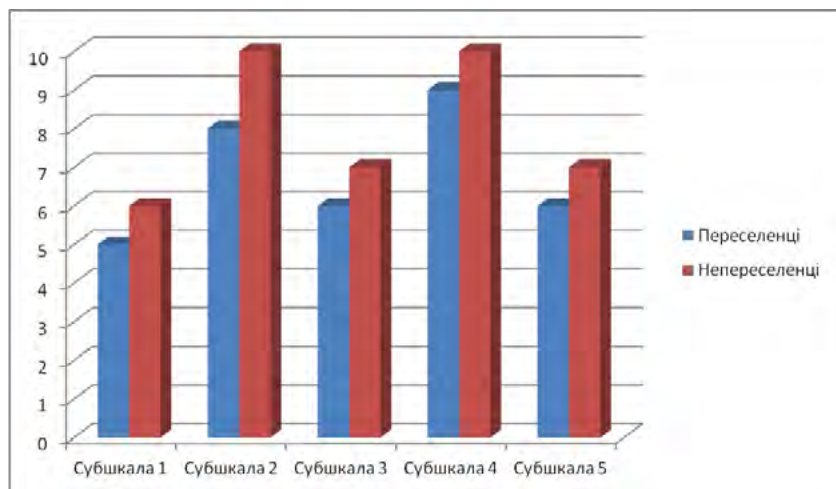


Рис. 1. Середні арифметичні значення задоволеності життям на вибірках переселенців та не переселенців (1 – задоволеність своїм фізичним здоров'ям; 2 – задоволеність своїм настроєм; 3 – задоволеність своєю роботою; 4 – задоволеність своєю домашньою зайнятістю (активністю); 5 – задоволеність своїми стосунками з людьми; 6 – задоволеність своїми сімейними стосунками; 7 – задоволеність своїми заняттями (активністю) у вільний час; 8 – задоволеність своєю здатністю впоратися зі щоденними обов'язками; 9 – задоволеність своїм сексуальним життям; 10 – задоволеність своїм економічним положенням; 11 – задоволеність своїми житловими умовами; 12 – задоволеність своєю здатністю підійматися без запаморочення, похитування чи падіння; 13 – задоволеність своїм ставленням до хобі та роботи; 14 – задоволеність загальним відчуттям власного благополуччя)

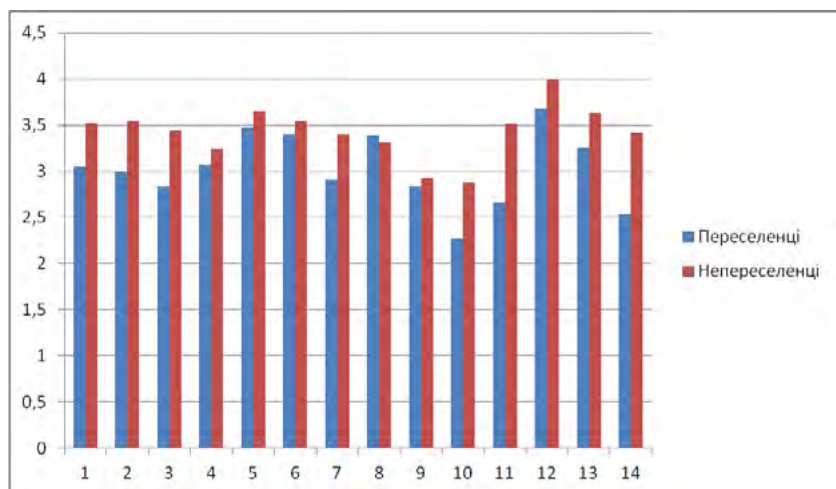


Рис. 2. Базові переконання у вимушених переселенців та людей, які не змушені були переселятися у зв'язку з подіями АТО (Субшкала 1 «Образ Я», субшкала 2 «Доброзичливість оточуючого світу», субшкала 3 «Справедливість», субшкала 4 «Удача», субшкала 5 «Переконання про контроль»)

них групах має задоволеність своєю здатністю підійматися без запаморочення, похитування чи падіння [7, с. 46]. Найбільший розрив між двома досліджуваними групами переселенців та осіб, які не змушені були переселитися виявлений за параметром «задоволеність загальним відчуттям власного благополуччя».

Ми порівняли середньоарифметичні значення, моду, медіану та середньоквадратичне відхилення за всіма показниками методики «Шкала оцінки задоволеності життям (якості життя)» Дж. Ендікот. Високі показники стандартного відхилення можуть свідчити про те, що всупереч загальним тенденціям всередині досліджуваних груп є люди з кардинально різними психологічними особливостями, наприклад, максимально та мінімально задоволені різними сферами життя. Водночас цінність нашої психодіагностичної роботи полягає у віднайденні узагальнюючого патерну задоволеності життям, який здебільшого повторюється на вибірках переселенців та людей, які не були вимушені переселитися.

Порівняння моди, медіани та середньоквадратичного відхилення дало змогу виявити певні нові особливості. Порівнюючи середньоквадратичні відхилення на двох досліджуваних групах – переселенців та осіб, які не змушені були переселитися із зони АТО – слід зауважити, що загальна тенденція є такою, що в цілому на вибірці переселенців вищі показники середньоквадратичних відхилень мали показники задоволеності життям. Це свідчить про те, що особи, які не змушені були переселитися у зв'язку із подіями АТО, мають більш-менш уніфіковані показники задоволеності життям. Якщо, наприклад, для цієї групи властиво бути більш задоволеним своїм ставленням до хобі та роботи, ніж своїм економічним положенням, то така тенденція притаманна більшості членів цієї групи. У цьому плані за показниками задоволеності життям (якості життя) не переселенці є більш однорідною групою. На противагу цьому переселенці мають у цілому вищі показники середньоквадратичних відхилень за різними показниками задоволеності життям (якості життя). Це говорить про те, що ця група є більш диверсифікованою, неоднорідною. Всередині групи є як особи, більш задоволені одними сторонами життя і менш – іншими, так і особи, які мають зовсім інші профілі задоволеності життям.

Найнижчий показник середньоквадратичного відхилення у досліджуваній групі переселенців – за шкалою «Задоволеність своєю здатністю впоратися зі щоденними обов'язками». Водночас саме за цією шкалою середньоарифметичні показники групи переселенців вищі (лише в цьому випадку), ніж групи не переселенців. Найвищі показники середньоквадратичного відхилення стосуються задоволеністю своєю роботою та своїм сексуаль-

ним життям, що природно має високу внутрішню групову диференціацію.

Ми порівняли показники базових переконань вимушених переселенців (за методикою «Шкала базових переконань») та переконань людей, які не змушені були переселитися у зв'язку з подіями АТО. Для цього дані за методиками були переведені в стени. Результати порівняльного аналізу унаочнені на рис. 2.

Як бачимо, базові переконання мають вищі показники, а отже більшу тенденцію до безпеки та конструктивності на вибірці людей, які не змушені були переселитися із зони АТО. Кризова подія, спричинена АТО, зумовила зміну базових переконань у вимушених переселенців, у яких похитнулися уявлення щодо безпеки та стабільності оточуючого світу і пов'язані з ними уявлення про образ себе, справедливість, удачу та контроль.

Найвищі показники для групи не переселенців характерні для субшкал 2 «Доброзичливість оточуючого світу» та 4 «Удача». У той же час для групи вимушених переселенців найвищі показники зафіксовані саме за субшкалою 4 «Удача». Отже, для обох груп характерні високі показники за субшкалою «Удача». Навіть якщо досліджувані вважають, що події навколо неконтрольовані (а за нашими емпіричними даними результати за субшкалою 5 «Переконання про контроль» значно нижчі, ніж за субшкалою «Удача») і всім керує випадковість, тим не менше ці досліджувані можуть вважати себе просто фаворитами долі, улюбленцями фортуни і таким чином підтримувати почуття власної невразливості.

Найнижчі показники для обох груп характерні для субшкали 1 – «Образ Я». Ця субшкала характеризує в першу чергу уявлення людини про власну самоцінність, тобто уявлення про себе як про людину, достойну любові та поваги, порядну, таку, яка дотримується вимог моралі. Низькі показники за цією шкалою свідчать про те, що кризова ситуація в сучасному українському суспільстві є в першу чергу загрозою для «образу-Я» людей, що в подальшому може спричинювати загальне самовідчуття себе в цьому світі як нестабільне та хитке, а світу як небезпечного та загрозового.

Отже, в нашому дослідженні було емпірично підтверджено гіпотезу про те, що за умовно однакових обставин деякі вимушені переселенці, не дивлячись на труднощі, будують нові життя, часом навіть більш успішні або більш гармонійні, ніж були до війни. На основі емпіричних даних проаналізовані психологічні особливості системи переконань особистості в кризовій ситуації вимушеного переселення із зони АТО в Україні. Здійснений аналіз взаємозв'язків між базовими переконаннями та задоволеністю життям. Виявлено, що між переселенцями та не переселенцями існує ряд відмін-

ностей за параметрами базових переконань та задоволеності життям. Це дозволило нам виокремити деякі психологічні особливості системи переконань особистості в кризових умовах (на прикладі вимушеного переселення із зони АТО), які полягають у зниженому загальному відчутті власного благополуччя, зниженій задоволеності різними аспектами життя (здоров'ям, хобі, роботою, дозвіллям, своїм настроєм, економічним положенням) та базовими переконаннями про себе як менш гідних любові і поваги, яким менше щастить, а про світ – як менш справедливе і безпечне місце.

Література:

1. Бодалев А.А. Личность и общение / Алексей Александрович Бодалев. М. : Международная педагогическая академия, 1995. 328 с.
2. Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП / Роберт Дилтс, пер. с англ. В.П. Чурсина. М. : Независимая фирма «Класс», 2000. 192 с.
3. Левин К. Теория поля в социальных науках: Пер. с англ. / Курт Левин. СПб. : «Сенсор», 2000. 368 с.
4. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики / Пер. с англ. / Абрахам Маслоу. СПб. : «Евразия», 1997. 430 с.
5. Падун М.А. Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика / М.А. Падун, А.В. Котельникова. Москва : Институт психологии РАН, 2012. 208 с.
6. Падун М. Психическая травма и базисные когнитивные схемы / М. Падун, Н. Тарабрина // Московский психотерапевтический журн., 2003. № 1. С. 121–141.
7. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Тетяна Михайлівна Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

Гуляева А. С., Ковальчук Ю. А. Анализ эмпирических данных по удовлетворенности жизнью и системы убеждений личности в кризисных условиях

В статье представлены и проанализированы эмпирические данные касательно удовлетворенности жизнью и системы убеждений личности в кризисных условиях. Акцентируется внимание на ценности этой психодиагностической работы, которая заключается в нахождении обобщающего паттерна удовлетворенности жизнью, который в целом повторяется на выборках переселенцев и людей, которые не были вынуждены переселяться. Определено, что при условно одинаковых обстоятельствах некоторые вынужденные переселенцы, несмотря на трудности, строят новые жизни, порой даже более успешны или более гармоничны, чем были до войны.

Ключевые слова: *удовлетворенность жизнью, кризисные ситуации, убеждения, личность.*

Huliaieva A. S., Kovalchuk Yu. O. Analysis of empirical data on the satisfaction of life and belief system of the individual in crisis conditions

The article presents and analyzes empirical data on the satisfaction of life and belief system of a person in crisis conditions. The attention is paid to the value of this psychodiagnostic work, which consists in finding a generalizing pattern of life satisfaction, which in general is repeated on the samples of settlers and people who were not forced to resettle. It is determined that under conditionally identical circumstances, some forced migrants, in spite of difficulties, build new lives, sometimes even more successful, or more harmonious than they were before the war.

Key words: *life satisfaction, crisis situations, persuasion, personality.*