

УДК 159.98

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.19>

ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Юлія Котовська

*Національний університет «Острозька академія»,
вул. Семінарська, 2, м. Острог, Україна, 35800
e-mail: yuliia.kotovska@oa.edu.ua*

Оксана Матласевич

*Національний університет «Острозька академія»,
вул. Семінарська, 2, м. Острог, Україна, 35800
e-mail: oksana.matlasevych@oa.edu.ua*

Стаття присвячена вивченню особливостей посттравматичного зростання студентської молоді в умовах повномасштабної війни в Україні. Феномен посттравматичного зростання розуміють як позитивні зміни в результаті боротьби із травматичним досвідом, які проявляються у зміні уявлення про себе, змінах у міжособистісних стосунках, а також у зміні філософії життя. З цією метою було проведено емпіричне дослідження міри травматизації від війни та оцінку ймовірності виникнення ПТСР; способів справлятися із травмою та стійкості до неї (копінг-механізми та рівень стресостійкості); вивчення спрямованості на посттравматичне відновлення, а також динаміку змін посттравматичного відновлення (зміни емоційного фону, цінностей та сенсу життя). Результати дослідження показали, що з кожним роком війни частка молоді, які мають симптоми ПТСР, зростає. При цьому домінуючим способом справлятися з травматичними переживаннями є когнітивна переоцінка, яка передбачає зміну ставлення, думок щодо обставин травми та переоцінку власних можливостей справлятися з ними. Водночас, попри домінування когнітивного компоненту, показники стресостійкості та психологічної гнучкості поступово знижуються, що свідчить про те, що кожен рік війни зменшує адаптаційні можливості організму та виснажує психіку. Поки війна триває, складно робити прогнози на майбутнє щодо можливостей відновлення психіки. Однак, вже зараз зафіксовано стійкі тенденції до домінування вектору у студентів на посттравматичне зростання. Це свідчить про позитивні зміни у сфері сприйняття молоддю власного «Я», появу нових можливостей, збільшення сили особистості та появу відчуття внутрішньої цілісності.

Ключові слова: посттравматичне зростання, студентська молодь, цінності, стійкість, адаптація, когнітивна переоцінка.

Постановка проблеми. Останнім часом однією зі сфер досліджень і практики, поряд із посттравматичним стресом, є процес посттравматичного росту (ПТЗ). Посттравматичний ріст розуміють сьогодні як позитивні зміни в результаті боротьби із травматичним досвідом. Більшість досліджень цього феномену проводилися з дорослими (наприклад, Calhoun & Tedeschi, 2006; Helgeson, Reynolds & Tomich, 2006; Knaevelsrud, Liedl, & Maerker, 2010). Проте, результати деяких досліджень вказують на те, що молодь також демонструє ПТЗ-подібні зміни [1]. Дослідники прагнули оцінити феномен, вивчити його кореляти та зрозуміти фактори, що сприяють ПТЗ у молодості. Було задокументовано зміни, схожі на ПТЗ у молоді, яка зазнала стихійних лих (Cryder et al., 2006;

Hafstad, Gil-Rivas, Kilmer, & Raeder, 2010; Hafstad, Kilmer, & Gil-Rivas, 2011 та ін.), тероризму (Levine, Laufer, Hamama-Raz, Stein & Solomon, 2008), дорожньо-транспортних пригод (Salter & Stallard, 2004), онкології (Barakat, Alderfer, & Kazak, 2006), втрати батьків (Kilmer, Calhoun, Tedeschi, McAnulty, & Gil-Rivas, 2006), а також низки інших потенційно травматичних подій.

Водночас, досліджень, присвячених вивченню особливостей посттравматичного зростання студентської молоді в умовах повномасштабної війни, нами не було знайдено.

Виклад основного матеріалу дослідження. Хоча термін посттравматичний ріст (і його сучасні конотації) був уведений відносно недавно [2], сам феномен ПТЗ має історичне підґрунтя в психології, філософії та інших галузях знань.

У ранніх концепціях посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л.Калхун виділили три категорії, за якими пропонують його вимірювати: зміни в собі, зміни в міжособистісних стосунках і змінена філософія життя [2]. *Зміни в самосприйнятті* відображають покращене уявлення про свою силу, здібності тощо, що своєю чергою, покращує самооцінку компетентності людини. *Зміни в міжособистісних стосунках* характеризуються покращенням як у глибині, так і в якості стосунків, завдяки усвідомленню їх важливості. *Змінена філософія життя* передбачає боротьбу за розуміння травматичної події як пошуку нового сенсу у житті. Дослідники стверджують, що «отримання нового погляду на змінену реальність може полегшити використання адаптивних стратегій подолання та стимулювання ПТЗ» [3, с. 12].

Коли мова йде про ПТЗ, то має значення масштаб виклику. Дослідники стверджують, що «подія має бути настільки засмученою, щоб кинути виклик цілям, переконанням і здатності людини справлятися з лихом або спричинити зміни в її погляді на світ або себе, щоб відбулося зростання» [4]. Цей термін підкреслює ідею, що травматичні події можуть дати людині нову мету та силу, підштовхуючи її до пошуку варіантів справлятися зі складними викликами поза межами наших можливостей. Таке мислення дає можливість знайти й усвідомити, що саме робить життя вартим того, щоб жити, і в процесі надихає людей жити життям, яким вони пишуться.

П. Лушин та Я. Сукхенко дійшли висновку, що (а) травматична подія може бути передумовою для незворотних змін особистості/ розвитку; (б) посттравматичний процес неоднозначний і виявляється в потоці відносно позитивних і негативних транзиторних форм; (с) один із них – це переживання повного глухого кута або блокування процесу фасилітації; (д) чутливість до випадкових подій і ритму їх зміни [5].

Незважаючи на те, що ця сфера наукових інтересів лише зароджується, теоретичні та концептуальні праці пов'язані з ПТЗ у підлітків та молоді [6] виходили з теоретичних положень ПТЗ у дорослих. Безумовно, що травматичні події можуть похитнути внутрішній світ молодої людини і навіть змінити центральні припущення або основні переконання щодо себе, інших, свого світу та сенсу свого життя і, так само можуть стимулювати спроби впоратися та адаптуватися. Як підкреслюють автори, зростання відбувається в результаті боротьби з травмою та її наслідками, а не лише з досвідом самої травми. Тобто, вважається, що ПТЗ можливе тоді, коли людина починає боротися зі своєю новою реальністю і працює над тим, щоб зрозуміти, що сталося, коли здійснює когнітивну обробку травматичних переживань [7].

Через такий навмисний і конструктивний процес роздумів [8] відбувається осмислення події, що в результаті призводить до зміни схеми, яка консолідує змінені погляди на себе, інших, а також новий спосіб життя [7].

Відтак, існуючі дані свідчать про те, що після травматичних подій реакції та відповіді молодих людей у різному віці різні, частково через їхні когнітивні та емоційні

особливості, які визначають різний ступінь розуміння та прийняття такого досвіду [1]. Однак останні дослідження виявили деякі ключові елементи цього процесу, включно з тими, які здаються актуальними як для молоді, так і для дорослих, наприклад, процеси обдумування [1].

Тим не менше, необхідно визнати, що ці процеси будуть залежати від саморозуміння та усвідомлення. І оскільки основні робочі моделі щодо себе у молодих людей ще не встановлені, то можемо припустити, що ПТЗ буде залежати від взаємодії зі значимими дорослими. Справді, реакція підлітка на травматичну подію, розуміння того, що сталося, і репертуар подолання суттєво залежатиме від найближчих дорослих.

Деякі автори, зокрема Cohen, Hettler, & Pane, 1998, ставлять під сумнів можливість ПТЗ серед молоді, пояснюючи зростання нормативним дозріванням. Деякі дослідження розглядали цю потенційну проблему, але наявні дані вказують, що ПТЗ відображає процес поза нормативним зростанням [6].

Таким чином, ми зосередили свою увагу на ПТЗ студентської молоді, оскільки студентський період припадає на етап інтенсивних змін молоді особистості, які, своєю чергою, будуть залежати від того, як молоді люди аналізують і оцінюють травматичні події, наскільки усвідомлюють власні думки, переживання і стратегії регулювання власних емоцій і чи знаходять конструктивні способи їх вираження. Крім того, студентська молодь є більш відкритою до змін, оскільки, зазвичай, їхні погляди на світ ще знаходяться в стадії розвитку, що може бути фасилітуючим чинником для ймовірного зростання.

Опис вибірки та процедури емпіричного дослідження. Ідея лонгітюдного дослідження ПТЗ студентської молоді в умовах війни обґрунтована тезою авторів цього феномену про те, що такий тип дослідження буде ефективним для визначення першопричин та предикторів зростання, а також ймовірних пов'язаних із ним змінних, які поки що можуть бути неочевидними [7, с. 15].

Відтак, метою нашого емпіричного дослідження було визначити особливості посттравматичного зростання студентської молоді в умовах війни, яка триває. Для цього було заплановано комплексне опитування студентів із певною періодичністю протягом трьох років.

До першого етапу, котрий відбувався в грудні 2022 року, було залучено 206 респондентів (78,6% жінок та 21,4% чоловіків; $M=17,6$ років). До другого етапу – в листопаді-грудні 2023 року – було залучено 121 респондент (90,9% жінок та 9,1% чоловіків; $M=17,8$ років). Очікуваний термін проведення третього психологічного зрізу – грудень 2024 року.

Психодіагностичні методики дослідження були поділені на декілька логічних блоків: дослідження міри травматизації від війни та оцінка ймовірності виникнення ПТСР; дослідження способів справлятися із травмою та стійкості до неї (копінг-механізми та рівень стресостійкості); діагностика спрямованості на посттравматичне відновлення; діагностика динаміки змін посттравматичного відновлення (зміни емоційного фону, цінностей та сенсу життя).

Результати емпіричного дослідження. Дослідження міри травматизації студентської молоді показало, що у 2022 та 2023 роках більшість опитаних не мають чітко виражених симптомів ПТСР (від 56,2% до 83%) (рис. 1).

При цьому первинний скринінг ПТСР як більш об'єктивний метод діагностики фіксував нижчі показники (70,9% та 56,2% на 1 та 2 етапах дослідження відповідно) порівняно зі шкалою самооцінки симптомів ПТСР (83% та 82,6% відповідно). Відтак, самостійна оцінка студентами свого стану залишалась практично без змін через рік, тоді як скринінгова методика демонструвала зростання частки осіб з симптомами ПТСР в 1,3 рази

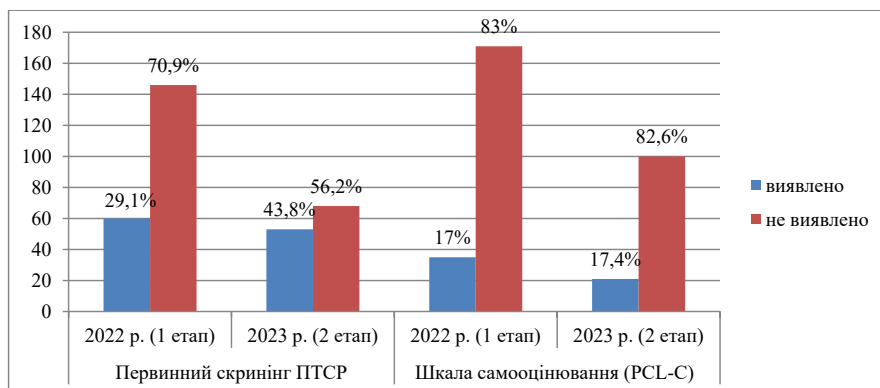


Рис. 1. Результати дослідження міри травматизації (методики «Первинний скринінг ПТСР» та «Шкала самооцінювання щодо наявності ПТСР (PCL-C) (цивільна версія)

у 2023 році (з 29,1% до 43,8%). При цьому самі студенти схильні оцінювати власні симптоми травматизації як менш виражені ($U=9665$; $p=0,001$), з чого слідує що вони або не помічають їх прояву, або навчаються з часом краще з ними справлятися.

Результати дослідження способів справлятися із травмою та опірності до неї за допомогою опитувальника Дж. Гросса представлено на рис. 2.

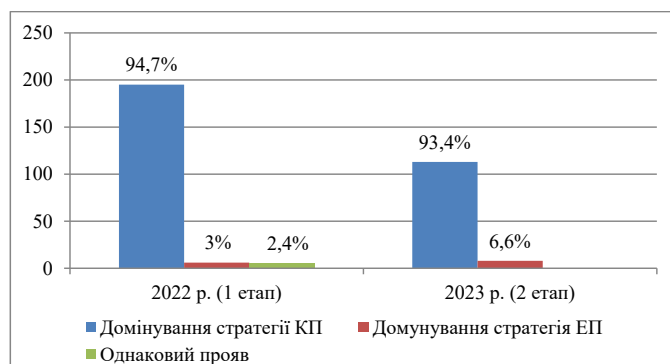


Рис. 2. Результати опитувальника регуляції емоцій ERQ (Дж. Гросс)

Як бачимо, за результатами обох етапів опитування у студентів спостерігається домінування стратегії когнітивної переоцінки (94,7% та 93,4% відповідно). Когнітивна переоцінка передбачає зміну думок, викликаних ситуацією, і зміну оцінки здатності справитися з даною ситуацією, включення її в більш широкий контекст, що в адаптивному випадку веде до збільшення або зменшення інтенсивності поточної емоції або її заміни на іншу емоцію.

Стратегія емоційного придушення зустрічається суттєво рідше як на першому (3%), так і на другому (6,6%) етапах опитування. Одержані дані свідчать про те, що більшість досліджуваних студентів виражають свої почуття та емоції вербально або невербально.

Вважаємо це позитивним аспектом, оскільки не маючи можливості ділитися своїми емоціями та переживаннями, людина може впасти у пригнічений стан, відчувати себе втраченою та самотньою.

Вивчення рівня стресостійкості студентської молоді показало, що на першому році війни середні показники були вище середнього рівня ($M_1=27,32$), тоді як на другому році війни вони дещо знизились до середнього рівня ($M_2=24,95$).

Було встановлено деякі особливості у домінуванні засобів (стратегій) вправління зі стресовими ситуаціями серед студентів (рис. 3).

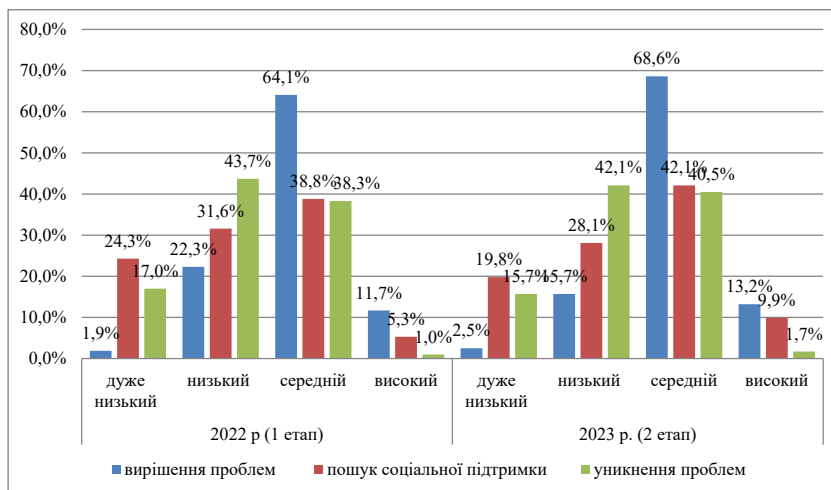


Рис. 3. Результати методики «Індикатор копінг-стратегій»

Так, найчастіше молодь використовує стратегію вирішення проблем ($M_1=24,89$; $M_2=25,4$). Вона є домінуючою на першому (64,1% та 11,7% середнього й високого рівня) та другому роках війни (68,6% та 13,2% середнього й високого рівня). Ця активна поведінкова стратегія передбачає використання людиною усіх наявних у неї особистісних ресурсів для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми.

Наступною за частотою та домінантністю використання є стратегія пошуку соціальної підтримки ($M_1=22,33$; $M_2=21,08$). Вона зустрічається у 38,8% на середньому рівні та 5,3% на високому рівні прояву на першому етапі опитування й 42,1% та 9,9% відповідно на другому етапі опитування. Для неї характерне вирішення проблем та подолання стресових ситуацій шляхом звернення за допомогою до оточуючих.

Найменш ефективною та тією, що найрідше зустрічалась серед студентської молоді, є стратегія уникнення ($M_1=20,65$; $M_2=21$). Вона зафіксована у 38,3% (середній рівень) та 1% (високий рівень) на першому етапі опитування й у 40,5% (середній рівень) та 1,7% (високий рівень). При цьому зауважимо, що середні значення у студентів другого етапу дещо зросли, що може свідчити про тенденцію до зростання частоти використання цієї стратегії боротьби зі стресом. Стратегія уникнення – поведінкова стратегія, при якій людина намагається уникнути контакту з навколишньою дійсністю, піти від вирішення проблем. Людина може використовувати пасивні способи уникнення, наприклад, втечу у хворобу або вживання алкоголю, наркотиків, може зовсім «піти від вирішення проблем», використавши активний спосіб уникнення – суїцид. Зазначимо, що саме стратегія уникнення, як правило, призводить до подальшої травматизації особистості.

Останнім аспектом дослідження в блоці опірності до травми було вивчення емоційної гнучкості респондентів.

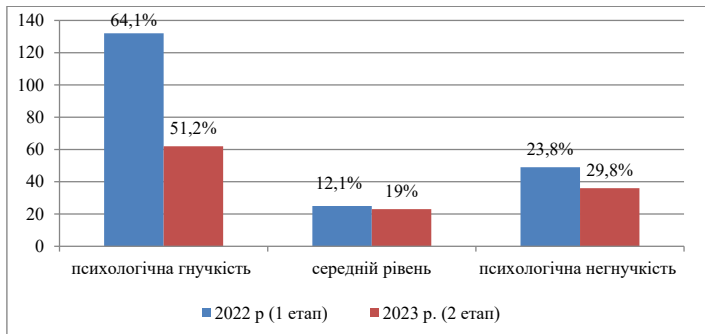


Рис. 4. Результати за методикою Шкала емоційної гнучкості Хейса (AAQ-II)

Дослідження рівня психологічної гнучкості (рис.4) показало, що на першому році війни понад 64,1% студентів мають високий рівень психологічної гнучкості і лише 23,8% є психологічно негнучкими. Тоді як на другому році війни рівень психологічної гнучкості помітно знизився і становив уже 51,2%, тоді як негнучкості – зріс (до 29,8%). Це може свідчити про зниження адаптаційних можливостей організму та особистості, а також виснаження психіки внаслідок дії тривалого стрес-фактору.

Третій емпіричний блок нашого дослідження був націлений на *діагностику спрямованості на посттравматичне відновлення*.

Як показало наше дослідження (рис.5), більшість респондентів після року повномасштабної війни в Україні мають високий (50%) або середній (33,5%) рівень посттравматичного зростання ($M_{ПЗ,1} = 59,1$), тоді як на другому році – частка осіб з високим рівнем посттравматичного зростання помітно збільшується (60,3%), за рахунок чого з середнім – дещо зменшується (33,1%).

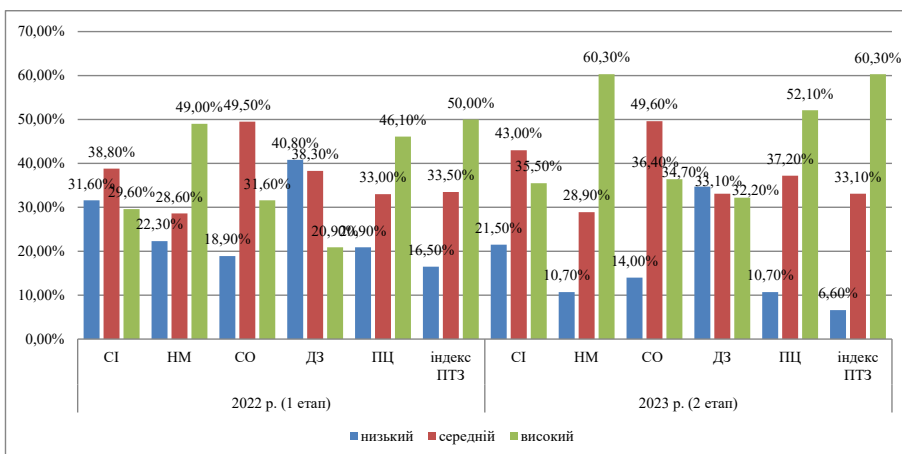


Рис. 5. Результати опитувальника посттравматичного зростання (Post traumatic growth inventory)

Як бачимо, на першому етапі опитування найбільшу кількість осіб з високими та середніми показниками виявлено за шкалами «нові можливості», «сила особистості» та «підвищення цінності життя». Це свідчить про позитивні зміни у сфері сприйняття студентами власного «Я», появу нових можливостей, збільшення сили особистості та появу відчуття внутрішньої цілісності. Слід констатувати, що зміни в самосприйнятті є доволі поширеним наслідком руйнування базових уявлень про світ, що цілком узгоджується із соціально-когнітивною теорією травми Р. Янов-Бульман (Janoff-Bulman, 1998). Зокрема, значні життєві виклики, такі як війна, здатні продукувати зростання відчуття того, що особа пройшла перевірку на власну силу та непохитність. Зваживши все, що сталося, людина здатна зрозуміти, що вона пережила найгірше і що тепер в її житті навряд чи виникнуть ситуації, з якими вона не здатна впоратись. У третини досліджуваних змінилося ставлення до інших і вони почали цінувати наявність у їхньому житті певних взаємовідносин, чітко для себе розуміти, хто їхні справжні друзі.

Найменший відсоток студентів з високими показниками виявлено за шкалою «духовні зміни» (21%). Досвід, що стосується цієї сфери зростання, відображає збільшення почуття сенсу та мети життя, більше задоволення і ясність у відповідях на фундаментальні екзистенційні запитання. Ймовірно, такі зміни більш характерні для старшої вікової категорії.

Щодо результатів опитування після другого року війни, то спостерігається схожа ситуація: найбільшу кількість осіб з високими показниками виявлено за шкалами «нові можливості» (60,3%), «підвищення цінності життя» (52,1%) та «сила особистості» (36,4%), а з середнім – у показниках «сила особистості» (49,6%), «ставлення до інших» (43%) й «підвищення цінності життя» (37,2%).

Порівнюючи середні значення проявів постравматичного зростання помічаємо деяке підвищення за кожною шкалою. Це може свідчити про певні успіхи у боротьбі з несприятливими життєвими обставинами в житті молоді та впливом стресу від війни. Молодь починає більше шукати підтримки в собі та своїх близьких ($M_{CL,1}=18,19$; $M_{CL,2}=20,79$), починає помічати не лише втрати можливостей, але й появу нових ($M_{HM,1}=14,51$; $M_{HM,2}=16,39$). Про це свідчать й результати дослідження змін у поглядах на життя (рис. 6).

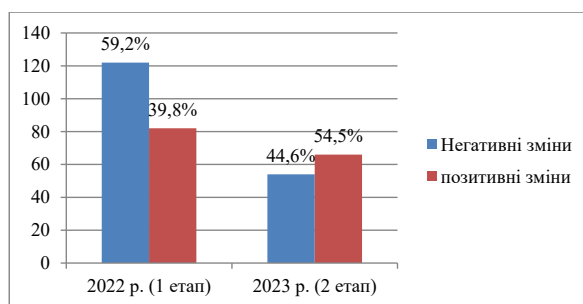


Рис. 6. Результати опитувальника змін у поглядах (Changes in Outlook Questionnaire, CiOQ)

Загалом, понад 54,5% студентів заявляють про позитивні зміни в житті на другому році війни, що помітно вище, ніж на першому році війни (39,8%). Зміни у поглядах в негативному руслі фіксуються у меншій кількості студентів (59,2% проти 44,5% на 1 та 2 етапах опитування відповідно).

Четвертий блок дослідження мав на меті дослідити динаміку *посттравматичного відновлення*. Так, хоча на другому році війни було виявлено деяке підвищення індексу ПТЗ, однак спостерігаємо дещо протилежні аспекти саме в динаміці цього процесу.

Так, у більшості опитаних студентів було зафіксовано зниження показників пошуку ($M_1=14,43; M_2=13,31$) та наявності сенсу життя ($M_1=15,03; M_2=14,7$). Щодо переважаючих емоційних станів в контексті війни, то для сучасної молоді на другому році війни позитивні емоції інтересу ($M_1=9,3; M_2=9,66$), радості ($M_1=8,8; M_2=8,94$) та здивування ($M_1=6,79; M_2=6,84$) виходять на перше місце (59,5% на середньому та 21,5% високому рівнях на другому етапі проти 50,5% та 25,2% відповідно на першому етапі) в порівнянні з такими негативними емоціями як: гнів ($M_1=5,23; M_2=4,58$), відраза ($M_1=6,01; M_2=5,22$), презирство ($M_1=4,96; M_2=4,57$), страх ($M_1=5,19; M_2=5,88$), сором ($M_1=5,75; M_2=6,24$), провина ($M_1=5,81; M_2=6,22$) (рис. 7)

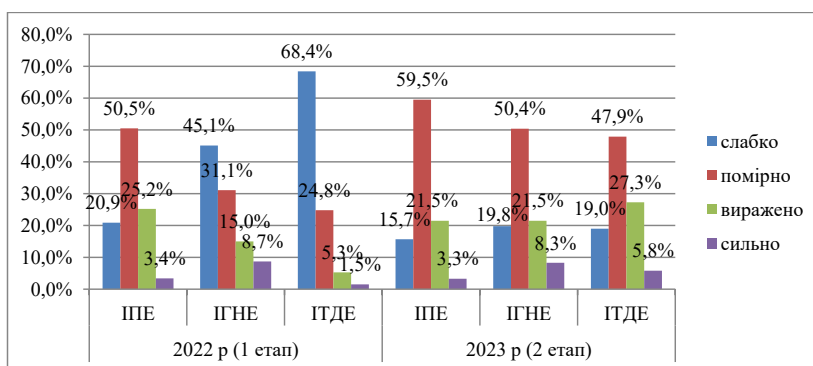


Рис. 7. Результати методики «Шкала диференціальних емоцій» К. Ізарда

Водночас, на другому році війни у молоді стали менш вираженими негативні емоції ($M_{IGNE,2}=21,58$), однак їх частота прояву зросла (з 31,1% помірного рівня на першому етапі до 50,4% – на другому). Дещо змінилась динаміка переживання тривожно-депресивних емоцій: якщо на першому році війни більшість молоді слабо відчувала страх, сором і вину (68,4%), то на другому році війни вони почали помірно (47,9%) або сильно (27,3%) проявлятися у більшій частині нашої вибірки.

Відбулись зміни також і в портреті цінностей студентської молоді. На першому році війни в пріоритеті була самостійність та гедонізм, універсалізм та досягнення, тоді як на другому році змінилась послідовність цих цінностей. На перше місце вийшов універсалізм та самостійність, а також з'явилась нова цінність – безпека та збереглась важливість цінності у досягненнях (рис. 8).

Природно, що на другому році війни на перше місце в пріоритетності вийшла цінність у безпеці. Ш. Шварц вважає, що цінності безпеки зростають у тих, у кого є така потреба. Люди, які надають перевагу безпеці, роблять усе, щоб уникати загрозливих, ризикованих та нестабільних ситуацій. Для них важливим є не лише власна безпека, але й безпека близьких людей, національна безпека та спокій. В умовах війни така цінність є очікуваною та природною.

Цінність досягнення стабільно залишилась на 4 місці для молоді. Навіть в умовах війни, молода особистість прагне розвитку та самоствердження. Для студентів важливим є досягнення нових цілей та власний розвиток. Вони готові багато працювати для того, щоб бути соціально визнаними і отримати схвальну оцінку.

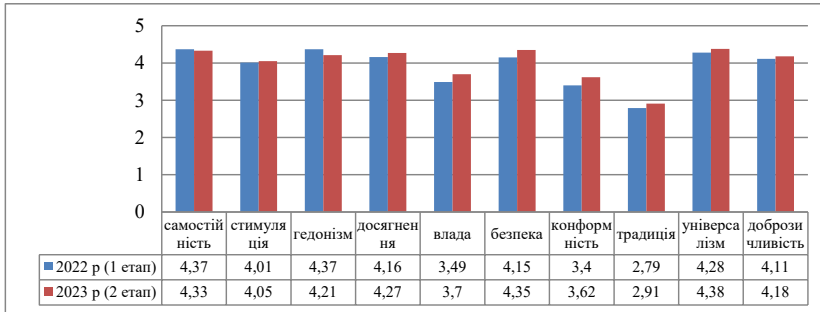


Рис. 8. Середні значення за методикою Ш. Шварца PVQ «Портрет цінностей» (адаптація І. Семків)

Для перевірки статистичних відмінностей у показниках респондентів на першому та другому етапах дослідження було використано U-критерій Манна-Уїтні. Використання цього критерію обґрунтоване неможливістю застосування параметричного T-критерію Стьюдента для незалежних вибірок в зв'язку з невідповідністю розподілів закону нормального розподілу.

Отримані в результаті аналізу дані свідчать, що існують незначні статистично значимі відмінності у таких показниках: скринінг ПТСР ($U=9948,5$; $Z=-3,115$; $p=0,002$; $r=-0,172$); самооцінка симптомів ПТСР ($U=9665$; $Z=-3,391$; $p=0,001$; $r=-0,188$); стресостійкість ($U=10090,5$; $Z=-2,877$; $p=0,004$; $r=-0,159$); емоційна гнучкість ($U=10136,5$; $Z=-2,820$; $p=0,005$; $r=-0,156$); ставлення до інших ($U=10510$; $Z=-2,368$; $p=0,018$; $r=-0,131$); нові можливості ($U=10407$; $Z=-2,495$; $p=0,013$; $r=-0,138$); духовні зміни ($U=10630$; $Z=-2,235$; $p=0,025$; $r=-0,124$); ПТЗ ($U=10385$; $Z=-2,518$; $p=0,012$; $r=-0,139$); негативні зміни ($U=10779$; $Z=-2,041$; $p=0,041$; $r=-0,113$); гнів ($U=10746$; $Z=-2,17$; $p=0,3$; $r=-0,12$); страх ($U=10578$; $Z=-2,341$; $p=0,19$; $r=-0,129$); тривожно-депресивні емоції ($U=10713,5$; $Z=-2,124$; $p=0,034$; $r=-0,117$).

Висновки. Війна – травматична подія, однак за різних умов для різних осіб вона матиме різні наслідки. Опитування студентської молоді щодо розвитку ПТСР показали, що з кожним роком війни частка молоді, які мають симптоми ПТСР, зростає ($U=9948,5$; $p=0,002$).

При цьому домінуючим способом справлятися з травматичними переживаннями є когнітивна переоцінка, яка передбачає зміну ставлення, думок щодо обставин травми та переоцінку власних можливостей справлятися з ними. Саме вирішення проблем (замість їх уникнення) та використання усіх наявних особистісних ресурсів для пошуку ефективних варіантів характеризує сучасну молодь в умовах війни. Однак попри таке домінування когнітивного компоненту серед копінг-стратегій, на особистісному рівні показники стресостійкості ($U=10090,5$; $p=0,004$; $r=-0,159$) та психологічної гнучкості ($U=10136,5$; $p=0,005$; $r=-0,156$) поступово знижуються. Інакше кажучи, кожен рік війни зменшує адаптаційні можливості організму та виснажує психіку.

Поки війна триває, складно робити прогнози на майбутнє щодо можливостей відновлення психіки. Однак, вже зараз ми фіксуємо стійкі тенденції ($U=10385$; $Z=-2,518$; $p=0,012$; $r=-0,139$) до домінування вектору молодих людей на посттравматичне зростання (від 50% до 60,3% опитаних). Це свідчить про позитивні зміни у сфері сприйняття молоддю власного «Я», появу нових можливостей, збільшення сили особистості та появу відчуття внутрішньої цілісності. Цікаво зауважити, що духовні зміни, пошук відповідей

на глибокі екзистенційні питання не займають першочергове місце серед молоді ($U=10630$; $p=0,025$; $r=-0,124$), що ймовірно може бути більш характерним для старших вікових періодів. Для молодшої людини, яка зіткнулась з війною більш актуальними є питання пристосування до нових умов, пошук нових можливостей у таких складних обставинах ($U=10407$; $p=0,013$), переоцінка власного життя та його цінності. Саме такими аспектами як пошук підтримки в собі та близьких ($U=10510$; $p=0,018$), зміна фокусу із втрати на появу нового забезпечується посттравматичний ріст.

Якщо спочатку війна викликала переважно негативні переживання та зміни в житті (59,2%), то з часом молодь навчається помічати все більше позитивних аспектів у житті (з 39,8% до 54,5% опитаних заявляють про позитивні зміни на першому та другому році війни відповідно).

Динаміка таких особистісних змін супроводжується вже згадуваною вище зміною пріоритетів та пошуком нових цінностей. Цікавою є динаміка емоційного фону молоді протягом двох років війни: якщо на першому році війни, емоційний фон був наповнений тривожно-депресивними емоціями (страхом, соромом, виною), які молодь переживала фонові, з низькою мірою усвідомлення та вираження, то вже на другому році війни зростає частота швидких негативних емоцій (гнів, відроза, презирство). При цьому зростає також частота прояву позитивних емоцій (інтересу, радості), однак ці емоції стають менш бурхливими у вираженні. Подібне може свідчити про нормальні реакції психіки на критичні життєві ситуації, а також про виснаження адаптаційних ресурсів особистості від тривалого впливу травматичних подій.

Звичайно, проведене емпіричне дослідження не вичерпує усіх питань окресленої проблеми. Перспективним є виявлення зв'язків між ПТЗ та індивідуально-психологічними характеристиками студентської молоді.

Список використаної літератури:

1. Kilmer R. P., Gil-Rivas V. Exploring posttraumatic growth in children impacted by Hurricane Katrina: Correlates of the phenomenon and developmental considerations. *Child Development*, 81(4), 2010. P.1211–1227.
2. Tedeschi R.G., Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: measuring the positive legacy of trauma. *J Trauma Stress* 9(3). 1996. P.455-471.
3. Grace Jenny J, Kinsella Elaine L., Muldoon T., and Fortune Dónal G. Post- growth following acquired brain injury: a systematic review and meta-analysis. *Front Psychol*. 2015.
4. Shakespeare-Finch Jane, Smith S. G., Gow K. M., Embelton G. The Prevalence of Post-Traumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel. *Traumatology* 9(1). 2003. P.58-71.
5. Lushyn Pavlo, Sukhenko Yana. Post-Traumatic Stress Disorder and Post-Traumatic Growth in Dialectical Perspective: Implications for Practice. *East European Journal of Psycholinguistics*, 8(1), 2021. P. 57–69.
6. Alisic E., Boeije H.R., Jongmans M.J., Kleber R.J. Children's perspectives on dealing with traumatic events: A qualitative study. *Journal of Loss and Trauma*, 2011 (16). P. 477–496.
7. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. The Foundations of Posttraumatic Growth: An Expanded Framework. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research & practice*. 2006. P. 3–23.
8. Watkins E.R. Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*. 2008. 134(2). P. 163–206.

**PECULIARITIES OF POST-TRAUMATIC GROWTH OF STUDENTS IN WAR
CONDITIONS: RESULTS OF EMPIRICAL RESEARCH****Yuliia Kotovska***The National University of Ostroh Academy,
2, Seminarska str., Ostroh, Ukraine, 35800
e-mail: yuliia.kotovska@oa.edu.ua***Oksana Matlasevych***The National University of Ostroh Academy,
2, Seminarska str., Ostroh, Ukraine, 35800
e-mail: oksana.matlasevych@oa.edu.ua*

The article is devoted to the study of the peculiarities of post-traumatic growth of student youth in the context of a full-scale war in Ukraine. The phenomenon of post-traumatic growth is understood as positive changes as a result of dealing with traumatic experiences, which are manifested in a change in self-image, changes in interpersonal relationships, and a changed philosophy of life. For this purpose, an empirical study was conducted to assess the degree of traumatization from the war and the likelihood of PTSD; ways to cope with trauma and resilience to it (coping mechanisms and level of stress resistance); studying the focus on post-traumatic recovery, as well as the dynamics of changes in post-traumatic recovery (changes in emotional background, values and meaning of life). The results of the study showed that with every year of war, the share of young people with PTSD symptoms is increasing. At the same time, the dominant way to cope with traumatic experiences is cognitive reassessment, which involves changing attitudes and thoughts about the circumstances of the trauma and reassessing one's own ability to cope with them. At the same time, despite the dominance of the cognitive component, indicators of stress resistance and psychological flexibility are gradually decreasing, which indicates that each year of war reduces the body's adaptive capacity and depletes the psyche. As long as the war is ongoing, it is difficult to make predictions for the future regarding the possibilities of mental recovery. However, there are already steady trends towards the dominance of the post-traumatic growth vector among students. This indicates positive changes in the way young people perceive their own selves, the emergence of new opportunities, an increase in personal strength, and a sense of inner integrity.

Key words: post-traumatic growth, student youth, values, resilience, adaptation, cognitive reassessment.