



### **ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ КРУГЛИЙ СТІЛ «ПСИХОЛОГІЯ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ: ВНУТРІШНІЙ ПОГЛЯД»**

Повномасштабна війна Росії проти України триває і ставить нові виклики перед українським суспільством. Загальним фоном стали різноманітні психологічні випробування (переживання інтенсивних негативних емоцій чи емоційних коливань, необхідність подолання синдрому «відкладеного життя» тощо), деформації масової психології та прояви підвищеної індивідуальної психічної активності, а також множинні досвіди переживання війни, які доволі нелегко проаналізувати історикам. Хоч в останні роки окремі дослідники історичної проблематики активно розробляли питання психотравми, її вплив на наступні покоління, трансгенераційні наслідки колективних травм (Голодомору, Другої світової війни, Чорнобильської катастрофи), однак тепер з'явилися нові тематичні горизонти.

Вивчення подій у світі ХХІ ст. потребує адекватного методологічного підходу. Залучення до історичної науки інструментарію суміжних дисциплін тільки збагачує наші знання і вдосконалює методологію дослідження. Дедалі актуальнішими стають міждисциплінарні розробки, які застосовують методи різних наук, зокрема соціальної історії, соціології, психології, медичної психології. Особливо посилилася ця тенденція в умовах повномасштабного російського вторгнення. Проблема ускладнено ще й тим, що аналізовані події тривають, українським історикам важко дистанціюватися від них, адже більшість їх залишаються «всередині» війни. Звичайно, доступнішими є теоретичні та футурологічні історичні

---

Цитування: Заболотна Т. Всеукраїнський круглий стіл «Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд». *Український історичний журнал*. 2023. № 2 (569). С. 225—230.

© Видавець ВД «Академперіодика» НАН України, 2023. Стаття опублікована на умовах відкритого доступу за ліцензією CC BY-NC-ND license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)

ISSN 0130-5247. Український історичний журнал. 2023. № 2 (569)

розробки. Для продовження досліджень варто вивчати досвід інших гуманітарних дисциплін, зокрема особливої актуальності набуває психоісторичне осмислення суспільних процесів. Окремі вітчизняні історики вже активно залучають психологічний інструментарій при вивченні конкретно-історичних проблем.

І саме психологічна наука, особливо з практичного погляду, здатна визначити основні психологічні стани, викликані війною, вразливі категорії населення, які найбільше потребують психологічної допомоги, а також означити завдання професійної психологічної спільноти. Якраз цій проблематиці було присвячено Всеукраїнський круглий стіл «Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд», який відбувся 7 квітня 2022 р. в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України та став першим від початку повномасштабної війни фаховим заходом з обміну досвідом у царині психології<sup>1</sup>. Зміст розглянутих питань та їх проблематика дозволять поглибити знання про психологічні аспекти змін в українському суспільстві, спричинених іноземним збройним втручанням.

Вітальне слово до учасників конференції виголосив директор Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, чл.-кор. НАПН України, канд. психол. наук *М. Слюсаревський*. Він слушно зауважив, що в довоєнних дискусіях нерідко пандемія COVID-19 порівнювалася з війнами, однак таке зіставлення виявилось некоректним, адже реальна війна поставила перед психологічним співтовариством принципово нові завдання, які потребують обговорення та вироблення певних рекомендацій.

Вивченню загальних психологічних проблем присвячувалися кілька виступів. Д-р психол. наук, проф., гол. наук. співроб. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України *П. Горностай* розглянув українське суспільство з погляду колективної травми та її ретроспективи. Він вирізнив групи травматизації, проаналізував посттравматичний стресовий розлад як найбільш поширений наслідок. Автор ґрунтовно висвітлив етапи колективної травми «Революції гідності», а також першої фази російсько-української війни та сформував прогнози щодо виходу українського суспільства з війни після перемоги й можливості подолання не тільки цієї проблеми, але інших історичних травм.

Так само на травмованості українського суспільства наголосила травма-терапевтка *А. Погребна*. Вона з'ясувала рівні загрози ідентичності українців в умовах війни та запропонувала зосередитися на індивідуальній роботі з клієнтами в напрямі пошуків нових сенсів життя у складних умовах затяжної війни та після неї.

Кандидатка психол. наук, старша наук. співробітниця Інституту соціальної та політичної психології НАПН України *А. Чорна* зробила спроби з'ясувати спричинені війною зміни хронотопу життя. Вона довела, що українцям було притаманне відчуття безпечності проживання на певній території, однак воно порушилося через розв'язану Росією війну та антигуманну поведінку росій-

<sup>1</sup> Матеріали заходу доступні за посиланням: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/10/krStilWoor-верстка-1.pdf>

ських окупантів. Дослідниця вбачає можливості з подолання спричинених війною психологічних негараздів шляхом зміцнення територіальної ідентичності членів громад, формування фізичних і психологічних навичок життєстійкості.

Кандидатка психол. наук, президентка Академії професійного розвитку *З. Гаркавенко* у своєму виступі сформулювала поняття «дегуманізаційних комунікативних практик» як комунікативно-психологічного феномену, який містить процес конструювання в масовій свідомості образу «іншого», образу ворога, що базується на заниженні цінності життя конкретної людини або групи людей через позбавлення їх людських рис. Дослідниця наголосила, що означені процеси небезпечні доволі негативним наслідками в майбутньому, які можуть проявитися й щодо «внутрішніх ворогів» — певних соціальних груп чи прошарків. Вона закликала викладачів урахувувати такі особливості в роботі з дорослою аудиторією та уникати протиставлення різних категорій населення для послаблення дегуманізаційних процесів в українському суспільстві.

Кандидатка психол. наук, доцентка, старша наук. співробітниця Інституту соціальної та політичної психології НАПН України *С. Кравчук* проаналізувала теоретичні аспекти психологічної пружності особистості, родини, громади як певної структури, що базується на індивідуально-психологічних характеристиках особистості й дає їй змогу успішно долати життєві труднощі. Серед іншого вона оприлюднила план дій щодо турботи про себе у кризовій ситуації, який передбачає чотири складові: турботу про фізичне здоров'я, про психологічне благополуччя, про емоційне самопочуття, про духовний стан, а також картку екстреної допомоги оточенню в разі гострої реакції на стрес.

Спільні й індивідуальні особливості переживання війни простежила старша викладачка кафедри психології Академії Державної пенітенціарної служби *У. Настояща*. Вона показала реальні досвіди сприйняття війни, особливо в перші тижні від її початку, різними прошарками населення. Дослідниця дійшла висновку, що психотерапевтична робота має бути проведена з кожним потерпілим. Особливо прискіпливої уваги потребують особи, які на довгий час застрягли у «запереченні» чи «спотворенні реальності», оскільки саме це може призвести до різних психологічних проблем, зокрема й до соціальної дезадаптації тих, кому вдалося вижити в екстремальній ситуації.

Зміни в міжособистісній комунікації, викликані війною, простежила кандидатка психол. наук, начальниця навчально-наукового центру соціально-психологічної підтримки, професійного розвитку та сприяння працевлаштуванню Чорноморського національного університету ім. Петра Могили *А. Опанасенко*, котра довела, що бажання спілкуватися тепер викликають далеко не всі зі звичного міжособистісного кола, через що кількість активних соціальних контактів значно зменшилася. У такому колі залишилися переважно ті, хто й далі сприймається як близький емоційно та щодо ціннісних орієнтацій. З точки зору надання психологічної допомоги дослідниця розподілила клієнтів на групи за рівнем активності / ініціативності міжособистісної комунікації й виявом у спілкуванні характеру домінантних переживань.

Оскільки війна триває, а потреба у психологічній підтримці населення дедалі зростає, посилюється необхідність вироблення практичних рекомендацій відповідних фахівців з акцентом на формування у громадян навичок первинної психологічної допомоги й самопомоги. Кілька психологів представили на круглому столі свої практичні напрацювання та обґрунтували використання тієї чи іншої методики для ефективного надання такої допомоги. Так, у матеріалі старшої викладачки кафедри психології Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти ім. К.Д. Ушинського *Л. Анищенко* стисло проаналізовано особливості надання психологічної допомоги переміщеним особам з України в Нідерланди, типологізовано звернення-скарги українців, які пережили драматичний досвід евакуації та стали біженцями.

Авторську версію застосування методики парадоксальної інтенції В. Франкла в опануванні негативних психоемоційних і психосоматичних станів в умовах воєнних дій запропонував канд. філософ. наук, провід. наук. співроб. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України *Б. Лазоренко*. Зазначена методика має на меті реінтеграцію, набуття цілісності й відновлення особистості, яка потерпає від наслідків травматичних подій, надання їй допомоги, аби людина змогла сприйняти, пережити та засвоїти негативні стани, емоційні, поведінкові реакції, що їх вона намагалася позбутись, як корисний життєвий досвід.

Кандидатка психол. наук, доцентка Національного університету «Чернігівська політехніка» *Г. Чепурна* навела оптимальний шлях подолання травматичних наслідків серед населення через застосування наративної психології та моделі чотирьох квадрантів М.-Н. Бодоан, яка спрямована на переоповідання постраждалими своїх історій. Мета цих дій — створення історії інтегрованого досвіду авторства та здійсненого вибору. Так само формуються колективні документи-свідчення — ще одна техніка наративної терапії, яка сприяє зменшенню почуття провини вже на рівні спільноти.

Геополітичний образ майбутнього спробував сформулювати д-р психол. наук, директор Інституту рефлексивних досліджень і спеціалізацій *М. Найдюнов*. Його міркування стосувалися з'ясування цілей війни, сприйняття її міжнародною спільнотою, зокрема Заходом, перспектив України та її громадян, а також прикладу РФ як держави, котра через прагнення здобути геополітичне панування може зруйнувати цивілізацію загалом.

Повномасштабне російське вторгнення поставило нові виклики перед психологічною службою України. З'явилася величезна кількість людей, які потребують відповідної допомоги: військовослужбовці, ветерани, їхні сім'ї; родини загиблих, полонених, безвісти зниклих; поранені; вимушені мігранти (внутрішньо переміщені та особи, переміщені за кордон, біженці); громадяни, котрі перебувають на окупованих територіях; фахівці екстрених служб, волонтери й ін. Особливості психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців дослідила кандидатка психол. наук, старша наукова співробітниця Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, директорка ГО «Жіноча сила» *В. Умеренкова*. Використовуючи практичні напрацюван-

ня, вона схарактеризувала діяльність комунікаційної платформи «Служба психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців», три її складових, що взаємодіють: телефонна лінія, групи підтримки, індивідуальна психологічна допомога. Всі вони позначені певною специфікою щодо психологічної підтримки зазначеної категорії населення України.

Низку виступів було присвячено дітям та їхнім батькам, котрі евакуювалися або постраждали внаслідок бойових дій, а також особливостям педагогічної психології. Так, докторка психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступниця директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України *Л. Найдьонова* схарактеризувала медіапсихологічні закони дистанційної підтримки навчання дітей під час війни та аргументувала необхідність залучення їх до різних форм навчання, і якщо це дистанційна форма, то з обов'язковим синхронним режимом, який забезпечить співпрацю учнів зі вчителями.

Д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, директор Українського НМЦ практичної психології і соціальної роботи НАПН України *В. Панок* проаналізував особливості функціонування психологічної служби системи освіти України в умовах повномасштабної війни та визначив першочергові напрями роботи, зокрема щодо дітей та молоді.

Психологічний супровід учасників освітнього процесу під час воєнного стану висвітлила у своєму виступі магістерка психології, практична психологиня Житомирської міської гуманітарної гімназії № 23 ім. М. Очерета *М. Шустова*. Вона наголосила на залежності психологічного здоров'я та емоційної стійкості дітей в умовах воєнного стану від можливості співпрацювати у системі «психолог — учителі — батьки — діти».

Практичні поради у психологічному консультуванні батьків дітей з інвалідністю в умовах активної фази війни виклав у своєму виступі д-р педагог. наук, проф., гол. наук. співроб. Науково-практичного центру профілактичної та клінічної медицини Державного управління справами *А. Шевцов*. Серед іншого він зазначив, що доводиться фіксувати ситуації, коли повторна травма, спричинена саме війною, фактично накладається на попереднє емоційне виснаження й «вигорання», та може катастрофічно вплинути на особистість, призвести до проявів глибокої депресії, панічних атак, генералізованих тривожних розладів тощо.

Так само на особливостях роботи психологів України в умовах війни зацентрував увагу мол. наук. співроб. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, співзасновник і член правління ГО «Асоціація гештальт-тренерів України» *В. Савінов*. Однак він обрав для аналізу інший важливий аспект — психологічні проблеми припинення співпраці з фаховими спільнотами РФ. Автор вважає, що така співпраця неможлива не лише з погляду професійної етики, а й узагалі аморальна. Він закликав професійні спільноти припинити будь-які комунікації з російськими психологами.

Особливий інтерес для істориків становлять дослідження, побудовані на власних спогадах про перебування в населених пунктах, окупованих росіянами. Такі публікації містять інформацію не лише про психологічні проблеми

мешканців, а й умови їх виживання. Побутування чернігівчан крізь призму їхніх наративів на основі власних польових досліджень представив д-р психол. наук, доц., завідувач кафедри Національного університету «Чернігівський колегіум» ім. Т.Г. Шевченка *О. Дроздов*. Він виокремив чотири смислових груп наративів: побутовий, військовий (ситуація на фронті, обговорення звуків вибухів чи пострілів, влучань та їх наслідків, армії ворога), «геополітичний» (Путін, російська пропаганда, мотиви нападу РФ, ситуація в Білорусі, політика Заходу); перспективи (терміни закінчення війни, відновлення міста, інфраструктури). Означені настрої місцевого населення та сприйняття ним воєнного сьогодення потребують подальшого дослідження вже істориками.

Так само на власному досвіді побудовано доповідь канд. психол. наук, доц., декана гуманітарно-правового факультету Національного аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» *М. Жидка*. Він зазначив, що в Україні, крім військових психологів, мало хто з професійної психологічної спільноти був готовий до такого рівня свідомої дегуманізації та варварства, а тому гостро відчувався дефіцит простого, мульти-модального та ефективного експрес-інструментарію психологічної допомоги.

Круглий стіл відбувся на 43-й день повномасштабної війни. Фактично психологічна служба тільки починала накопичувати досвід первинної допомоги, відшуковувала методики, найбільш придатні для різних категорій населення. Та й чисельність тих, хто потребував послуг психолога, була значно більшою, ніж могла «опрацювати» наявна кількість вітчизняних фахівців.

Для істориків особливо корисними будуть ті виступи, що стосувалися розуміння колективної травми, її впливів на наступні покоління, ролі пам'яті про історичні травми в розвитку суспільства. Вже є спроби проаналізувати окремі події та явища російсько-української війни із залученням свідчень очевидців. У цьому аспекті історики мають брати до уваги той факт, що окремі питання можуть завдати розповідачеві непоправної психологічної шкоди й поглибити його травмування, тому доцільно наперед ознайомитися з досвідом психологів у цій царині. Так само перебування історика «всередині» війни «спотворює» його оптику, викликає суб'єктивізм у судженнях та потребує всебічного осмислення психологічної специфіки історичних трансформацій. Окремі виступи фахівців із психологічної науки містять лише припущення про можливі тенденції, тому запропоновані гіпотези потребують подальших досліджень та уточнень. Загалом безсумнівно, що розробки провідних учених-психологів стануть цікавими й корисними для представників історичної науки та інших гуманітарних дисциплін, викладачів, аспірантів, студентів.

Надійшла / Received 31.01.2023

*Тетяна ЗАБОЛОТНА*

Інститут історії України НАН України (Київ, Україна)

*Tetiana ZABOLOTNA*

Institute of History of Ukraine NAS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)