

УДК 159.923.2

О. О. Байєр, кандидат психологічних наук (доцент кафедри педагогічної та вікової психології ДНУ імені Олеся Гончара)

**Специфіка контексту як фактор травматизації  
жертв соціальних утисків (на прикладі радянської епохи)**

**Анотація.** Висвітлено окремі характеристики контексту радянської доби, що справили вплив на травматизацію свідків епохи. Відмічено особливі умови дослідження даної проблематики. Охарактеризовано поняття «буденного шоку». З'ясовано можливості вивчення шляхів та способів опанування умов соціальних репресій через особливості проявів посттравматичної стресової реакції, зумовленої відповідними подіями.

*Ключові слова:* соціальні утиски, травматичний контекст, хронічна травматизація, буденний шок.

Радянська епоха в житті нашої країни лишилась позаду, але, на наш погляд, зарано стверджувати, що вже зроблені всі потрібні висновки та підсумовано й пережито набутий досвід. Як казав класик, той, хто не знає своєї історії, не має майбутнього. З кожним роком усе менше можливостей залишається задля вивчення «живої історії» нашої країни, адже люди-її носії уходять. Отже, вважаємо за необхідне спрямувати увагу та зусилля науковців на цю досі не розроблену проблематику.

Зауважимо, що завдання це нелегке. Як свідчать автори робіт стосовно політичних репресій у країнах соціалістичного табору [8], більшість потенціальних досліджуваних все ще із значною підозрою ставляться до прохання розповісти про свій досвід. До об'єктивних складнощів організації відносять і той факт, що в країні, де очікують, в середньому, на 75 років життя, значна кількість свідків політичних репресій вже померла, не доживши навіть до 70, на відміну від тих, кого подібні події (і, відповідно, важкі переживання) не торкнулись.

Звертається увага на значно більшу частку серед досліджуваних-свідків політичних репресій людей з високим рівнем освіти. Автори пояснюють даний феномен тим, що інтелігенція була улюбленою мішенню переслідувачів за політичними мотивами.

У цьому контексті наголосимо на тому, як дослідники обґрунтовують валідність отримуваної через роки після подій інформації, причому часто від людей, які мають вади зору і слуху, не завжди розуміють поставлені питання. Дана Біческу, наприклад, стверджує, що, не дивлячись на довгий період часу, в середньому, із 43,9 років, який триває після травматичних подій до моменту інтерв'ю, досліджувані описують пережитий досвід все ще як дійсно болячий та пекучий, відповідні епізоди уміщують потужні сенсорний та емоційний компоненти і справляють враження «живих» та стійких до впливу часу.

У попередніх роботах нами було виділено певні шляхи та опорні моменти у вибудовуванні стратегії вивчення шляхів подолання людиною умов соціальних утисків [1], проаналізовано низку факторів, які визначають особистісну життестійкість за таких обставин [4]; була з'ясована висока вірогідність наявності переживання відстроченої ПТСР свідками епохи [2] та обговорено можливі методологічні питання організації дослідження [3]. **Ціль даної статті** – окреслення специфіки контексту, що сприяв травматизації людини за умов радянської епохи.

Debra Kaysen та інші [9] виокремлюють такі специфічні аспекти травматичного контексту:

- позитивна або негативна валентність;
- ступінь доленосності або контрольованості;
- передбачуваність;
- мінливість та її величина;
- центрованість та вплив на цілі суб'єкта;
- безпосередня фізична шкода.

Здається цікавим та перспективним оцінити отримані в ході дослідження матеріали бесід із респондентами на вираженість вказаних критеріїв.

Показовим та корисним для дослідження особливостей подолання умов соціальних утисків буде також поняття *буденного шоку*, запропоноване К. Вайнгартен задля визначення того, що відбувається з людьми, які спостерігають у своєму повсякденному житті ситуації насильства, руйнувань, заподіяння шкоди – як у найближчому оточенні, так і через засоби масової інформації (а зараз ще й через соціальні мережі) [7]. Трагічні події, про які вони дізнаються, у більшості випадків порушують звичний плін життя, спричиняють переживання тривоги, страху; свідок ситуації відчуває – хоч би і меншою мірою – те ж саме, що відчуває постраждала людина: біль втрати, тривогу, страхи тощо. Автор зауважує, що люди, які закриваються від переживань, спричинених свідомством насильству, або відкриті таким переживанням переживають різний вплив цих подій на свій емоційний стан, образ мислення та поведінку, але в обох випадках він негативний. Подібні ситуації підривають наші базові і не завжди усвідомлювані уявлення щодо розумного влаштування світу, згідно з якими він у цілому доброзичливий та підконтрольний людині [11].

Одним з обтяжливих моментів, пов'язаних з переживанням буденного шоку та асоційованими з ним почуттями безпорадності, сорому та провини, є відсутність у нашій культурній традиції санкціонованих та загально прийнятих форм їх вираження: вони лишаються з їх автором, а не отримавши свого вираження, не можуть перетворитись на осмислені та трансформуватись в якісь нові, більш прийнятні та контрольовані форми.

На сьогодні можливість вивчати те, що відбувалось за часів радянської епохи, існує через дослідження спогадів та пов'язаних з ними думок на переживань її свідків і, зокрема, через особливості змісту та проявів посттравматичного стресового розладу, викликаного відповідними подіями.

Фахівці з питання стверджують [9], що посттравматична психопатологізація відбувається, коли суб'єкт відчуває неможливість інтегрувати сприйняття травматичної події у наявну до неї систему переконань або коли травматична подія підтверджує дезадаптивні переконання (так звана теорія соціально-

когнітивної переробки інформації). Зв'язок між тривалістю та симптомологією ПТСР може мати місце через постійну реактивацію дезадаптивних переконань, асоційованих із травматичною подією. Скажімо, як можна людині пояснити собі й усвідомити той факт, що друзі, рідні, сусіди чи приятелі можуть лжесвідчити проти неї? Як збагнути те, що не можна говорити голосно, відверто висловлювати свою думку, довіряти оточуючим свої переживання та ділитись з ними своєю позицією?

Як зауважують дослідники проблеми [9], для розвитку симптоматики, пов'язаної з ПТСР, важливий період часу, протягом якого відбувається травматична подія. «У порівнянні з поодинокими травматичними подіями, хронічна травматизація асоціюється з вищим рівнем симптомів ПТСР» [9, стор. 247]. Автори ставлять собі питання: а як взагалі визначити поняття «хронічна травматизація»? Окреслюючи його, вони пропонують керуватись такими критеріями, як тривалість небезпеки, наявність повторюваних травматичних стресорів, час між першим та останнім травматичним епізодом. Окрім переліченого, звертається увага на т. зв. *оточуючий травматичний контекст*, який підвищує сприйнятливність до хронічних травматичних подій. Під останнім розуміють таке навколишнє середовище, яке містить у собі потенційний ризик небезпеки навіть тоді, коли травматична подія не відбувається.

Згадане вище цілком описує проживання в умовах державного устрою, які сприймаються як ворожі та небезпечні та постійно нагадують про себе за допомогою різноманітних засобів: обмеженнями в правах та свободах, незручностями через бідність та обмеженість (закритість) світогляду, страх через можливе, навіть ненавмисне, відступництво тощо. Так, родичі «ворогів народу» або ті, у кого в паспортах були небажані для системи дані, навіть не переживаючи гостру ситуацію (скажімо, ув'язнення, позбавлення права голосу або зміни місця роботи чи помешкання), відчували гніт постійного страху та сорому, переживали тривожне очікування подальших митарств, що, безумовно, також виснажувало та підривало сили.

Нарешті, зупинимось на тому інструменті, що допоміг би дослідити особливості впорання свідками соціальних утисків з притаманними для тієї доби стресогенними обставинами.

Дж. Пеннебейкер та його колеги досліджували зміст та структуру текстів, написаних свідками важких подій, які пізніше продемонстрували значне покращення емоційного благополуччя [10]. Виявилось, записи цих людей мали такі характеристики:

- від першого до останнього запису вживалось більше виразів, що демонстрували причинно-наслідкові зв'язки (наприклад, через зв'язки «тому що», «в силу чого», «як наслідок» тощо);
- з наступними записами частіше застосовувались вирази, що свідчать про рефлексію та осмислення («я зрозуміла», «я дійшов висновку» і т. п.);
- у записах було використана помірна кількість негативно забарвлених слів («жах», «відчай», «безпорадність» та ін.);
- спостерігалась зміна позиції автора: описувані події розглядались не лише своїми очима, але й так, як їх, можливо, інтерпретували інші залучені в них люди;
- епізод у центрі уваги пов'язувався з іншими контекстами життя – як у теперішньому, так і в минулому та майбутньому, що визначало його границі – початок та закінчення.

Подібні маркери здаються корисними для аналізу міри ефективності впорання, в тому числі, з умовами соціальних репресій за часів радянської епохи, які ми обрали предметом нашого дослідження.

При цьому зауважимо, що потенціальні досліджувані нашої вибірки – люди похилого та старечого віку, і на даний момент існують роботи, де проаналізовано особливості наративів у старості [6]. Її автори виокремлюють специфічні саме для наративів-спогадів у пізньому віці характеристики, які свідчать про відчуття гідно прожитого життя, що є побічним свідченням успішного подолання життєвих складнощів, вирішення проблем та самореалізації. До них належить зрозумілість та внутрішня узгодженість;

інтегративний (пов'язаний з прийняттям минулого) або інструментальний (витяг уроків із минулого досвіду) характер спогадів; повчальність змісту того, що викладається.

**Висновки.** Дослідження шляхів опанування умов соціальних утисків під час радянської доби повинно вміщувати аналіз особливостей відповідного контексту – як приклад, через викреслені в межах даної статті опорні моменти. В якості перспектив подальших пошуків намітимо розробку теоретико-методологічної бази дослідження, що враховувала б, у тому числі, згадані вище феномени буденного шоку, хронічної травматизації та аспекти травматичного контексту.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Байер О. О. Аналіз факторів, що визначають особистісну стійкість за умов соціальних репресій // Вісник Дніпропетровського університету. Педагогіка та психологія. – Дніпропетровськ, 2009. – С. 11-17.

2. Байер О. О. Аспекти дослідження відстроченої посттравматичної реакції у свідків соціальних репресій радянської епохи // Міжнародна науково-практична конференція «Інтеграційні можливості психології та шляхи її розвитку» (10-12 жовтня 2012 р., м. Запоріжжя). – Запорізький національний університет. – Запоріжжя: ЗНУ, 2012. – С. 10-11.

3. Байер О. О. До питання про подолання умов соціальних репресій // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології Г. С. Костюка НАПН України. – Житомир: «Вид-во ЖДУ ім. І. Франка», 2011. – Том VII. Екологічна психологія. – Випуск 26. – С. 15-23.

4. Байер О. О. Шляхи подолання соціальних репресій та фактори, що визначають особистісну стійкість // Наука і освіта. – Одеса, 2009. – № 1-2. – С. 6-10.

5. Байер О. А., Руденко Н. В. Качественное интервью как способ получения информации об особенностях преодоления личностью условий социальных репрессий. Первые результаты исследования [Текст] / О. А. Байер, Н. В. Руденко // Психология в России и за рубежом: материалы междунар. заоч. науч.

конф. (г. Санкт-Петербург, октябрь 2011 г.). / Под общ. ред. Г. Д. Ахметовой. — СПб.: Реноме, 2011. — С. 18-21.

6. Кутузова Д. Нарративы в старости [Электрон. ресурс] / Дарья Кутузова. — Способ доступа: <http://narrlibrus.wordpress.com/2009/05/21/old-age/>.

7. Кутузова Д. Обыденный шок [Электрон. ресурс] / Дарья Кутузова. — Способ доступа: <http://writing-cures.livejournal.com/4438.html>.

8. Bichescu D. Long-term consequences of traumatic experiences: an assessment of former political detainees in Romania / Dana Bichescu, Maggie Schauer, Evangelia Saleptsi, Adrian Neculau, Thomas Elbert, Frank Neuner // *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*. — 2005. — Access: [/http://www.cpementalhealth.com/content/1/1/17/](http://www.cpementalhealth.com/content/1/1/17/).

9. Kaysen D. Living in Danger: The Impact of Chronic Traumatization and the Traumatic Context on Posttraumatic Stress Disorder / Debra Kaysen, Patricia A. Resick, Deborah Wise // *Trauma, Violence & Abuse*. — 2003. — Vol. 4. — P. 247–264.

10. Pennebaker J. Opening up: the healing power of expressing emotions / James W. Pennebaker. — New York: The Guilford Press, 1997. — 249 p.

11. Weingarten K. Common Shock: Witnessing Violence Every Day: How We Are Harmed, How We Can Heal / Kaethe Weingarten. — Boston, Massachusetts: Dutton Adult, 2003. — 400 p.

**Байер О. А. Специфика контекста как фактор травматизации жертв социальных притеснений.** Освещены отдельные характеристики советского времени, оказавшие влияние на травматизацию свидетелей этой эпохи. Отмечены особенности условий исследования данной проблематики. Охарактеризовано понятие «обыденного шока». Определены возможности изучения путей и способов преодоления условий социальных репрессий посредством анализа особенностей проявления посттравматической стрессовой реакции, обусловленной соответствующими событиями.

Ключевые слова: социальные притеснения, травматический контекст, хроническая травматизация, обыденный шок.

**Bayer O. A. The specifics of the context as a factor of traumatization of victims of social repressions (on the example of the Soviet epoch).** Some characteristics of the context of the Soviet epoch that influenced traumatization of its victims are described. Special conditions for research of this problem are emphasized. The phenomenon of “common shock” is characterized. The possibility of learning ways and means of coping with the conditions of social repressions through the character of posttraumatic stress reaction manifestation caused by corresponding events are specified.

Key words: social repressions, traumatic context, chronic traumatization, common shock.

#### **ДЛЯ ПОСИЛАНЬ:**

**Байер О. О. Специфіка контексту як фактор травматизації жертв соціальних утисків (на прикладі радянської епохи) // Кризи життєвого простору особистості, сім'ї та соціальних інституцій: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародн. участю (Полтава, 15-17 лютого, 2013 р.). – Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2013. – С. 9-15.**