

ПРОБЛЕМА МОРАЛЬНОГО ДИСТРЕСУ В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

Тетяна Федотова,

кандидат психологічних наук, доцент,
Волинський національний університет
імені Лесі Українки,

доцент кафедри загальної та клінічної психології

ORCID: 0000-0003-1975-9925; Fedotova.Tetiana@vnu.edu.ua

Складні реалії українського сьогодення є надзвичайно важким випробуванням на стійкість та зрілість для Української держави й усього цивілізованого світу. І якщо українці відразу ж повстали проти агресора, захищаючи соборність своєї держави, її волю та незалежність, щодня втрачаючи найкращих синів та дочок, то країни з розвинутою демократією не одразу змогли оцінити рівень зла та загрозу, які являє собою Росія. Широкомасштабне російське вторгнення змінило життя мільйонів українців, розширило межі звичної діяльності та спонукало до змін у ціннісно-смысловій сфері: волонтерська діяльність, активна підтримка українських військових, допомога внутрішньо переміщеним особам, життя в умовах хронічного стресу, усвідомлення цінності власного життя, життя близьких та кожної людини, зростання рівня національної свідомості та ідентичності, потреба у безпеці та інше.

Поняття морального дистресу розглядають часто у тісному зв'язку з моральною травмою, часто ототожнюючи їх. Проте варто наголосити на їх принциповій різниці. Дефініцію «моральна травма» увів у науковий обіг на початку 1990 рр. Дж. Шей, який працював з ветеранами війни у В'єтнамі, що страждали на хронічний ПТСР (посттравматичний стресовий розлад) [1]. Він наголосив на тому, що ПТСР, отриманий в ході бойових дій, віддзеркалює наявну морально-філософську проблему воїнів та містить викривлені уявлення про себе та світ і, відповідно, ставлення як до себе, так й до світу. Науковець визначає випадки, якими можуть послуговуватися лікарі та психотерапевти, проводячи анамнез

бойової історії ветерана та працюючи з ним: зрада того, що є правильним; звуження морального та соціального горизонту особистості (часто застосовується для пояснення участі у війні: «помста за побратима», замість «воюю за батьківщину»); каяття, почуття провини за смерть близького товариша; відмова від повернення додому; усвідомлення та переживання себе «як уже мертвого»; переживання стану богоподібної одержимості (як несамовитість під час битви у трансівій люті, бездумне руйнування усього на своєму шляху); безчестя ворога (шляхом дегуманізації за допомогою мови чи фізичних звірств). Причому важливим чинником у переживанні глибини моральної травми Дж. Шей вважає наявність (чи відсутність) морального керівництва та конструктивної мети. Тобто, від того, наскільки командир/ керівник чи політик здатен взяти на себе роль лідера, забезпечивши дотримання моральності у керівництві та конструктивність у досягненні мети, залежить рівень моральної травматизації його підлеглих [2].

Класичним є визначення моральної травми, запропоноване О'Коннером, як стан глибокого психологічного чи емоційного дистресу, який виникає внаслідок порушення основних моральних цінностей особистості. Науковець наголошує, що відповідні особи можуть мати певні проблеми в міжособовій сфері, а також акцентує на необхідності вивчення їх духовної та етичної площини [3].

Проте реалізована на кафедрі загальної та клінічної психології Волинського національного університету імені Лесі Українки програма «Психологічна підтримка населення під час військових дій» засвідчила наявність ознак переживання моральної травми й серед цивільного населення, зокрема, спектра таких моральних переживань: почуття сорому за власну слабкість, провини за неможливість убезпечити своїх близьких, комплекс «уцілілого», страх та нездатність дати собі раду та інші [4]. Тобто, внаслідок воєнних дій в Україні не лише військові, а й цивільне населення піддається моральній травматизації. Загалом дослідниці пропонують авторську програму психологічної підтримки та допомоги

населенню «Дорога до себе», спрямовану на роботу з моральною травмою військових та їх сімей [5].

В. Флемінг, вивчаючи проблему моральної травми, доходить висновку, що передумовою виникнення моральної травми є моральний дистрес. Так, у ході аналізу спогадів американського командира батальйону розмінування науковець описує його моральні страждання, які репрезентовані почуттям провини, марності та відчаю, що, з погляду В. Флемінга, демонструють переживання військовим морального дистресу. А поняття морального дистресу автор визначає як збіг конкуруючих моральних рішень, які сприймаються як обов'язкові для особистості та передбачають їх одночасне втілення чи дотримання. Водночас, кожне з наявних моральних (етичних) припущень має однакову вагу істини та наслідків, і жодне з них не можна прийняти без порушення іншого. Результатами відповідних переживань, на думку науковця, можуть бути як екзистенційна провина, сором та беспорядність, так й відчуття невпевненості, марності, втрата сенсу чи надії та уявлення про абсурдність життя. Отже, В. Флемінг розглядає моральні дилеми як предиктори морального дистресу та описує типові моральні дилеми, які переживали військові: *політичні ідеали та реальний досвід*, що представлені впливом пропаганди й оптимістичністю у її подачі, а також свідченням реальних учасників подій, що різко можуть контрастувати з новинами (поданими у ЗМІ), що може призводити до зміни громадської думки, загального розчарування та злості від нереалізованості очікувань; *професійна роль та організаційна процедура* – суть яких полягає у важливості чітко розуміти сферу власної компетентності та необхідності діяти гнучко в нестандартних і критичних ситуаціях, відступаючи від розроблених формальних вимог та посадових інструкцій; *військова моральність та цивільна мораль* – які передбачають необхідність боронити себе та країну, дотримуючись моральних норм мирного часу, залишатися добропорядним громадянином; *міфи та реальність війни* – суть якої полягає у необхідності патріотичної відданості своїй країні, вступу до лав збройних сил для її захисту, проте страху чи втечі в умовах реальної небезпеки чи загрози; *релігійні переконання та військова етика* – постулювання релігійних цінностей та

заповідей у повсякденному житті і відкидання їх у ситуації реальної зустрічі з ворогом; переживання ненависті чи нелюбові, домінування тези «перемога за будь-яку ціну»; *справедливий всесвіт та світовий порядок і світовий хаос* – демонструє зрозумілість моральної протиприродності війни, її руйнівних наслідків для людей та важливість збереження життя кожної особистості, проте високий рівень моральності суспільства не забезпечення його від зовнішньої агресії чи втрати в ході війни його високоморальних, свідомих громадян; *залишитися живим чи померти* – тривала відсутність відчуття фізичної чи психологічної безпеки призводить до фаталістичного сприйняття ситуації, відсутності спроби убезпечити себе («від долі не втечеш» та ін.) [6].

З опором на описані вище моральні дилеми Л. Заскїною, Т. Федотовою та О. Солоненко було визначено та описано моральні дилеми, які зумовили переживання морального дистресу юнаками упродовж перших місяців широкомасштабного вторгнення Росії (березень–травень 2022 року). Було опрацьовано матеріали есе на тему «Мій досвід переживання війни» студентів першого – другого курсів факультету психології, факультету культури та мистецтв денної та заочної форм навчання ВНУ імені Лесі Українки. Загальна кількість учасників дослідження 90 осіб. Участь у дослідженні була добровільною, есе учасників кодувалися.

Результати аналізу студентських текстів дозволили визначити наступне:

– найбільшу представленість наративів у дилемі «*залишитися живим чи померти*», що демонструє бажання залишитися поруч з родиною, переживанням докорів сумління у випадку необхідності виїзду за кордон чи переїзду в іншу область України; переживання негативних емоцій та усвідомлення їх природи і конструктивний їх вихід у волонтерській діяльності; активне включення у надання психологічної допомоги іншим, усвідомлюючи необхідність власної потреби отримання психологічної підтримки та допомоги від інших; страх власної смерті і страх залишитися самотнім у разі загибелі близьких;

– часткову представленість дилеми «*міфи та реальність війни*» – у наративах зазначається про жах самого слова «війна»,

відсутність усвідомлення його глибини та деструктивності, пошуку виходу емоцій через творчість (у малюнках, оповіданнях) та каталізацію негативної енергії через забуті види діяльності («колись писала вірші, зараз повернулась до їх написання знову..»), «...якби не війна, ніколи б не писала...») чи розширення їх сфер (почала декламувати свої вірші під час благодійних заходів, долучатися до флешмобів зі збору коштів на армію та допомоги внутрішньо переміщеним особам);

– *«справедливий всесвіт та світовий порядок і світовий хаос»* – дилема описує розуміння неможливості існування ідеального світу («скільки існує світ, стільки існують війни»), проте розпачу з приводу того, що цілі покоління людей відчуватимуть на собі біль та страждання війни ще довго після її закінчення, потребуватимуть допомоги у прийнятті реалій життя в умовах війни;

– цікаво, що у вибірці не була представлена така моральна дилема, як *«релігійні переконання та військова етика»*, можливо, це пов'язано з віковими аспектами респондентів, регіональним представленням (оскільки в них не було ситуації реальної зустрічі з ворогом), переживання ненависті та злості стосовно агресора ми бачили під час опису інших моральних дилем;

– інші чотири види дилем були представлені у достатньому обсязі: *політичні ідеали та реальний досвід* – представлені закликами про важливість та необхідність чіткого усвідомлення впливу російської пропаганди у вкоріненні гасла про «братські народи», потреби у зростанні рівня національної ідентичності та захисту мови та інше; *професійна роль та організаційна процедура* – неприйняття колишнього толерантного ставлення до російської мови, переживання негативних емоцій під час прослуховування новин з Маріуполя, Бучі, Херсона; відчуття безвиході та крижості життя; *військова моральність та цивільна мораль* – неузгодженість між поведінкою, яку «надиктовує» війна, та власними моральними цінностями – «мені б зброю до рук, як би стріляла..., проте надвечір я починала боятися», «переживання ненависті та злості виснажили мене, з'явилася апатія до ворога» та інше [7].

Отже, проведене дослідження не претендує на повну виснаженість, а лише частково висвітлює проблему вивчення морального

дистресу в умовах воєнного конфлікту, наголошуючи на необхідності подальших ґрунтовних напрацювань в цьому напрямі. Проте варто наголосити, що моральний дистрес може бути рушійною силою як для правильних (конструктивних) дій (наприклад, у медицині привести до активізації руху за захист прав пацієнтів та ін.), так і призводити до негативних наслідків (моральні страждання можуть спричинитися до конфліктів з близькими, переживання внутрішньо особистісного конфлікту, професійного вигорання та ін.)

Бібліографічні посилання

1. Федотова Т. В. Моральний дистрес & моральна травма особистості: теоретичний дискурс проблеми. *Наукові перспективи (Серія «Державне управління», «Право», «Економіка», «Медицина», «Педагогіка», «Психологія»)*. Вип. № 12 (30). 2022. С. 529–543.
2. Shay J. Moral injury. *Psychoanalytic Psychology*. 2014. Vol. 31 (2). P. 182–191.
3. O'Connor A. Moral injury. Therapy can help military veterans and NHS frontline staff come to terms with the soul-wound of moral injury. *Therapy today*. 2021. P. 35–37.
4. Засекіна Л., Козігора М. Крос-культурна адаптація та стандартизація шкали симптомів моральної травми. *Психологічні перспективи*. 2022. № 39. С. 139–152.
5. Засекіна Л. В., Козігора М. А. Впровадження когнітивно-поведінкової програми психологічної підтримки «дорога до себе» для осіб із моральною травмою під час війни. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2022. № 1 (57). Т. 2. С. 167–182.
6. Fleming W. H. Moral Injury and the Absurd: The suffering of moral paradox. *J. Relig Health*, 2021.
7. Засекіна Л. В., Федотова Т. В., Солоненко О. О. Методологічні та нарративні засади дослідження проблеми морального дистресу у контексті воєнного конфлікту. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2022. № 2 (58). С. 96–114.