

УДК 159.95

Голубенко О. І.

аспірант Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

e-mail: olga_golubenko@inbox.ru

ORCID 0000–0003–2377–380X

АВАРІЯ НА ЧАЕС ЯК УМОВА ТРАНСФОРМАЦІЇ СПОСОБУ ЖИТТЯ ЛІКВІДАТОРІВ

Роботу присвячено одному з аспектів проблеми віддалених психологічних наслідків аварії на ЧАЕС у ліквідаторів — трансформації способу життя. У статті наведено основні теоретичні положення даної теми, описано механізми та умови змін у способі життя людини. Також проаналізовано результати емпіричного дослідження способу життя ліквідаторів. До складу основної вибірки увійшли працівники МВС, що брали участь у ліквідаційних роботах на Чорнобильській АЕС, до складу контрольної — працівники МВС, які не мали такого досвіду. Нами було визначено та описано статистично значимі відмінності способу життя у представників обох груп.

Ключові слова: спосіб життя, трансформаційні процеси, ставлення до себе, суб'єктивний контроль, віддалені психологічні наслідки, психотравматична подія, Чорнобильська катастрофа.

Постановка проблеми. В нашому дослідженні спосіб життя розглядається в контексті індивідуальної моделі власного життя, яка складається з характеристики особливостей всіх життєвих сфер та їх компонентів, власного Я, оцінки включеності та здатності впливу на динамічний процес життєдіяльності, які вимірюються за допомогою суб'єктивної оцінки рівня якості, суб'єктивного ставлення та суб'єктивного рівня задоволеності.

Дослідженням проблеми трансформації способу життя займалися такі вчені, як К. А. Абульханова-Славська, А. В. Брушлинський, Д. Б. Даненова, І. М. Некрасова, М. Такала та інші. Трансформація способу життя — це складний безперервний процес. В останніх психологічних дослідженнях [1;2;4;5] основною умовою трансформації способу життя людини визначається отримання і засвоєння особистого життєвого досвіду, яке викликає необхідність перебудови ціннісної системи. Психологічним механізмом трансформації способу життя можна вважати процес прийняття особистістю нових чи змінених смислових та ціннісних конструктів, цей процес виражається у практичному перетворенні індивідуальної моделі власного життя.

В залежності від суб'єктивного значення факторів, які впливають на трансформаційні процеси способу життя, зміни можуть бути різними за характером, рівнем стійкості і силою вираженості. Чорнобильська катастрофа для ліквідаторів є подією високої суб'єктивної значимості. З роками зростає кількість ліквідаторів, які вважають, що аварія повністю зламала їх здоров'я і життя [3]. Таким чином, ми вважаємо доцільним розглядати аварію на ЧАЕС як умову трансформації способу життя ліквідаторів.

Мета статті — дослідити особливості трансформації способу життя ліквідаторів внаслідок аварії на ЧАЕС.

Результати дослідження. Поставленої мети, а саме, виявлення особливостей трансформації, ми досягли шляхом виявлення статистично значимої різниці між показниками способу життя ліквідаторів та осіб, які не є ліквідаторами. Таким чином, нами було підібрано 2 групи досліджуваних: основна та контрольна. До основної групи увійшли 176 працівників МВС, що брали участь у ліквідації наслідків аварії на ЧАЕС в 1986–1990 роках, до контрольної групи увійшли 129 працівників МВС України, що не брали участь у ліквідації наслідків аварії на ЧАЕС. Всього у дослідженні взяло участь 305 осіб. Респонденти обох груп чоловічої статі, віком від 47 до 65 років, з вищою освітою, зі стажем роботи в МВС України більш ніж 20 років. Приблизно 85 % респондентів на сьогоднішній день є пенсіонерами МВС України.

Для комплексного дослідження особливостей трансформації способу життя ліквідаторів ми застосували такий психодіагностичний інструментарій: опитувальник якості життя ВООЗ (ВООЗЯЖ-100), Опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю Є. Ф. Бажина, Є. А. Голинкіна, Л. М. Еткінда, Методику дослідження самоствавлення (тест МДС В. В. Століна, С. Р. Пантелеєва). На нашу думку, узагальнені дані обох вибірок, отримані в ході тестування, та подальша перевірка рівності середніх значень основної та контрольної груп за *t*-критерієм Ст'юдента — алгоритм визначення особливостей трансформації способу життя ліквідаторів.

Рівень задоволеності аспектами свого життя можна розглядати як оцінку способу життя, що склався. З метою виявлення різниці між основною та контрольною вибірками відносно задоволеності своїм способом життя ми використали опитувальник якості життя ВООЗ (ВООЗЯЖ-100), структура якого включає питання направлені на дослідження суб'єктивного сприйняття індивідом якості свого життя за такими сферами: фізичною, психологічною, сферою незалежності, соціальної активності, сферою навколишнього середовища та духовності.

Відповідно до результатів опитування, виявлено значні відмінності між групами відносно розглянутих аспектів. Кількісні показники трансформованих внаслідок аварії характеристик зафіксовано в таблиці 1. Нижче наведемо інтерпретацію цих даних.

Першою особливістю трансформації способу життя ліквідаторів, яку ми опишемо, є переживання фізичного болю та дискомфорту. Виявлено, що людей, які були задіяні у роботах з подолання наслідків техногенної катастрофи, більше турбують неприємні фізичні відчуття, вони низько оцінюють свої можливості щодо контролю над припиненням або зменшенням болю. Важливо зазначити, що біль вважається існуючим, якщо індивід стреджує, що він існує, навіть у випадку відсутності медичного обґрунтування чи підтвердження цього факту. Отже, це може бути наслідком погіршення здоров'я, а також результатом постійного очікування і тривожної уважності до власного фізичного стану.

Таблиця 1

**Результати основної та контрольної вибірок за опитувальником якості життя
ВООЗ (ВООЗЯЖ-100)**

Показники	Працівники МВС Укра- їни (ліквідато- ри аварії на ЧАЕС)	Працівники МВС Укра- їни	Різниця між гру- пами (за t-критерієм Ст'юдента)
Фізичний біль та дискомфорт	11,76	13,65	0,001
Життєва активність, енергія і втом- леність	11,90	13,91	0,001
Сон і відпочинок	12,76	15,09	0,000
Мислення, здатність до навчання, пам'ять та концентрація	12,14	13,96	0,001
Рухливість	12,48	15,04	0,000
Здатність до роботи	12,60	15,87	0,000
Особисті стосунки	13,76	15,83	0,001
Практична соціальна підтримка	13,02	14,48	0,001
Сексуальна активність	12,10	14,39	0,001
Транспорт	12,40	14,61	0,001
Фізична сфера	12,14	14,22	0,000
Рівень незалежності	12,43	14,45	0,001
Соціальні взаємовідносини	12,96	14,92	0,001
Всі сфери	76,11	84,16	0,001

Аварія також негативно вплинула на життєву активність та енергію ліквідаторів, їм часто не вистачає витривалості та ентузіазму для вирішення буденних завдань. Ліквідатори швидко втомлюються внаслідок будь-якої причини, це впливає на соціальні взаємостосунки, виникає залежність від інших людей, погіршується емоційний стан, знижується оцінка власних можливостей та активність при побудові життєвих планів та перспектив.

Також у ліквідаторів були виявлені проблеми зі сном, а саме, труднощі засипання, нічні пробудження або ранні ранкові пробудження, які супроводжуються нездатністю заснути знову, а також відсутність відчуття відпочинку від сну. Перелічені особливості є чітким відлунням психотравмуючої події, яка сталася в квітні в 1986 році.

Власні когнітивні функції ліквідатори оцінюють суттєво нижче, ніж представники контрольної групи. Нами було виявлено, що учасники ліквідаційних робіт на ЧАЕС, на відміну від представників контрольної групи, мають досить негативне уявлення стосовно продуктивності їх пізнавальних процесів, а саме: щодо здатності засвоєння нової інформації та щодо здатності до навчання; щодо об'єму, швидкості, точності та тривалості пам'яті; щодо критичності, глибини, швидкості, гнучкості мислення, ясності думки, на відміну від представників контрольної вибірки.

Рухливість, а саме свою здатність індивідів пересуватися без сторонньої допомоги з одного місця на інше (по місту, по країні) оцінюється ліквіда-

торами нижче, ніж працівниками МВС без досвіду ліквідаційних робіт. Результати по даній субшкалі свідчать про незадоволеність ліквідаторами потреби піти туди, куди вони хочуть, що впливає на їх спосіб життя. Окрім власної рухливості, на спосіб життя ліквідаторів також впливає доступність транспортних засобів, як особистих, так і громадських. Представники основної вибірки вважають, що доступний їм транспорт не дозволяє в повній мірі виконувати необхідні повсякденні справи, а також не надає змогу займатися тими видами діяльності, якими вони хочуть. Результати за обома субшкалами можна розцінювати як свідчення наявності у ліквідаторів нереалізованих потреб у прояві активності, у зв'язку з недостатністю фізичних та матеріальних ресурсів.

Наступною особливістю трансформації способу життя ліквідаторів є низька їх працездатність, тобто суб'єктивна оцінка використання власних ресурсів для роботи. В даному контексті робота розглядається як будь-який основний вид діяльності, що включає в себе оплачувану та неоплачувану працю, громадську роботу та повсякденну домашню роботу.

Також зміни відбулися і у сфері соціальних відносин ліквідаторів. Очікування та сподівання ліквідаторів стосовно дружельності, поваги, любові оточуючих значно перевищують реальний стан речей, тобто суб'єктивну оцінку реального стану речей. Ліквідатори низько оцінюють свою можливість кохати та бути коханими, встановлювати та підтримувати близькі стосунки з іншими, розділяти емоційно значимі моменти в житті. Ліквідатори аварії на ЧАЕС не задоволені рівнем своєї сексуальної активності і вважають, що це має негативний вплив на їх спосіб життя. При виникненні сімейних і особистих проблем ліквідатори звикли розраховувати на себе, майже не розділяючи відповідальність з близькими. Для ліквідаторів сім'я та друзі не є основним джерелом натхнення та схвалення в житті.

Ставлення до себе є наступним психологічним компонентом способу життя, який ми розглянемо. Для виявлення трансформацій способу життя ліквідаторів аварії на ЧАЕС за даним аспектом ми порівняли дані основної та контрольної груп, отримані за допомогою психодіагностичної методики дослідження ставлення до себе, розробленої В. В. Століним і С. Р. Пантілеевим. В основу тесту покладено знання щодо відмінностей в змісті уявлень про себе та відношення до себе. З накопиченням життєвого досвіду людина також отримує нові знання про себе, що впливають на зміст «Я-образу», трансформує ставлення до себе.

Таким чином, ми припускаємо, що аварія на ЧАЕС суттєво вплинула на ставлення до себе учасників ліквідаційних робіт. Даний вплив ми можемо класифікувати як негативний, про що свідчать результати, представлені в таблиці 2. У працівників МВС України, які отримали досвід участі у ліквідації наслідків техногенної катастрофи, на відміну від працівників МВС, які такого досвіду не мали, значно більш виражені показники внутрішньої конфліктності і самозвинувачення, а також у них нижчий, ніж у контрольної групи, показник впевненості в собі, відчуття цінності власного Я, очікувань позитивних оцінок себе та своїх дій з боку оточуючих.

Таблиця 2

Результати основної та контрольної вибірок за методикою дослідження ставлення до себе

Показники	Працівники МВС України (ліквідатори аварії на ЧАЕС)	Працівники МВС України	Різниця між групами (за t-критерієм Стю'дента)
Самовпевненість	6,04	7,125	0,000
Віддзеркалене ставлення до себе	6,34	7,5	0,001
Самоцінність	5,92	7,35	0,001
Внутрішня конфліктність	4,02	2,85	0,000
Самозвинувачення	4,73	3,15	0,000

Суб'єктивна оцінка особистістю рівня впливу на власне життя визначає ще один психологічний компонент способу життя. Для виявлення особливостей трансформації способу життя ліквідаторів за даним компонентом ми використали опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю», авторами якого є Є. Ф. Бажин, Є. А. Голинкіна, Л. М. Еткінда. Тест було розроблено на базі концепції локус-контролю Дж. Роттера. Основною розбіжністю між концепцією і методикою є те, що у Дж. Роттера локус-контролю вважається універсальним поняттям для будь-якого типу ситуацій, наприклад, для сфери досягнень і невдач, в той час як автори методики відокремлюють різні види контролю над різними сферами життя людини. Виходячи з цього, в опитувальнику виділяються такі досліджувані області: загальна інтернальність, інтернальність у сфері досягнень, інтернальність у сфері невдач, інтернальність у сфері сімейних відносин, інтернальність у сфері виробничих відносин, інтернальність у сфері міжособистісних відносин, інтернальність у сфері здоров'я і хвороб.

В результаті порівняння отриманих даних двох вибірок ми виявили особливості трансформації суб'єктивної оцінки власних можливостей впливу на життя ліквідаторів (таблиця 3). Отже, на відміну від контрольної групи, ліквідатори більш схильні звинувачувати себе у невдачах та неприємних подіях, які відбуваються в з ними.

Також ліквідатори в більшій мірі, ніж працівники МВС, проявляють суб'єктивний контроль по відношенню до виробничої діяльності, а саме, вони більше вірять в те, що їх дії можуть вплинути на їх професійний ріст, відносини в колективі, якість роботи.

Проте можливість впливу на своє здоров'я ліквідатори вважають менш вірогідним, ніж працівники МВС. Представники основної групи причинами захворювань вважають невідконтрольні їм фактори, так само і одужанням, за їх думкою, можливе лише в результаті втручання лікарів.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Отже, спосіб життя респондентів з основної групи (ліквідатори аварії на ЧАЕС, працівники МВС) є менш благополучним, ніж спосіб життя респондентів з контрольної групи (працівники МВС) за трьома психологічними компонентами: 1) рівень задоволеності якістю життя за основними сферами; 2) оцінки

Таблиця 3

**Результати основної та контрольної вибірок за опитувальником
«Рівень суб'єктивного контролю»**

Показники	Працівники МВС України (ліквідатори аварії на ЧАЕС)	Працівники МВС Укра- їни	Різниця між групами (за t-критерієм Ст'юдента)
У сфері невдач (Ін)	4,65	4	0,001
У виробничих відносинах (Ів)	4,58	3,5	0,001
У ставленні до здоров'я (Із)	4,64	5,98	0,001

власного «Я» як результат відображення накопиченого життєвого досвіду; 3) суб'єктивна оцінка включеності та здатності впливу на динамічний процес життєдіяльності.

Респонденти з основної групи менше задоволені якістю власного життя, що включає: наявність неприємних фізичних відчуттів, низьку оцінку своїх можливостей щодо контролю над припиненням або зменшенням болю; зниження життєвої активності енергії та витривалості; швидку втомлюваність; проблеми зі сном; низьку оцінку власних когнітивних функцій; погіршення працездатності; низьку оцінку своїх можливостей кохати та бути коханими, встановлювати та підтримувати близькі стосунки з іншими, розділяти емоційно значимі моменти в житті; недостатню задоволеність рівнем своєї сексуальної активності; низьку оцінку підтримки, практичної допомоги та полегшення зі сторони сім'ї та друзів.

Також відбулися трансформації у ставленні до себе ліквідаторів у результаті накопичення та реорганізації життєвого досвіду, а саме: виріс показник внутрішньої конфліктності і самозвинувачення; відбулося зниження показника впененості в собі, відчуття цінності власного Я, очікувань позитивних оцінок себе та своїх дій з боку оточуючих.

Що стосується трансформацій суб'єктивної оцінки ліквідаторів включеності та здатності впливу на динамічний процес життєдіяльності, то нами було визначено такі особливості: схильність звинувачувати себе у невдачах та неприємних подіях, які відбуваються з ними; віра в можливість впливати на їх професійний ріст, відносини в колективі, якість роботи; низька оцінка можливості впливу на своє здоров'я.

Результати емпіричного дослідження свідчать про те, що Чорнобильська катастрофа вплинула на спосіб життя ліквідаторів переважно негативно. Перспективи подальшої роботи ми вбачаємо в дослідженні взаємозв'язку між ціннісними орієнтаціями ліквідаторів та їх способом життя.

Список використаних джерел і літератури

1. Брушлинский А. В. Психология субъекта в изменяющемся обществе / А. В. Брушлинский // Психологический журнал. — 1996. — № 6. — С. 30–37.
2. Даненова Д. Б. Трансформация образа жизни и образа мира людей как психоисторическая проблема : дис. ... канд. психол. наук : 190001 / Даненова Дарина Борисовна. — Караганда, 2001. — 205 с.

3. Кузьменко Т. М. Особливості життєвих орієнтацій ліквідаторів аварії на ЧАЕС : автореф. дис. ... канд. соціол. наук : спец. 22.00.03 / Кузьменко Т. М. НАН України. Ін-т соціології. — Київ, 2002. — 17 с.
4. Некрасова І. М. Підходи до діагностики способу життя людини / І. М. Некрасова // Психологія і суспільство. — 2010. — № 4. — С. 65–71.
5. Такала М. Понятіе «образа жизни» и его применение на уровне конкретных исследований / М. Такала // Психология личности и образ жизни / Под ред. Е. В. Шороховой. — Москва: Наука, 1987. — С. 204–212.

References

1. Brushlinskiy A. V. Psihologiya sub'ekta v izmenyayuschemsya obschestve//Psihologicheskii zhurnal. — 1996. — Т. 17 — # 6. — 30–37 s.
2. Danenova D. B. Transformatsiya obraza zhizni i obraza mira lyudey kak psihoistoricheskaya problema : dis. kand. psih. nauk : 190001 / DANENOVA Darina Borisovna — Karaganda, 2001.
3. Kuzmenko T. M. Osoblivosti zhittEvih oriEntatsiy likvidatoriv avariyi na ChAES : Avtoref. dis... kand. sotsiol. nauk : 22.00.03 / T. M. Kuzmenko; NAN UkraYini. In-t sotsiologiyi. — K., 2002. — 17 s.
4. Nekrasova I. M. Pidhodi do dIagnostiki sposobu zhittya lyudini // Psihologiya i suspilstvo — 2010g., N 4–65–71 s.
5. Takala M. Ponyatie «obraza zhizni» i ego primeneniye na urovne konkretnykh issledovaniy// Psihologiya lichnosti i obraz zhizni. Pod red. E. V. Shorohovoy. — M.: Nauka, 1987. —.204–212 s.

Голубенко О. И.

аспирант Института социальной и политической психологии НАПН Украины

АВАРИЯ НА ЧАЭС КАК УСЛОВИЕ ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗА ЖИЗНИ ЛИКВИДАТОРОВ

Резюме

Работа посвящена одному из аспектов проблемы отдаленных психологических последствий аварии на ЧАЭС у ликвидаторов — трансформации образа жизни. В статье представлены основные теоретические положения данной темы, описаны механизмы и условия изменений в образе жизни человека. Также проанализированы результаты эмпирического исследования образа жизни ликвидаторов. В состав основной выборки вошли сотрудники МВД, которые принимали участие в ликвидационных работах на Чернобыльской АЭС, в состав контрольной — работники МВД, которые не имели подобного опыта. Нами были определены и описаны статистически значимые различия в образе жизни у представителей обеих групп.

Ключевые слова: образ жизни, трансформационные процессы, самоотношение, субъективный контроль, отдаленные психологические последствия, психотравмирующая ситуация, Чернобыльская катастрофа.

Golubenko O. I.

PhD student of the Institute of Social and Political Psychology NAPS Ukraine

**THE CHERNOBYL DISASTER AS A CONDITION
OF TRANSFORMATION LIQUIDATORS' LIFESTYLE**

Abstract

This work is devoted to one aspect of the problem of long-term psychological consequences of the Chernobyl disaster's liquidators — lifestyle's transformation. In the paper one can see the basic theoretical principles of the topic, describes the mechanisms and conditions for changes in a person's lifestyle. The results of an empirical research of liquidators' lifestyle were also analyzed. The core selection included employees of Ministry of Internal Affairs who participated in the liquidation works at the Chernobyl NPP and in the control group were employees of Ministry of Internal Affairs, who had no such experience. We have identified and described statistically significant differences in lifestyle among representatives of both groups.

Key words: lifestyle, transformation processes, self-attitude, subjective control, long-term psychological consequences, psycho-traumatic situation, Chernobyl disaster.

Стаття надійшла до редакції 08.03.2015