

ВПЛИВ ВІЙНИ ТА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ НА РОЗВИТОК ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНОГО КОНФЛІКТУ У ЖІНОК, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ У МЕДИЧНІЙ СФЕРІ

Тези присвячено проблемі екзистенційної кризи у жінок, віком від 30 до 45 років, які працюють в онкологічній лікарні міста Миколаєва. Здійснено вивчення та аналіз ключових понять дослідження, з'ясовано, що внутрішньоособистісний конфлікт – це гостре, критичне самовідчуття та переживання індивіда, викликане тривалою боротьбою структур внутрішнього світу особистості, що відображає зв'язки протиріччя із соціальним середовищем та перешкодою, що ухвалює адекватне рішення в тій чи іншій ситуації, а також гальмує активні дії щодо реалізації задуманого.

У тезах розкрито, що внутрішньоособистісний конфлікт виникає, коли взаємодіють рівні за силою, але протилежно спрямовані мотиви, потреби та потяги однієї людини.

Визначено, що в контексті воєнного часу важливо враховувати різні підходи до аналізу внутрішньоособистісного конфлікту (ВК), зокрема психологічний, біологічний, соціокультурний та інші. Це дозволяє створити більш комплексне уявлення про це явище та розуміти його багатоаспектний характер.

Теоретичний аналіз внутрішньоособистісного конфлікту у молодих жінок в умовах війни стає важливим етапом для подальших досліджень. На основі отриманих результатів можна розробляти ефективні практичні рекомендації для вдосконалення програм психотерапії, а також створювати соціальні та культурно чутливі стратегії підтримки молодих жінок під час воєнного стресу. Це дозволить краще розуміти психологічні потреби жінок в умовах конфлікту та надавати їм належну підтримку.

Ключові слова: панічні атаки, дистрес, депресія, посттравматичний стресовий розлад, внутрішньоособистісний конфлікт, війна та невизначеність.

Війна постійно несе підвищений ризик щодо психічного здоров'я населення, насамперед серед тих, хто працює у медичній сфері. Їм в силу професії постійно доводиться жити і працювати в стресових ситуаціях. Тривожність як психологічний стан має особливу важливість у цьому контексті, оскільки вона є значущим аспектом реакції психіки на екстремальні умови. Тривожність може спричинити розвиток психічних розладів, таких як панічні атаки, дистрес, депресія, посттравматичний стресовий розлад, внутрішньоособистісний конфлікт.

Воєнні події формують надзвичайно напружене й складне середовище, у якому люди змушені стикатися з різноманітними травматичними ситуаціями, що мають значний вплив на їхній психоемоційний стан.

Втрати близьких – членів родини, друзів чи колег через бойові дії – можуть спричинити глибокі психологічні потрясіння. Це, своєю чергою, здатне призводити до розвитку стану гострої скорботи, депресивних розладів та інших психоемоційних порушень.

Особи, які опиняються у зоні воєнного конфлікту, часто змушені залишати свої домівки, втрачати звичне середовище та шукати тимчасовий притулок в інших регіонах або країнах. Подібний досвід викликає сильне емоційне напруження, відчуття втрати, дезорієнтацію та невизначеність щодо майбутнього. Щодо гендерного аспекту внутрішньоособистісного конфлікту, то тут варто зазначити, що за сучасними дослідженнями тривожні стани виявляються частішим явищем у жінок, ніж у чоловіків, а відношення становить приблизно 4:1. Це, звичайно, пов'язано з різноманітними гормональними особливостями жіночого організму та їхньою роллю в сучасному суспільстві. Але це не єдиний аспект. Менша кількість чоловіків, які звертаються за допомогою через внутрішньоособистісні конфлікти, може бути пов'язана з іншими факторами. Наприклад, деякі з них можуть перетворити внутрішньоособистісні конфлікти у проблеми з алкоголем. Дані показують, що половина чоловіків, які стикаються зі страхами, стресами і тривогою раніше мали проблеми з алкоголем [2].

Крім того, особистісні характеристики можуть впливати на схильність до внутрішньоособистісних конфліктів. Наприклад, люди з високим рівнем тривожності частіше схильні до переживання стосовно свого здоров'я. Також особистості з вираженим перфекціонізмом можуть перебільшено реагувати на будь-які незвичайні відчуття або симптоми, боячись захворювань. Ще однією причиною появи внутрішньоособистісного конфлікту є потреба в досягненнях, яка стосується бажання досягти успіху в різних сферах, таких як академічна, спортивна, мистецька чи професійна. Ця потреба пов'язана з розвитком

почуття власної компетентності, ефективності та поваги до себе. Інакше кажучи, харизматична особистість, яка має творчий потенціал або яскраво виражені ознаки лідера, що, з одного боку може підвищити їхній соціальний статус і репутацію серед колег, а з іншого – також може спровокувати стрес, тривожність і фрустрацію, особливо в умовах жорсткої конкуренції [1].

Негативний вплив самосвідомості, самодисонанс і низька самооцінка можуть спричинити внутрішньоособистісний конфлікт, що, в свою чергу, викликає невпевненість у власних силах та здібностях. Таким чином, низька самооцінка може провокувати тривогу щодо власної особистості, особливо у взаємодії з іншими. Ця тривожність часто є результатом тривалого формування самооцінки, яке починається ще в дитинстві.

Воєнні часи є серйозним випробуванням для людства. В умовах війни постають питання фізичного виживання, забезпечення особистої та родинної безпеки, підтримки фізичного та психічного здоров'я, а також взаємної допомоги та людяності. Люди змушені переосмислювати свої власні потреби та потреби оточуючих, що супроводжується гострими та хронічними стресами, тривогою, екзистенційними кризами. Травматичний досвід, фрустрації, втрати – це лише частина викликів, з якими стикається як суспільство загалом, так і кожен індивід окремо. Все це відбувається в умовах постійної невизначеності, яка супроводжує повсякденне життя.

Кожна людина, свідомо чи несвідомо, шукає спосіб зберегти баланс між турботами про своє психологічне благополуччя та вимогами нинішнього часу. Життєвий шлях людини, її задоволеність життям, емоційний стан, фізичне та психічне здоров'я значною мірою залежать від задоволеності своєю професійною діяльністю, ставлення до неї, рівня досягнень. Професійна діяльність для багатьох стає основою особистісного розвитку. Особливо вразливими до появи внутрішньоособистісного конфлікту є працівники бюджетної сфери. Висококваліфіковані лікарі часто схильні до неврозів, і це явище характерне не лише для представників малозабезпечених верств, але й для успішних людей, для яких бізнес є сенсом життя. Коли плани руйнуються, настає банкрутство чи втрачається капітал, вони часто впадають у депресію. Наше дослідження проводилося серед медичних працівників онкологічної лікарні, і ми переконані, що їхня діяльність повинна включати підтримку власного психічного здоров'я, щоб не виникла вікарна травма і емоційне вигорання.

Воєнні конфлікти часто стають причиною сексуального насильства та тортур, що є серйозною травматичною подією для як жінок, так і чоловіків. Це призводить до значних психічних та емоційних наслідків, зокрема травм у сексуальній сфері та посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Війна не лише загрожує фізичному благополуччю, але й створює серйозні психологічні виклики, зокрема для молодих жінок, які, незважаючи на свою вразливість, демонструють надзвичайну стійкість та витримку у таких травматичних ситуаціях. Розуміння ролі молодих жінок в умовах воєнного конфлікту є важливим для належного врахування їхніх потреб та розробки ефективних стратегій психосоціальної підтримки.

Одним з важливих аспектів є участь молодих жінок у воєнних діях, де вони виступають не лише як свідки, а й як активні учасниці. Вони можуть бути мобілізовані до армії, приєднуватися до добровольчих підрозділів або брати на себе відповідальність за збереження родин і громад в умовах загострення конфлікту. Така активна роль дає їм можливість виявити свою силу та рішучість, але водночас піддає їх додатковому стресу та травмам.

Під час воєнних дій молоді жінки також виконують важливі соціокультурні та побутові функції. Вони можуть втрачати членів родини, брати на себе обов'язки з утримання домогосподарства та виховання дітей навіть в умовах великої нестабільності. Це підвищує рівень стресу та може спричинити психологічні труднощі, зокрема внутрішньоособистісні конфлікти.

У контексті війни молоді жінки, як вразлива соціальна група, стикаються з особливими психологічними проблемами, серед яких можуть бути панічні атаки. Загроза життю та основним життєвим цінностям, втрати безпеки і розпливчастість звичних реалій можуть серйозно вплинути на психічний стан молодих жінок. Розуміння психологічних проявів внутрішньоособистісних конфліктів у цьому контексті є ключовим для створення ефективних стратегій психологічної підтримки та втручання. Дослідження цих аспектів може значно покращити розробку програм для підтримки молодих жінок, які переживають воєнні конфлікти, а також сприяти формуванню адаптивних і ефективних стратегій для збереження психічного здоров'я.

Воєнні дії ставлять перед людьми не лише фізичні загрози, але й емоційні та психологічні випробування, зокрема для молодих жінок, які можуть зазнати серйозних стресів під час конфлікту. Психологічні та емоційні виклики воєнного часу мають комплексний характер, охоплюючи різноманітні аспекти життя та внутрішнього світу особистості.

Емоційні та психологічні труднощі, викликані війною, можуть мати тривалий негативний вплив на ментальне здоров'я молодих жінок. Це може призвести до депресії, тривожних розладів, втрати інтересу до життя та інших серйозних психічних проблем, що вимагають професійної та чутливої психологічної допомоги. Дослідження цих проблем дасть змогу краще зрозуміти, як воєнний час впливає на психічний стан жінок, а також сприятиме створенню ефективних стратегій підтримки у складних умовах конфлікту.

Умови воєнного часу створюють надзвичайно складні ситуації, що значно впливають на психічне здоров'я молодих жінок. Відчуття загрози, стресові ситуації та втрати стають важливими стресорами, які можуть мати серйозні наслідки для їхнього емоційного стану.

Стресові ситуації, пов'язані з війною, такі як обстріли, евакуація, брак ресурсів або загроза втрати близьких, можуть викликати емоційне напруження та привести до розвитку різних психічних розладів, зокрема тривожних станів і посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Молоді жінки в умовах війни можуть зазнавати великих втрат, таких як смерть близьких, руйнування домівок, втрата роботи та особистого майна. Це призводить до глибокого емоційного стресу, що може сприяти розвитку депресії та інших психічних проблем.

Відчуття постійної загрози безпеці, що супроводжує воєнний конфлікт, може викликати тривожні розлади та значно погіршити емоційний стан. Молоді жінки можуть переживати страх, хронічну напругу та посттравматичний стресовий розлад, що серйозно обмежує їхню здатність нормально функціонувати в суспільстві.

Умови війни також характеризуються невизначеністю та непередбачуваністю, що створює постійний стрес і тривогу. Невизначеність щодо майбутнього та можливість нових загроз підштовхують молодих жінок до постійного психологічного напруження.

Страх та тривога активують автономну нервову систему, що спричиняє фізіологічні реакції, такі як підвищення серцевого ритму, розширення дихальних шляхів і збільшення рівня адреналіну. Ці реакції можуть бути важливими для виживання в реальних загрозливих ситуаціях, але в контексті панічних атак вони можуть виникати без об'єктивних причин.

Переживання панічної атаки може призводити до формування циклу страху та паніки, коли страх нових атак підтримує пацієнта в стані тривоги. Це може загострювати симптоми та погіршувати психічний стан. Таким чином, вивчення психологічних та біологічних механізмів, що лежать в основі внутрішньоособистісних конфліктів, дозволяє не лише описати явище, але і визначити шляхи подальших наукових досліджень та розробки практичних підходів до лікування та підтримки.

References

1. Piterson Tania. 101 sposob vporatysia z tryvohoiu, strakhom i panichnymy atakamy. Kyiv: Nash Format, 2022. 240 s.
2. Tsarkova O. V. Teoretychni aspekty proiavu psykhologichnoho fenomenu tryvozhnosti. Aktualni problemy psykhologii. Seriia «Ekologichna psykhologhiia». 2018. T. 7. Vyp. 38. S. 73–79.

DOI 10.34132/mspc2025.01.12.14

Filipenko Viktoriia
Stukasheva Viktoriia

THE IMPACT OF WAR AND UNCERTAINTY ON THE DEVELOPMENT OF INTRAPERSONAL CONFLICT IN WOMEN WORKING IN THE MEDICAL FIELD

The thesis is devoted to the problem of existential crisis in women aged 30 to 45 years who work in the oncological hospital of Mykolaiv. The study and analysis of the key concepts of the research is carried out, it is found that intrapersonal conflict is an acute, critical self-awareness and experience of an individual caused by a long struggle of the structures of the inner world of the personality, reflecting the relationship of the contradiction with the social environment and an obstacle that makes it difficult to make an adequate decision in a given situation, as well as inhibits active actions to implement the plan.

The thesis reveals that intrapersonal conflict arises when one person's motives, needs and drives interact with each other in equal strength but in opposite directions.

It is determined that in the context of wartime, it is important to take into account different approaches to the analysis of intrapersonal conflict (IPC), including psychological, biological, sociocultural and other approaches. This allows us to create a more comprehensive view of this phenomenon and understand its multidimensional nature.

The theoretical analysis of intrapersonal conflict in young women in wartime becomes an important stage for further research. Based on the results obtained, it is possible to develop effective practical recommendations for improving psychotherapy programmes, as well as to create socially and culturally sensitive strategies to support young women during war stress. This will allow for better understand the psychological needs of women in conflict and provide them with appropriate support.

Keywords: *panic attacks, distress, depression, post-traumatic stress disorder, intrapersonal conflict, war and uncertainty.*

Відомості про автора / Information about the Author

Стукашева Вікторія, студентка 565м3 групи кафедри психології, Навчально-наукового медичного інституту, ЧНУ ім. Петра Могили м. Миколаїв, Україна. E-mail: stukash20@icloud.com

Stukasheva Viktoriia, student of 565mZ group of the Department of Psychology, Educational and Scientific Medical Institute, Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: stukash20@icloud.com

Філіпенко Вікторія, викладач кафедри психологія, Навчально-наукового медичного інституту ЧНУ ім. Петра Могили, м. Миколаїв, Україна. E-mail: filipenka@ukr.net

Filipenko Viktoriia, Lecturer at the Department of Psychology, Educational and Research Medical, Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: filipenka@ukr.net

© В. Стукашева, В. Філіпенко
02.06.2025.

Стаття отримана редакцією

