

Смультсон Марина Лазарівна,
дійсний член НАПН України,
доктор психологічних наук, професор,
головний науковий співробітник лабораторії
сучасних інформаційних технологій навчання.
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
м.Київ, Україна

Мещеряков Дмитро Сергійович,
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник лабораторії
сучасних інформаційних технологій навчання.
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
м.Київ, Україна

Назар Максим Миколайович.
старший науковий співробітник,
кандидат психологічних наук,
завідувач лабораторії
сучасних інформаційних технологій навчання.
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
м.Київ, Україна

РЕІНТЕРПРЕТАЦІЯ МЕНТАЛЬНОЇ МОДЕЛІ СВІТУ ДОРОСЛИМИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Особистісний досвід людини, який вона отримує упродовж життя, проходить інтелектуальну обробку (відображення, усвідомлення, фіксацію та інтерпретацію) і набуває форми ментальної моделі світу [1]. Під ментальною моделлю світу ми розуміємо відрефлексований конгломерат образу і концепту (когніції), який ширше образу й концепту, оскільки при цьому поєднанні виникає нова якість. Ментальні моделі світу фіксують зміст і рівень розуміння людиною себе, інших та довкілля, вони, безумовно, тісно пов'язані зі знаннями та переконаннями особистості. Тому ментальні моделі можна вважати стійкою інтелектуальною характеристикою особистості.

Серйозне перетворення (реінтерпретацію) ментальних моделей ми тлумачимо як ознаку розвитку і саморозвитку людини, тому що загалом, як показано в багатьох дослідженнях, ментальні моделі досить ригідні до реінтерпретації.

Вихідними даними для побудови ментальної моделі світу є його об'єктивні характеристики, однак сприйняті та перетворені відповідно до специфічних параметрів когнітивної та метакогнітивної сфер особистості, а також ментальних моделей значимих інших. Провідні напрями побудови ментальної моделі світу

відображують смисл життя як її стрижень, ціннісно-орієнтувальне підґрунтя, просторово-часові координати (хронотоп) і аспект значимого іншого як її діалогову (децентраційну) підструктуру. Реінтерпретація і перетворення ментальної моделі відбувається, відповідно, за трьома напрямками: смисл життя, хронотоп, значимий інший.

Проаналізовані нижче дані про специфіку реінтерпретації ментальної моделі світу дорослими під час війни отримані нами в результаті онлайн опитування, проведеного лабораторією сучасних інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України у період з березня 2022 року по грудень 2023 року і присвяченого дослідженню зв'язку стресу від війни з проєктуванням діяльності у віртуальному просторі та соціальних мережах.

Вибірка досліджуваних склала 217 осіб, серед них: чоловіки - 21,2%, жінки – 78,3%, інша стать - 0,5%. Перебували в Україні під час війни з РФ 91,7%, мали волонтерський досвід 45%, перебували в зоні бойових дій 35,6%, перебували в евакуації у межах України 40,6%, мали досвід евакуації за кордон 22,8%.

Ми ставили в опитувальнику також і так звані відкриті запитання, які стосувалися психологічного стану дорослих та їх поведінки в цей період. Аналіз реінтерпретації ментальної моделі проведемо на основі відповідей на запитання «Чого корисного Ви зрозуміли або навчилися за цей період часу?». Це запитання було зорієнтоване на визначення у наших респондентів рівня рефлексії подій і власного психічного стану, і, головне, потенціалу саморозвитку у воєнний і післявоєнний періоди.

Перший кластер відповідей, найменший за кількістю, але, безумовно, дуже значущий в контексті перетворення ментальної моделі, це такий, в якому переважає орієнтація на воєнні реалії і страх війни, і, відповідно, страх смерті (16 % всіх наданих відповідей). Це такі, наприклад, відповіді: «Як слід діяти при звуку сирени. Як правильно скласти тривожну валізку. Як правильно себе поводити при знаходженні у місці бойових дій. Як відрізняються вибухи артилерії від потрапляння ракет та спрацювання ППО. Як слід діяти при

ядерному вибуху». Або «Ховатися в погреб», «Як евакуюватися», «Що всі реально необхідні людині речі поміщаються в 1 рюкзак».

На другому місці знизу те корисне, що відрефлексували наші респонденти для безпосередньої організації життя в умовах війни (19 %). Це такі, наприклад, відповіді: «Став більш стійкий психологічно до воєнних дій», «Зрозуміла вже вдруге, що всі речі, майно нічого не варте. Головне - бути в безпечному місці самій і дитині», «Ніколи не була волонтером, а тут приєдналася. Професійні спільноти також дуже важливі у соціальній підтримці».

Далі, 27% – це відрефлексовані висновки, потрібні для самонавчання, саморегуляції і саморозвитку. Ми ділимо їх умовно на дві групи – пов'язані з безпосереднім набуттям нових компетенцій (навчання та самонавчання) і пов'язані з саморозвитком. Приклади відповідей першої групи: «Надавати першу медичну допомогу», «Почала вивчати мову, керування автомобілем», «Користуватися зброєю». Приклади другої групи «Поміркованості та критичного мислення, не панікувати у будь-якій ситуації», «Зловила багато інсайтів та переосмислила життя, хоч і за такий короткий, проте інтенсивний проміжок часу», «Навчилась краще розуміти свої емоції. Навчилась бачити інаковість людей і приймати її», «З'ясував деякі межі власних можливостей, потенціали діяльності у стресових умовах, створення ресурсних умов для близького оточення», «Багато чого, насамперед бути собою, сподіватись на свої сили, допомогати іншим, не чекаючи іншої взаємодії».

На першому місці за кількістю (37 %) не дуже очікувано опинилась група відповідей, яка відображує загальнофілософські роздуми про смисл життя, узагальнені думки про життя, сформовані за прожитий період з початку війни. Виділимо серед них декілька умовних підгруп. Перша – це відповіді, які, на нашу думку, свідчать про високий рівень стресової травматизації («депресивні»), наприклад: «Що людське життя – пил», «Ми всі колись помremo. Одного дня. І добре, що цей день не сьогодні», «Виявляється, існує куди більше речей і факторів, на які я ніяк не можу вплинути. Зникла ілюзія контролю». Друга

підгрупа відповідей – про життя. Наприклад, «Цінувати життя», «Цінувати кожен мить життя та не відволікатися на дрібниці» тощо.

Третя підгрупа відповідей – про ситуацію невизначеності: «Що у будь-який момент може виникнути ситуація невизначеності, до якої досить важко адаптуватися», «Не можна бути впевненим на 100% ні в чому». Четверта - про матеріальне і духовне: «Матеріальне - ні про що! Зовсім! І треба робити те, що хочеться, зараз!!». Сюди ж додається п'ята підгрупа: думки про плин часу (минуле, теперішнє, майбутнє): «Немає в житті завтра... є сьогодні і зараз... а важливими є тільки кохані рідні люди... все інше не має сенсу...», «Минуле – це минуле, і не треба скаржитись на те, що було чи чого не трапилось. Майбутнє це міраж, в тебе його можуть вже сьогодні відібрати. В тебе є тільки зараз, і на цьому ти маєш сфокусувати всю свою енергію та сили. Жити тут і зараз, навіть у такий час».

Нарешті, шоста підгрупа – узагальнені думки про націю і країну: «Зрозуміла, що ми, українці, в багатьох питаннях більш моральні, цілеспрямовані і професійні, ніж вчорашні гейропейські авторитети», «Цінувати нашу націю».

Ми вважаємо, що на підставі проведеного вище аналізу можна говорити про певну перебудову ментальної моделі світу, яка відбулася у наших респондентів у перший рік війни, за цей «інтенсивний», як каже один з респондентів, проміжок життя. Відомо, що ментальна модель світу важко піддається реінтерпретації, коригуванню і перебудові [1], але гіперстресова ситуація війни, як бачимо, прискорює ці процеси.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1.Смұльсон М.Л. Интеллект і ментальні моделі світу. *Наукові дослідження когнітивної психології*. Острого : Вид-во Національного ун-ту «Острого», 2009. Вип.12. С. 38–49. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2009_12_6 (дата звернення: 10.01.2024).