

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ КАТОЛИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

На правах рукопису

*/Рекомендація кафедри до захисту  
Підпис зав. кафедри/*

**Казмірчук Любов Леонідівна**

**ХРИСТІЯНСЬКА ВІРА ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС  
ПОДОЛАННЯ ВТРАТИ БЛИЗЬКОЇ ОСОБИ  
(В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ НА СХОДІ УКРАЇНИ)**

Спеціальність 8.053 «Психологія»

Магістерська робота на здобуття кваліфікації магістра

Кафедра клінічної психології

Науковий керівник –

Ніздрень-Федорович Олександра Андріївна;

доктор філософії із соціальної психології,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри клінічної психології УКУ

**Львів – 2019**

**Вищий навчальний заклад «Український католицький університет»**

Факультет наук про здоров'я

Кафедра клінічної психології

## **Пояснювальна записка**

до магістерської роботи

магістр  
(освітній ступінь)

на тему:

### **Християнська віра як особистісний ресурс подолання втрати близької особи**

**(в контексті війни на Сході України)**

Виконала: студентка 6-го  
курсу,  
Групи  
Спеціальності 053. Психологія  
Казмірчук Л.Л.  
Керівник:  
Ніздрень-Федорович О.А.  
Рецензент:

**Львів – 2019**

**Вищий навчальний заклад «Український католицький університет»**

Факультет наук про здоров'я

Кафедра клінічної психології

Освітній ступінь **магістр**

Спеціальність **053 Психологія**

Освітня програма **Клінічна психологія з основами когнітивно-поведінкової терапії**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**  
завідувач кафедри  
Аврамчук О.С.

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 201\_  
року

**З А В Д А Н Н Я**  
**НА МАГІСТЕРСЬКУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ**

**Казмірчук Любові Леонідівні**

1. Тема роботи: Християнська віра як особистісний ресурс подолання втрати близької особи (в контексті війни на Сході України).

*керівник роботи Олександра Ніздрань-Федрович, канд. психологічних наук, доцент кафедри клінічної психології УКУ, затверджені Вченою Радою факультету від “ ” \_\_\_\_\_ 2019 р. № протоколу*

2. Строк подання студентом роботи: 27.05.2019

3. Вихідні дані до роботи

*У структуру роботи входить вступ, список скорочень, I, II, III розділи, загальні висновки, список використаних джерел, додатки*

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити)

*Проаналізувати наукову літературу з питання впливу християнської віри, як особистісного ресурсу людини на подолання втрати близької особи в контексті війни на Сході України, дослідити особливості прояву християнської віри як особистісного ресурсу у людей, які зазнали втрат на війні*

5. Перелік графічного матеріалу (магістерська робота містить схему, рисунки і таблиці)

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

№ з/п	Назва етапів дипломної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
	<i>Вибір і погодження теми</i>	<b>23.10.18</b>	
	<i>Обговорення методології та структури дослідження</i>	<b>02.11.18</b>	
	<i>Здача опису роботи та бібліографії</i>	<b>01.12.18</b>	
	<i>Опрацювання I розділу роботи</i>	<b>04.01.19</b>	
	<i>Представлення I розділу дослідження</i>	<b>17.01.19</b>	
	<i>Опрацювання II розділу та розробка опитувальників</i>	<b>02.02.19</b>	
	<i>Презентація II розділу дослідження</i>	<b>22.02.19</b>	
	<i>Проведення емпіричного дослідження</i>	<b>01.03 - 04.04.19</b>	
	<i>Опрацювання III розділу роботи</i>	<b>1-20.04.19</b>	
	<i>Представлення III розділу дослідження</i>	<b>23.04.19</b>	
	<i>Попередній захист магістерської роботи</i>	<b>09.05.19</b>	

Студентка \_\_\_\_\_  
(підпис)

**Казмірчук Л.Л.** \_\_\_\_\_  
(прізвище та ініціали)

Керівник роботи \_\_\_\_\_

**Аврамчук О.С**

## **ЗМІСТ**

**ВСТУП 6**

**РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ ХРИСТИЯНСЬКОЇ ВІРИ ЯК ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ НА ПОДОЛАННЯ ВТРАТИ 9**

1.1 Особливості переживання втрати особами, які перенесли смерть близької людини 9

1.2 Теоретичний аналіз поняття “особистісний ресурс” 12

1.2.1 Християнська віра як особистісний ресурс в контексті психології 14

1.3 Християнська віра та горювання: точки перетину 19

**РОЗДІЛ II МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ 25**

2.1 Організація дослідження, опис груп респондентів 25

2.2 Методики дослідження 27

**РОЗДІЛ III ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ХРИСТИЯНСЬКОЇ ВІРИ НА ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ БЛИЗЬКОЇ ОСОБИ 32**

3.1. Аналіз результатів дослідження 32

3.1.1 Порівняльний аналіз особливостей застосування християнської віри двох груп 32

3.1.2 Характеристики кореляційного аналізу даних груп досліджуваних 39

3.2. Особливості впливу християнської віри на процес подолання втрати близьких осіб в умовах українських військових реалій сьогодення 53

**ВИСНОВКИ 54**

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 57**

**ДОДАТКИ 62**

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** У зв'язку з військовим конфліктом в Україні постало питання психологічної допомоги не лише учасників АТО, але й сімей, які втратили близьких людей на війні. До цієї категорії можемо віднести дружин, чоловіків, батьків та дітей. Здебільшого такі люди не знають як жити далі без близької особи. Крім того, довготривалість війни та недовіра до настроїв суспільства зумовлює ще більше заглиблення в дистрес особами, що втратили близьких людей в зоні АТО.

За офіційними даними Міністерства оборони України, з початку війни на Сході України з 2014 року до весни 2018 року загинуло близько 2,5 тис. військових, можемо стверджувати (оскільки офіційних даних поки не знайдено), що більше 2 тисяч родин зазнали втрати близької людини, що не могло не позначитись на їхньому психічному здоров'ї.

На даний час не має чіткої побудови спостережень та налагодженого спілкування психотерапевтів з людьми, котрі втратили близьких на Сході України. Профорієнтаційна робота з приводу долання втрати на низькому рівні і здебільшого обмежується роботою волонтерів з сім'ями загиблих (організація поїздок, арт-терапія, долучення до розважальних заходів). Також це відбувається серед незначної кількості обраної нами аудиторії.

В психологічній літературі різносторонньо розкриті особливості переживання особою втрати близької людини. Аспект подолання втрати рідної особи в контексті війни на Сході України розкритий дуже мало. Та це дозволить якісніше та детальніше дослідити дану тему. У розкритті поняття «втрата» та «подолання втрати» звертатимемось до досліджень Дж. Вільяма Вордена, М. Заворотньої, Н.Оніщенко, А. Баканова, Е. Ліндемманн та ін. Проте при доланні стресу втрати важливе місце займає не лише психолог, але й особистісні ресурси людини, до яких можемо віднести і християнську віру особи, адже християнські цінності в наш час є актуальним фундаментом для

підтримки в кризових ситуаціях, а особливо на теренах України. Віра часто стає точкою опори для відновлення та збереження цілісності особистості. Психотерапевтичний потенціал релігійної віри вивчали Wortmann, Crystal L. Park, Burke, L. A., Neimeyer, R. A. Еріксон О. Венгер, М. Савчин, Г. Пирог, Ю. Алексеєва, О.Климишина, О. Бобровська, Н. Осухова, С.Братусь. Тому вивчення особливостей прояву християнської віри у переживанні втрати особами, близькі яких загинули на Сході України з метою виділення існуючих закономірностей та в майбутньому для розробки відповідних методів психотерапевтичного впливу є актуальним напрямком психологічних досліджень.

**Об’єкт** дослідження – копінг-стратегії та особистісний ресурс християнської віри осіб, які втратили рідних на війні в Україні.

**Предмет** дослідження – християнська віра, як особистісний ресурс у подоланні втрати близької особи в контексті війни в Україні

**Мета** дослідження – дослідити особливості застосування християнської віри у подоланні втрати в осіб, рідні, яких загинули у війні на Сході України.

**В гіпотезі** дослідження ми припускаємо, що:

1. Християнська віра є більшим особистісним ресурсом у подоланні втрати близької людини для осіб, які втратили на війні, ніж для осіб, рідні яких померли в мирному житті.

У процесі дослідження ставимо перед собою такі завдання:

1. Проаналізувати наукову літературу з питання впливу християнської віри, як особистісного ресурсу людини на подолання втрати близької особи в контексті війни на Сході України

2. Дослідити особливості прояву християнської віри як внутрішнього ресурсу у людей, які зазнали втрат на війні.

**Методи:** у дослідженні застосовані такі методи:

**Загальнонаукові** методи: психологічне опитування, порівняння, аналіз синтез, індукція та дедукція.

**Методи математичної статистики:** методи описової статистики, параметричний t-тест Стюдента, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена.

**Емпіричні методи:** використано *методику «релігійні копінг-стратегії» (RCOPE)* автори К. Паргамент, Г. Кюніг, Л. Перез; адаптація М. Єсип, опитувальник Стратегії подолання кризового стану (модель BASIC Ph – професор Мулі Лаад, Ізраїль)

**Наукова новизна.** Питання впливу християнської віри у процесі горювання за близькою особою в контексті сьогочасної війни в Україні майже не досліджуване.

**Практичне значення** отриманих результатів полягає у можливості подальшого застосування аспектів християнської віри у психологічному консультуванні осіб, які в скорботі за загиблим для ефективної «роботи горя».

**Структура дипломної роботи:** вступ, список скорочень, I, II, III розділи, загальні висновки, список використаних джерел, додатки



## **РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ ХРИСТІЯНСЬКОЇ ВІРИ ЯК ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ НА ПОДОЛАННЯ ВТРАТИ**

### **1.1. Особливості переживання втрати особами, які перенесли смерть близької людини.**

Смерть близької людини є однією з найболючіших втрат і часто призводить до втрати власної ідентичності. Поняття втрати досліджувалось багатьма науковцями, проте актуальності не втратило і дотепер.

Дослідження впливу втрати як однієї з найтравматичніших подій відбуваються вже століттями. Як зазначає А. Баканова, при розгляді втрати, що пов'язана зі смертю, варто розуміти, що людина, яка її зазнає втрачає не лише фізичну присутність та тіло близької людини, але й переживає психологічну смерть, що означає «втрату значущих відносин, розрив прихильностей, зміну способу буття – життєвого стилю, способу мислення, ставлення до себе, навколишньому світу і основних екзистенціальних проблем». [11,с.97]

Реакція постраждалого на втрату близької людини окреслюють як горе. Процес горювання може відрізнитись в кожній людині залежно від її особистісних ресурсів, перебігу, змісту та форми [17,с.35].

Е. Ліндеманн називає процес адаптації до нещастя «роботою горя» [1,с.8] Р. Кочюнас «роботу горя» вважає когнітивним процесом, якому притаманні зміни думок про померлого, біль утрати, спроби відмежуватись від людини, пошук свого місця за нових життєвих обставин. [4,с.245]

Існує багато підходів з боку науковців-психологів до розуміння процесу переживання горя з різними шляхами подолання деприваційної кризи[10]. Н. Оніщенко, окреслює цей процес, залежно від перебігу та змісту є реакція горя може бути як нормальна, так і патологічна [17,с.37]. Нормальне горе включає переживання, пов'язані з втратою, але поряд з цим супроводжується симптомами, що нагадують депресію [19]. Основними ознаками в цьому випадку можна назвати наступні: пригнічений настрій, втрата колишніх

інтересів, почуття провини по відношенню до померлого, періоди неспокою, сльозливість, бажання приєднатися до померлого, обмеження контактів і соціальної активності, труднощі планування майбутнього, можливі обмани сприйняття. Патологічна реакція горя характеризується почуттям туги за померлим, пошуками померлого, постійними думками про втрату, невірою в смерть близької людини, відсутністю визнання втрати [10,17,11,44].

Повертаючись до Е. Ліндемманна, згідно з дослідженнями якого виділено 5 стадій реакції на горе:

- 1) поглиненість образом померлого;
- 2) ідентифікація з померлим;
- 3) почуття провини та злості на оточуючих;
- 4) порушення повсякденного функціонування;
- 5) погіршення самопочуття (соматичні скарги) [10,с.9].

Також п'ять стадій переживання горя виокремлює Е.Кюблер-Росс:

- 1) заперечення реальності;
- 2) гнів та пошук винуватого;
- 3) торг;
- 4) депресія;
- 5) прийняття [14].

Хоча ця модель піддавалась критиці з боку багатьох дослідників. Зауважимо, що у 2004 р. разом із Д. Кесслер [10] оновила свій підхід до цієї моделі і ствердила, що «горе не є лінійним процесом, люди не проходять через усі стадії, порядок яких може змінюватися та залежить від індивідуальних особливостей людини, її соціального оточення.» Модель горювання за В. Ворденом має вигляд чотирьох завдань [44], котрі повинні бути пройдені людиною за час нормального процесу горювання. Цей підхід найбільш використовується серед для клініцистів. Перше завдання – прийняти та визнати факт факт втрати. Друге – пережити біль втрати («робота горя»). Третім завданням є налагодження оточення без померлого. Четверте, останнє, завдання

звучить – емоційне віддалення до покійника та продовжувати жити далі. У підході С. Паркес до процесу горювання (1970, 2001) виділено п'ять фаз:

- 1) шок, заціпеніння (початкова реакція на горе, що полягає у невірі в те, що сталося, емоційній анестезії);
- 2) туга (реальність приймається, але людина все ж думками з померлим: вона може говорити з ним, чекати на телефонний дзвінок від нього, особливо яскраво ця фаза виявляється у подружжя, яке багато років прожили разом);
- 3) дезорганізація (порушення соціального функціонування, людина запитує себе: «Хто я тепер?») та поступово вчиться жити без померлого).
- 4) реорганізація (прийняття втрати, стабілізація повсякденного життя) [41].

Згідно зі шляхами переживання горя С. Бергер [10] існує п'ять типів ідентичностей:

- Кочівники (неприйняття втрати та нерозуміння як втрата впливає на їх життя. Ця стадія є притаманною більшості у гострій стадії горя. Проте, якщо вона затягується на роки, то такі люди є дезорієнтованими та дезадаптованими у житті.
- Меморалісти (понад усе націлені зберігати пам'яті про померлу людину. Їм притаманне часте відвідування кладовища, спілкування із померлими, написання їм листів, віршів, розповіді про свої справи.
- Нормалізатори (ця категорія направлена на відновлення свого життя після втрати, шукають втрачений сенс життя, приділяють увагу на сім'ї та близьким, здебільшого створюють повторний шлюб та народжують дітей).
- Активісти (характеризуються допомагати іншим людям, часто хворим, наприклад, тою ж хворобою, що забрала її близького. Ці люди нерідко обирають волонтерство чи громадську діяльність.

- Шукачі (спрямовані на пошук сенсу життя у релігійному та філософському вимірі).

## 1.2. Теоретичний аналіз поняття “особистісний ресурс”

В контексті поведінки подолання деприваційної кризи як форми поведінки, яка висвітлює готовність пережити втрату близької людини, формується використання певних інструментів для виходу із емоційного стресу. Пережиття втрати рідної особи людиною відбувається на основі ресурсів особистості за рахунок різних копінг-стратегій. Варто зазначити, що питання вивчення проблематики особистісних ресурсів добре висвітлене в галузі психологічної науки [10, с.48-55].

Особистісними ресурсами В. Розенберг називає відповідальність, ініціативність, бажання віднайти сенс – внутрішні сили, які необхідні для конструктивного додання кризи життя [28,с.322].

Аналіз наукових джерел з проблеми особистісних ресурсів додання стресу (в контексті нашої роботи – подолання втрати близького) дав розуміння про те, що найбільш вивченими опрацюваннями особистістю негативних переживань є психологічний захист і копінг-стратегії (або стрес-долаюча поведінка) [10].

С. Хобфол називає особистісні ресурси тим, «що є цінним для людини та допомагає їй адаптуватися до стресових ситуацій. Він класифікує їх на зовнішні – соціальні та внутрішні – “душевні” (психологічні)» [28, с.322,13]. Науковець виділяє 2 принципи “консервування” ресурсів (COR-теорія):

- 1) люди якнайкраще мають намір отримати, зберегти та використати свої психологічні ресурси;
- 2) люди докладають зусиль, для того, аби накопичити власні ресурси, вони захищають, відновлюють, та набувають нових ресурсів для зростання власної впевненості (екзистенційної надійності) [24,27]. Л. Завалкевич вказує, що «ресурсність є показником мотивації “можливостей”» [9]. При розгляді

особистісних ресурсів варто зауважити про розроблену Р. Ділтс та М. Епштейн, структурну модель психологічного аналізу SKORE (Symptoms, Causes, Outcomes, Resources, Effects) (симптоми, причини, результати, ресурси, ефекти). Її автори запевняють, що ресурсом може бути все, що допомагає людині досягти відчуття щастя, впевненості, сили, які необхідні для вирішення проблем [28, с.312].

Повертаючись до поняття «коупінгу», як до однієї із форм прояву особистісних ресурсів людини, зауважимо, що науковці С.Фолкман, Р. Лазарус трактують «копінг» як «динамічний процес, специфіка якого визначається не тільки ситуацією, але і стадією розвитку конфлікту, зіткнення суб'єкта із зовнішнім світом» [8],[10,с.66] .

С. Нартова-Бочавер бачить копінг як «індивідуальний спосіб взаємодії людини із ситуацією відповідно до її значущості та власних психологічних ресурсів. І. Рибкін виокремив рівні психологічних ресурсів особистості: вищий рівень, який характеризують самооцінка, самоактуалізація, ідентичність життєвий сенс, та базовий рівень – емоційна врівноваженість, впевненість та лідерство, автономність, відповідальність, цілеспрямованість, адаптивність та психологічна гнучкість [8],[10,с.62].

За А.Вовк до особистісних ресурсів належать адекватна Я-концепція, позитивна самооцінка, низький нейротизм, інтернальний локус контролю, оптимістичний світогляд, емпатійний потенціал, афіліативна тенденція (здатність до міжособистісних зв'язків) та деякі інші [3, с.34-36].

І. Шкуратова та О. Анненкова виділили групи особистісних ресурсів, які є найбільш спрямовані на подолання деприваційної кризи (в нашому контексті втрати близької особи): вірування та світогляд людини, сила духу; інтелект, креативність, інтерес до світу; системи навичок, вмінь та знань; енергетичний ресурс (фізичне та психічне здоров'я, витривалість, темпераментні характеристики); властивості особистості, що спрямовані на протистояння руйнівним впливам (життєстійкість, цілеспрямованість, оптимізм, локус

контроля та ін.). Як екзистенційні ресурси особистості в подоланні кризи виділялись також віра, прийняття, свобода, сенс, самотрансценденція.

Саме віру як особистісний ресурс в контексті християнства ми розглядатимемо в наступних розділах нашої роботи [24,37].

### **1.2.1 Християнська віра як особистісний ресурс в контексті психології**

Спільним і головним завданням, яке стоїть перед християнством та психологією є зцілення душі. Особливість християнської віри як особистісного ресурсу людини розглядало ряд науковців. М.Савчин визначає християнську віру насамперед як діалог з Богом [25]. Ще одне виведене ним поняття віри – це «тонке бачення людиною суті всього суцього в собі та світі – це бачення Бога, яке вище всякого людського бачення, в тому числі, вище того, що набувається шляхом подвижництва в чеснотах». С.Братусь окреслює християнські аспекти віри як уявлень про межові, кінцеві смисли буття людини, її ролі і призначення у світі і розглядати психічне життя не як багатоваріантний пасьянс можливих наслідків міфотворення, а як реальний процес боговтілення, навернення, наслідування Христа. На думку Ю. Алексєєвої християнську віру неможливо перевірити, адже вона опирається на чудо, має потребу у безумовному емоційному прийнятті канонів та аксіом [1]. Розглядаючи віру як особистісний ресурс і опираючись на роботи А. Жаловаги, схильні вважати, що це те, що не дається людині ззовні, не є результатом прикладу чи наставлянь інших – тут мається на увазі особа не здатна самоствердно сказати « я бачу як вірять інші, тому від сьогодні вірю теж» [7]. Водночас віра не з'являється в один момент, навіть, якщо людина позиціонує себе як християнин. Це результат психологічної роботи із власними впевненостями та сумнівами в образ Бога. Авторка подає визначення християнської віри, як «безсумнівного психологічного факту, передумову здійснення, необхідну підтримку, умову

будь-якої скільки-небудь складно організованої людської діяльності та активності [7, с.32-35].» О.Климишин класифікує християнську віру на:

- 1) організмично-вітальну - віра, що є повсякденно, її характер несвідомий і визначається нижчими людськими потребами;
- 2) екзистенційно-культуральну, яка пов'язана зі сенсотворенням і виявляється як стан внутрішнього свідомого творення та прийняття образів-конструктів, що утворюють цілісний образ життя людини;
- 3) онтологічну, яка є проявом діалогу між людиною та Богом [12,с.69-72].

Психологічний зміст релігійної віри у своїй роботі О. Климишин виділяє такі компоненти: *сфера несвідомого як апріорне онтологічне джерело її виникнення*; *когнітивно-рефлексивний компонент*, що передбачає пошук, виокремлення та усвідомлення об'єкта віри; *емоційно-ціннісний компонент*, що забезпечує виокремлення об'єкта віри як особистісно-значущого; *мотиваційно-вольовий компонент*, який "відповідає" за дієвість релігійної віри, що полягає у спроможності людини здійснити екзистенційний вибір. Вона ж виокремлює чотири фактори християнської віри [12, с.70]. Першим фактором є *апріорна здатність до спілкування* з трансцендентним. Відповідний інстинкт виступає формою існування апріорної здатності релігійного відношення до світу. Другий фактор це *фактор страху*, як що включає моральний неспокій та екзистенційний страх. Страх зазвичай зміцнює віру людини і мотивує її до зближення з Богом. Третій фактор включає *наявність потреби* у відчутті безперервності власного існування. Це відчуття віруюча людина намагається зберегти та розвинути. Цей фактор завжди нагадує про нескінченність власного буття під час різних стресових подій. Четвертим фактором є *усвідомленість* Всесвіту, як гармонійної, складної та доцільної структури, як втілення ідеї Творця[34]. Розглянемо психотерапевтичні функції християнської віри, які систематизували О. Бобровська, Н. Осухова, підсумовуючи погляди психологів, богословів та філософів на християнську віру. Перша функція

*орієнтувальна* - це наявність певних моральних координат. Людина певним чином сприймає себе, інших людей і світ в цілому. Людина має певні норми та обов'язки стосовно себе та світу загалом. Дослідники характеризують цю функцію як формування позитивного ставлення до себе і наявність системи орієнтирів, в тому числі і часових. Друга функція *напрялюча (векторна)* – людина у своїй діяльності та поведінці загалом визначає певну активність та спрямованість. Сюди відносять прийняття себе, наявність обов'язків, які подає християнство та відповідальність, яку несе людина за зроблені справи та прийняті рішення. Дотримання вектору християнства загалом. Третя функція *сенсоутворююча*, що полягає у наданні сенсів та значень своїй діяльності, життю загалом. Сюди відносять долання життєвих труднощів через пошук сенсу, пошук відповідей на питання сенсу в житті загалом, відношення людини до смерті. Людина здатна після пережитого знову шукати сенс, бути в гармонії та співпраці із самим собою та оточуючими. Наявність сприймати минуле як досвід, виносячи з нього урок для себе, розуміти значення для себе теперішнього і майбутнього [1,с 128-130]. Про те, що лежить в основі християнської концепції особистості у своїх напрацюваннях пише і Г.Пирог [20]. Він зауважує, що основною умовою християнської віри є визнання Бога вищою цінністю, «Бог є цінністю-ціллю духовної діяльності людини, завдяки якій вона стає особистістю. Християнські цінності виступають в ролі певних понятійних та моральних координат, що дозволяють людині орієнтуватися у світі, краще розуміти себе, інших людей, різні життєві ситуації [20]. Э.Баркер теж стверджує про психотерапевтичну сутність християнської віри, де особа Бога подається людині як люблячий батько, наставник з допомогою якого можна долати злість, страх, самотність, пригнічений настрій, агресивність [1]. Г. Пирог вважає, що мета теологічних теорій дати інструмент людині для полегшення життя, ствердження себе в світі, долання негативних ситуацій. Автор впевнений, що знаходячись у деприваційній кризі людина із християнськими віруваннями посилює свою увагу до релігії, «повертається до



ортодоксального віровчення», доторкається християнських традицій, шукає нові цінності та сенси через трансцендентність. Тягнучись до таємничого людина відшукує нові орієнтири [20,с 93-102].

Ресурс віри в людини може проявлятися по-різному і М.Савчин у своєму дослідженні бачить це через *відкриття людиною Бога в собі*, „зустріч” з Богом, що означає те, що людина звертається до Бога і приймає Його як істинну життя. Впевненість, що Господь перебуває всюди – у часі і просторі [25,26]. Людина може мати з цього приводу і негативну думку, тоді М. Савчин вважає, що «це означає, що в неї немає істинного життя, а є одна примара зовнішнього, помилкового, тваринного життя». *«Діалог людини з Богом»* – спосіб проявлення, що здійснюється через основну його форму – молитву, яка може виконуватись голосом, або бути в думках. Тоді приходить розуміння про виконання з Богом спільної справи, довіру до Нього, сподівання на Його присутність в житті та певність у виконанні висловлених до Господа прохань. Прояв віри через *«любов до Бога та ближніх»* відбувається через наповнення сенсом свого життя, спілкування з іншими, світом, взаємодія з самим Богом. Християнська віра окреслює в людині «смислову вертикаль», через яку особа спрямовується до розвитку, в тому числі і духовного та впевнюється у власному об'єктивному сенсі життя. *«Обожнення, вдосконалення людини»* - прояв відбувається через готовність вірити в Бога і як наслідок отримати спокій та втішення. Цей прояв трактується через самопожертву, де людина відкидає свою волю і дотримується заповітів, вважаючи, що нічого важливішого за Бога немає. Як бачимо християнська віра може багатогранно проявлятися [25,26].

Окремої уваги у М. Савчина заслуговують поняття «сильна» та «слабка» віра [26].

Сильною віра є тоді, на думку автора, коли любов до Бога більша ніж любов до себе та інших людей, коли людина усвідомлює свою гріховність і щоразу через каяття приходить до духовного очищення. Зауважимо, що при

сильній вірі, особа постійно усвідомлює свою гріховність і прагне до спілкування з Богом.

Слабка ж віра позиціонує людину, як персону, яка в стресові ситуації вирішує, що Бог не захищає її. Цікавим є підхід автора до динаміки віри, за якою, як вважає він, вона постійно змінюється - людина то наближається, то віддаляється від Бога, що впливає на її емоційний стан. Відповідно відчувається радість, спокій, тривога, страх, смуток. Г.Пирог зі своєї сторони зазначає, що чим глибші і стійкіші християнські цінності віруючого, то тим більше значення вони мають в житті цієї людини. А «поверхневий рівень віри» свідчить, що християнські цінності займають незначне місце в житті [20]. Християнська віра може ставати інструментом здобуття соціально-психологічної стабільності. Вона може здійснювати стабілізуючий вплив на психіку людини. Проте існує й інша позиція психологів. Це твердження про те, що християнська віра крім конструктивної функції, може виконувати і деструктивну, яка виділяє залежність та ірраціоналізм [1]. Під конструктивною функцією науковці С.Саутард, У.Оутс, Р.Мей розуміють «запуск» внутрішніх ресурсів для позитивного світосприйняття [12].

Варто як приклад взяти до уваги дослідження психолога *Hood, Ralph W*, яке проводилось у США серед 232 християн [33]. Це були пацієнти кардіологічного відділення, 21 особа з яких пізніше померла. Серед цільової аудиторії було здійснено аналіз різних життєвих орієнтирів. До критерій входили: соціальна взаємодтримка, релігійна приналежність, участь у релігійних заходах, рівень релігійності пацієнтів, відчуття сили та комфорту, що надавала їм релігійна віра. Дослідники визначили, що рівень смертності серед тих осіб, які знаходили спокій та силу у вірі був втричі нижчим ніж у них, хто був менше релігійним [33]. Дослідження дійсно цікаве, проте від себе додамо, що такі питання потребують детальнішого дослідження та виявлення, або ж не виявлення супутніх факторів, які б могли впливати на смертність.

Цікаву позицію на бачення християнської віри як ресурсу має Тетяна Ноель-Цигульська, яка вважає, що віра має перспективу, яка «недоступна чуттєвому пізнанню, здійснює очікуване добро попри те, що ми відчуваємо плотським розумом тут і тепер». Вона вважає психологію обмеженою в доступі до триєдинства людини – духу, душі та тіла, бо охоплює вивчення лише психіки та поведінки, що в свою чергу відриває її від духовного. Християнська віра ж має можливість повноцінно в цілому взяти людину, тобто мова йде про єдність рівнів – духовного, психічного та соціального [16].

У одній із своїх статей Мей. В висвітлює роботу німецької Академії “IGNIS”, психологи якої в 1986 році почали поєднувати у роботі християнство та психологію. Автор зазначає, що на роботу кожного психолога впливає його особистий досвід віри, який сприяє особистому зросту не лише самого психолога, але й пацієнта [15].

Бачимо, що християнська віра як особистісний ресурс активно вивчається в психологічному напрямку. Деякі психологи бачать її як доповнення психологічної науки, деякі ж навпаки – психологію вбачають, як доповнення до християнських цінностей, духовної віри в цілому. Можемо стверджувати, що проявлення особистісного ресурсу в контексті християнської віри може бути дуже різним, проте залежить від минулого духовного досвіду людини. В переважній своїй більшості дослідники цього питання вважають, що застосування християнської віри у житті людини має позитивне значення і сприяє покращенню психічного стану.

### **1.3 Християнська віра та горювання: точки перетину**

У контексті різних емпіричних досліджень науковці психологи проводять порівняння між особами, які втратили рідних у зв'язку з насильницькою, травматичною смертю і тими, близькі яких померли природньо, в контексті подолання втрати. Детально вивчаються особливості

процесів горювання цими двома різновидами осіб, оскільки науковці стверджують, що насильницьку травматичну смерть можна класифікувати як потужний фактор ризику для складного горя [29]. У своїх напрацюваннях Kaltman, S теж доводить, що травматична втрата є підґрунтям для можливого гострого горя [42]. Виходячи з цього, важливо розуміти особливості застосування стратегій подолання втрати вищезазначеними категоріями, аби окреслити шляхи виходу із процесу горювання. Доцільно, що якщо відрізняються стилі горювання в цих категорій осіб, то і застосування стратегій подолання відповідно до особистісних ресурсів людини теж будуть відрізнятись і будуть мати різний вплив. Розглянемо християнську віру як особистісний ресурс, який людина застосовує в процесі подолання втрати, у розрізі різних наукових досліджень.

Соціологічні дані ООН станом на 2011 рік говорять про те, що християнами є третина населення світу, а саме – 31,43%. На жаль, це найновіші дані, які ми змогли відшукати, і станом на 2019 рік, ймовірно ця цифра змінилась, проте певні, що християнська віра є і далі домінуючою в світі. Згідно проведеного в Україні дослідження у 2019 році силами трьох соціологічних компаній: Центр соціальних та маркетингових досліджень «Социс», Київський міжнародний інститут соціології (КМІС), Центр Разумкова 88,7 % українців позиціонують себе як християни.

Дослідникам Wortmann & Crystal L. Park у своїй праці 2008 вдалось розмістити огляд 73 емпіричних статей, які досліджували релігійну віру в контексті важкої втрати. Результати огляду показують, що загалом релігія має позитивний вплив на пристосування до горювання. Також науковці зазначають, що християнські вірування як правило полегшують процес скорботи [34]. Християнські звичні вірування у рай та пекло, як символи загробного життя, можуть впливати на процес протікання втрати залежно від специфіки смерті близької людини. Тут можемо зазначити, що розглядаючи втрату в контексті війни на Сході України, родичі загиблих часто вважають, що в учасників війни

особлива місія, що ймовірно має вплив на формування уявлень про вічне життя душі їхнього близького в контексті християнства [30,40].

Проте науковці акцентують на тому, що дане питання вивчення є доволі складне. Дослідження проводяться і зараз [29,30].

Науковці ствердили, що деякі люди не можуть співставити свою віру в Бога із власною втратою, їм важко змиритись і тому попередні принципи зазнають краху. Іншими словами втрачають віру. Також досвід втрати можу призвести до протилежного стану – укріплення віри [34].

Спробуємо в загальнорелігійному контексті цього питання дослідити саме значення християнської віри на процеси горювання. Серед досить об'ємного ряду досліджень різного спектру віри досить складно відслідкувати вплив саме християнської.

Психологи Burke, L. A. & Neimeyer, R. A у своїх напрацюваннях стверджують, що релігійні вірування в духовно сильних осіб зменшують біль втрати [18]. Проте у вивченні даного питання присутні і сумніви з боку деяких науковців. Адже, як переконані Exline, J., & Rose, E, не всі віруючі довіряють Богу і вважають свої стосунки з ним безпечними. Хоча віра, здебільшого є джерелом розради ніж навпаки, все ж особи, що страждають часто звинувачують Бога у своїх стражданнях, відчують гнів до Бога. Exline, J., & Rose, E [29,32]. Dr. Mary – Frances O'Connor вважає, що «одна із функцій релігії в контексті травматичного горя це запропонувати ресурси для людини, аби в процесі переходу етапів горювання релігійна віра ( в нашому випадку християнська) стала трампліном для виходу з деприваційної кризи. Допомогти виявити ці ресурси і їх допомогу при подоланні втрати допомагає методика RCOPE “Релігійні копінг-стратегії”[29]. Серед усіх методик ми виділили саме її, адже в подальшому будемо застосовувати у своєму емпіричному дослідженні. Одним із її авторів є К. Паргамент, який приділяв багато уваги вивченню релігійному подоланню життєвих криз [39]. Методи є у звичайному та короткому варіанті і є багатофункціональним інструментом для визначення

рівня релігійного подолання. Як зазначає автор методики у своїх роботах переважна частина емпіричних дослідження із застосуванням цієї методики виявляють, що люди, які переживають значні життєві кризи (в тому числі і втрату), демонстрували більш високий рівень релігійного подолання[29,39].

Dr. Mary – Frances O’Connor проводила дослідження, де прагнула визначити чи люди, рідні яких загинули травматично більше покладаються на позитивні/негативні копінг-стратегії при справлянні з втратою у порівнянні з переживанням втрати, яка була не травматичною[31]. У дослідженні прийняли участь 42 людини, 11 з яких пережили травматичну смерть близької людини, а інші 31 – не травматичну. Переважна частина опитуваних були християнами. У своїй роботі дослідник використовував методику Паргаменту RCOPE (короткий опитувальник) та ICG[31]. Результати дослідження свідчать, що люди із травматичною втратою частіше використовували релігійний коупінг, як позитивні, так і негативні стратегії. Використовуючи позитивні стратегії, особи віднаходять корисність для себе у трагедії і це є передумовою пошуку сенсу життя. При тому, науковець зауважує, що складно відслідкувати вплив тих же позитивних стратегій на покращення процесу горювання – чи це дія лише позитивних стратегій, чи позитивні стратегії доповнюють ще якісь причини. У своєму дослідженні Burke, L. A. & Neimeyer, R. A (2013) серед християн, використовуючи методику RCOPE, не виявили, що позитивні стратегії, котрі застосовують люди в подолання травматичної втрати мають вплив на процес горювання, також більш проблемним є застосування негативних стратегій [29]. Відсутність кореляції між позитивними стратегіями і впливом на горювання психологи пояснюють припущенням, що віруючі люди можуть звертатись до Бога завжди, незалежно від присутності стресів у своєму житті. Попри те, що присутня боротьба з горем, водночас присутня боротьба і з вірою. Результати показують, що є сумніви у своїй вірі і це викликає духовну боротьбу, зазначають дослідники. Аналізуючи це дослідження, вважаємо за потрібне

звернути увагу на рекомендації: поєднати у роботі з втратою для осіб, рідні яких загинули травматично, священників, психологів та медпрацівників [29].

Anna Spilling у своєму дослідженні констатує, що християнська віра виступає як джерело комфорту і втіхи всіх респондентів, котрі пережили травматичну загибель рідної людини. «Християнська віра мала свій вплив на розуміння скорботи серед норвежців, залишаючи багато людей надією на життя після смерті. Це загальноприйнята віра навіть серед людей, які, можливо, не дотримуються християнства як такого.» - акцентує дослідниця [31,42].

Якщо розглядати вплив християнської віри на процеси горювання в контексті України в наш час, то таких досліджень майже немає. Нам вдалось знайти одиниці наукових праць. Варте уваги дослідження Ю.І. Поліщук, проведене в рамках Харківського територіального центру соціального обслуговування [29.] У дослідженні було охоплено 42 жінки літнього віку після втрати чоловіків, 34 з яких були віруючими які християнками. Обрані жінки мали симптоми патологічної реакції на втрату. У частини з них були діагностовані депресивний стан, суїцидальні думки та наміри. Також особи вважали себе самотніми, втратили сенс життя та відчували безвихідь. Науковець у своїй роботі ставив за мету відслідкувати вплив релігійної (в даному випадку християнської віри) на процес ускладненого горювання. Жінки щоденно виконували молитовні практики, ходили до церкви, дотримувались традицій християнського відспівування, читали християнську літературу, спілкувались з померлим [21]. Результат цього було заспокоєння, зменшення відчуття скорботи і загалом покращення психічного стану. Д. І. Ларін у своїй статті зазначає, що релігійна віра сприяє виходу з критичної ситуації та переоцінці зв'язку у системі «релігійна віра – особистість – ситуація» [23]. М. Єсип у своїх роботах досліджувала, які саме релігійні стратегії додання труднощів надають перевагу особи з різним уявленням про Бога. В своїх дослідженнях авторка охоплювала переважно християн [23].

Підсумовуючи, приходимо до висновку, що християнська віра як особистісний ресурс, залучений в стратегію подолання втрати є дуже актуальним для вивчення у формі релігійного контексту серед закордонних психологів-науковців і мало досліджувана вітчизняними спеціалістами. Досліджуючи її вплив на подолання втрати близької людини психологи мають різні позиції. Опираючись на дослідження, одні стверджують, що застосування християнської віри полегшує біль втрати, а інші вважають, що в контексті особистої втрати, віра піддається сумніву, і поглиблює внутрішній конфлікт людини, стає причиною духовної боротьби, проявляється в аспекті злості на Бога. Християнська віра може зазнавати краху і не допомагати в процесі горювання. Також деякі науковці мають сумнів, що лише віра впливає на полегшення процесів горювання, і схильні вважати, що присутні і інші фактори, які доповнюють релігійну поведінку, та ту вбачається складність даного відслідковування, оскільки процес горювання досить тривалий та комплексний.



## **РОЗДІЛ II МЕТОДОЛОГІЯ ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

### **2.1 Організація дослідження, опис груп респондентів**

Для досягнення мети нашого дослідження ми виокремили наступні завдання:

1. Обрати учасників дослідження;
2. Підібрати методологічні інструментарій для вимірювання особливостей використання християнської віри у подоланні втрати рідних в контексті війни на Сході України;
3. Організація та проведення дослідження;
4. Проаналізувати отримані результати у розрізі двох груп;
5. Виконати математико-статистичну обробку отриманих даних;
6. Підсумувати результати дослідження;

Під час планування дослідження ми поставили перед собою експериментальну гіпотезу:

- християнська віра є більшим особистісним ресурсом у подоланні втрати близької людини для осіб, які втратили на війні, ніж для осіб, рідні яких померли в мирному житті.

Дослідження здійснювалось у кінці 2018- початок 2019 років.

Загальна кількість досліджуваних – 68 осіб християнського віровизнання, що мешкають в Україні, з яких 34 – люди, рідні яких померли у мирному житті, які були визначені 1 групою та 34 особи, близькі яких загинули на сьогочасній війні травматичною смертю і вони формують другу групу. Серед

учасників першої групи 27 жінок і 7 чоловіків, серед учасників другої групи – 32 жінки та 2 чоловіки. Вік респондентів від 18 до 60 років. Однією з умов вибірки респондентів було те, що від смерті (загибелі) рідної людини, пройшло не менше 1 року. Як свідчать дослідження Vonanno & Mancini, 2006, симптоми гострого горя у людей, котрі втратили близьких здатні зникати від 1 до 2 років. Також ми охоплювали часовий період з 2014 року, відколи почалась війна в Україні[35]. Кожен досліджуваний заповнював онлайн-анкету, яка активно поширювалась мережею інтернет.

Таблиця 2.1

## Характеристика груп респондентів

Критерії (к-сть осіб)		Особі, які втратили близьких у мирному житті	Особі, які втратили близьких на війні
Християни		34	34
Стать	жінки	27	32
	чоловіки	7	2
Доводились особі, яку втратили.	дружина/чоловік	2	18
	дочка/син	12	2
	сестра/брат	2	5
	мати/батько	13	7
	дівчина/хлопець (в громадському шлюбі)	5	2
Час, що минув від втрати	1-2 роки	10	10
	3-4 роки	7	8
	майже 5 років	4	15
	майже 6 років	11	1
Освіта	середня	2	1
	середня спеціальна	4	5
	вища	28	28

## 2.2 Методики дослідження

У своєму дослідженні ми використовували наступні методи:

**Загальнонаукові методи:** психологічне опитування, порівняння, аналіз синтез, індукція та дедукція.

**Методи математичної статистики:** методи описової статистики, параметричний t-тест Стюдента, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена.

**Емпіричні методи:** використано *методику «релігійні копінг-стратегії» (RCOPE)* автори К. Паргамент, Г. Кюніг, Л. Перез; адаптація М. Єсип, опитувальник Стратегії подолання кризового стану (модель BASIC Ph – професор Мулі Лаад, Ізраїль)

Для того щоб дослідити особливості прояву християнської віри як особистісного ресурсу при подолання втрати близької особи на нашу цільову аудиторію. Ми використовували наступні методики:

1. Опитувальник Стратегії подолання кризового стану (модель BASIC Ph – професор Мулі Лаад, Ізраїль) обраний нами для того, щоб визначити яке місце віри в подолання втрати близької людини серед інших внутрішніх каналів справляння з горем. «Доктор Мулі Лаад, ізраїльський вчений і практик, у 90-х роках минулого століття, поставив перед собою мету розробити інтегративну модель коду психологічного виживання людини після сильного стресу. Він зацікавився, яким чином люди долають травму, які стратегії вони використовують і чи можна вивести формулу виживання. В результаті багатьох теоретико-практичних досліджень, М. Лаад дійшов висновку, що психологія, зазвичай зосереджена на хворобі, і серйозно недооцінює ресурси людської психіки [1]. Багаторічна дослідницька робота, дозволила створити багатовимірну модель

BASIC Ph [1]. Згідно з доктором М. Лаадом, директором Центру профілактики стресу в Кир'ят-Шмона, Ізраїль, у кожної людини є 6 основних каналів, кожен з яких «допомагає» вийти їй з кризової ситуації. Методика включає наступні 6 шкал: Beliefs and Values – **B** (вірування і переконання), Affect and Emotion – **A** (афекти та емоції), Social – **S** (соціальна сфера), Imagination and Creativity – **I** (уява і творчість), Cognition and Thought – **C** (пізнання та міркування), Physiological and Activities – **Ph** (фізіологічні ресурси). **B** (вірування і переконання) вказує, що людина звертається до релігії, а також до прикмет, міфів, притч. Шукає певні символи в своїх стресових ситуаціях та подіях, шукає власну місію. **A** (афекти та емоції) – у період кризи людина висловлює свої емоції – плач, сміх, ридання, розпач та ін., також проявляє різні неконтрольовані афективні. Таким чином позбавляється напруги в тілі. **S** (соціальна сфера) – людина шукає підтримки друзів і рідних, комунікує, може долучатись до надання допомоги, входить до певних спільнот і виконує соціальні функції, бере участь у різних заходах. **I** (уява і творчість) – людина може фантазувати або уявляти щось, присутні мрії, творча діяльність. **C** (пізнання та міркування) – особа мислить, логічно міркує, оцінює ситуацію, шукає інформацію, планує, приймає рішення та переосмислює прожитий досвід. **Ph** (фізіологічні ресурси) – людина проявляє фізичну активності, через тіло знімає психічну напругу шляхом задоволення фізіологічних потреб, збереження ресурсу, проявлення фізичної агресії [22].

Методика складається із 36-ти запитань, кожне з яких має 6 варіантів відповідей за шкалою:

- 1 – я *дуже рідко* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією;
- 2 – я *іноді* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією;
- 3 – я *періодично* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією;
- 4 – я *часто* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією;
- 5 – я *майже завжди* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією;
- 6 – я *завжди* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

Кожне з питань відповідає певній шкалі. Бали по шкалах підсумовуються і переважають ті стратегії подолання, які мають більше балів.

1. Методика “**Релігійні копінг-стратегії**” (RCOPE) (автори К. Паргамент, Г. Кюніг, Л. Перез; адаптація М. Єсип). Адаптована методика вміщує 16 шкал – стратегій і при стандартизації отриманих даних дозволяє виявити, наскільки людині, яка позиціонує себе у нашому випадку християнином, характерна та чи інша релігійна копінг-стратегія та порівняти їх між собою [6]. Методика включає 105 питань, на кожне з яких подані варіанти відповідей:

- 0 – ніколи не використовую цього способу додання труднощів;
- 1 – іноді використовую цей спосіб додання труднощів;
- 2 – часто використовую цей спосіб додання труднощів;
- 3 – завжди використовую цей спосіб додання труднощів.

Опрацювання результатів відбувається шляхом виведення суми сирих балів, які респондент набрав за кожною із релігійних копінг-стратегій (шкалою) і за

допомогою певної таблиці сирі бали переводять у стандартизовані Т-бали (стени).

Інтерпретація результатів відбувається лише тими за шкалами за якими отримані низькі (від 1 до 4 стени) або високі (від 7 до 10 стени) показники. Низькі показники переважно означають або ж відсутність співпраці з Богом, або її мінімальний рівень. При високих показниках людина максимально співпрацює з Богом. Проте слід зважати на інтерпретацію кожної шкали. В деяких стратегіях методики значення цих показників є оберненими. Методика включає шкали «Оцінка проблемної ситуації як корисної», «Оцінка проблемної ситуації як кари Бога», «Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола», «Переоцінка сили Бога», «Співробітництво», «Активна релігійна капітуляція», «Пасивне очікування», «Прохання про пряме заступництво», «Релігійний фокус», «Релігійне очищення та прощення», «Духовний зв'язок», «Духовне незадоволення», «Пошук підтримки у духовенства чи парафіян», «Релігійна допомога», «Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті» і «Пошук релігійного напрямку та релігійне перетворення».

Автори методики К. Паргамент, Г. Кюніг та Л. Перез у 2000 році розділили 16 стратегій на п'ять груп. Кожна група стратегій має свої особливості. Сюди відносяться стратегії, які спрямовані на пошук сенсу, отримання контролю над ситуацією, переживання взаємопов'язаності з Богом, досягнення близькості з членами релігійної спільноти, а також внесення змін у власне життя [6].

Перша група релігійних копінг-стратегій покликана допомогти людині шукати нові трактування та пояснення певній події і об'єднує наступні шкали: «Оцінка проблемної ситуації як корисної», «Оцінка проблемної ситуації як кари Бога», «Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола» та «Переоцінка сили Бога».

До другої групи релігійних копінг-стратегій увійшли шкали, які охоплюють контроль над проблемною ситуацією. У цій групі такі шкали: «Співробітництво», «Активна релігійна капітуляція», «Пасивне очікування», «Прохання про пряме заступництво» та «Самостійно керована копінг-стратегія».

Третя група релігійних копінг-стратегій об'єднує стратегії, які окреслюють як людина переживає взаємопов'язаність з Богом. Сюди належать шкали «Пошук духовної підтримки», «Релігійний фокус», «Релігійне очищення», «Духовний зв'язок», «Духовне незадоволення» та «Визначення релігійних меж».

У четвертій групі релігійних копінг-стратегій зосереджені стратегії, спрямовані допомогти людині, у нашому випадку пережити процес горювання завдяки зближенню з членами релігійної спільноти. Ця група вміщує наступні шкали: «Пошук підтримки у духовенства та парафіян», «Релігійна допомога» та «Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті».

Остання, п'ята група релігійних копінг-стратегій посилається на те, аби внести зміни у життя людини, і охоплює шкали «Пошук релігійного напрямку», «Релігійне перетворення» та «Релігійне прощення» [6,38,39].

Дана методика дозволяє нам зрозуміти, яку копінг-стратегію в контексті християнської віри обирає людина, яка зазнала втрати близької людини на війні чи у мирному житті [6].

## РОЗДІЛ III ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІЖЕННЯ ВПЛИВУ ХРИСТІЯНСЬКОЇ ВІРИ НА ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ БЛИЗЬКОЇ ОСОБИ

### 3.1. Аналіз результатів дослідження

З метою виявлення відмінностей між особливостями прояву та впливу християнської віри в основі релігійних копінг-стратегій на подолання втрати близької особи ми використали методи описової статистики, параметричний t-тест Стьюдента, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена.

#### 3.1.1 Порівняльний аналіз особливостей застосування християнської віри двох груп

З метою отримання інформації стосовно відмінностей проявлення християнської віри як особистісного ресурсу в контексті копінг-стратегії між двома групами було здійснено порівняльний аналіз T-критерія Стьюдента для двох груп дослідження: люди, близькі яких померли в мирному житті (група 1) та люди, близькі яких загинули на війні травматичною смертю (група 2). За результатами ми бачимо, що в першій групі немає показників, які переважають, той час як друга група переважає у показниках за шкалами «фізіологічні ресурси» ( $M_1=20,38$ ;  $M_2=23,70$ ;  $p=0,03$ ) та «оцінки проблемної ситуації, як діяльності диявола» майже ( $M_1=4,23$ ;  $M_2=5,41$ ;  $p=0,02$ )



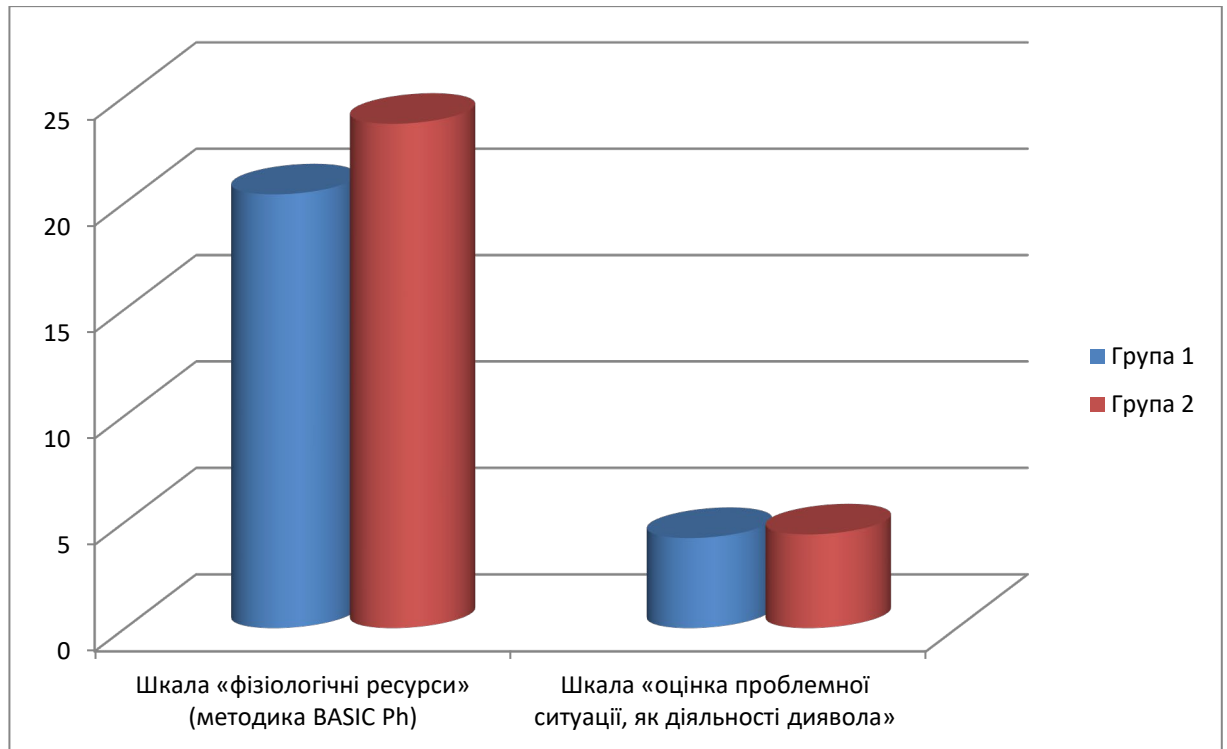


Рис. 3.1 Порівняльний аналіз для двох груп Т-критерія Стьюдента

Звернемо увагу на добре розвинуті канали подолання втрати у двох обраних групах. Згідно результатами порівняльного аналізу в обох групах переважаючою стратегією із шести є «вірування і моральні цінності» у першій групі переважаючими стратегіями переживання втрати є (M1=25,82; M2=25,85). Тобто, це те, що не вирізняє наші групи, а об'єднує і дає розуміння, що серед шести стратегій, які людина може застосувати в справлянні зі своєю кризою цій стратегії вона віддає першочергову роль. Сюди відносимо не лише християнський аспект віри в Бога, але й віру в себе, свої сили. Іншими двома важливими каналами, що «допомагають» вийти з кризи втрати у групах є теж однакові шкали, це «**пізнання та міркування**» та «**фізіологічні ресурси**». Про статистичну значимість каналу «Тіло, фізична діяльність» зазначимо нижче.

Інтерпретувавши результати, які є відмінними, говоримо, що під «фізіологічними ресурсами» в цьому контексті розуміємо що, група, близькі яких загинули на війні у процесі горювання більше обирають стратегію фізичної активності та практичної діяльності. Це зумовлено часто

продовженням місії людини, котра загинула. Наприклад, в площині України, втративши військового члена сім'ї, рідні долучаються до волонтерського руху, допомагаючи збирати допомогу іншим бійцям на Сході. Хоч в Україні офіційна статистика не ведеться, проте не рідкісні випадки, коли хтось з рідних теж обирає військову справу і таким чином продовжує діяльність того, хто загинув. Дана категорія, у зв'язку з тим, що смерть (загибель) була несподіваною та неочікуваною, більше проживала втрату через фізичну рухливість та активність, це може проявлятися через організацію ритуальних процесів на перших етапах горювання, вирішення документаційних питань. Зважаючи, що переважною частиною опитуваних у другій групі є жінки (32 жінки та 2 чоловіки), то через несподівану втрату годувальника(статистично більше загиблих чоловіків), вони більше задіяні в фізичному турбуванні про сім'ю. Для родин загиблих захисників організовують поїздки, заходи відпочинку та ін. Якщо звертатись до українських досліджень періоду війни в Україні, то самостійне вирішення соціально-побутових завдань, які раніше виконував чоловік чи батько стає вагомим ресурсом у процесі проживання горя. Доглядати за дітьми, виконувати домашні обов'язки, вступати в адміністративно-правові відносини вдів-жінок відволікає від переживань та нав'язливих думок. При успішному вирішенні, наприклад, юридичних питань ті, хто в скорботі стають більш впевненими у собі та компетентними, що в свою чергу позитивно впливає на емоційний стан.

Також 2 група у зв'язку з непрогнозованою смертю (загибелю) частіше вважає, що диявол причетний до того, що сталося. Ми проаналізували кількість високих та низьких показників шкали **«оцінки проблемної ситуації, як діяльності диявола»** у розрізі двох груп. У відсотковому результаті показники шкали серед учасників першої групи 73,6 % мають низькі показники і 26,4 % високі показники. Тоді як члени другої групи низькі 47,1% та 52,9% високі. Беремо до уваги різницю високих показників. У тих, хто в скорботі за загиблими на війні вони є вищими. Це пов'язано із раптовістю та трагічністю

смерті тих, хто загинув на Сході України. Люди, не розуміють, чому це сталося саме з їх членом сім'ї і знаходять в трактуванні причиною загибелі саме образ диявола, а отже те, що Бог в потрібний момент відвернувся від людини, не почув молитов. Описана нами стратегія подолання втрати є негативною стратегією, тобто для особи це спричиняє не полегшення, а навпаки важкість у проживанні горя. В цьому випадку особа вважає себе дуже грішною, і як покарання цьому це є загибель рідної людини. Тому переконані, що християнська віра в цьому ракурсі не є допомагаючим фактором і, як вважають науковці, це викликає сумніви у власній вірі, а відповідно і духовну боротьбу. Таким чином боротьба наявна не лише з горем втрати, але й з внутрішніми цінностями, що виснажує людину більше.

Якщо ми звернемося до даних порівняльного аналізу, які не є статистично значимі, то все ж помітимо, що показники більшості шкал другої групи все ж переважають на показниками даних першої групи. Це шкали «афекти та емоції» ( $M_1=17,70$ ;  $M_2=19,14$ ;  $p=0,49$ ), «соціальна сфера» ( $M_1=16,55$ ;  $M_2=18,70$ ;  $p=0,16$ ), «пізнання та міркування» ( $M_1=21,79$ ;  $M_2=23,38$ ;  $p=0,39$ ), «оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $M_1=5,91$ ;  $M_2=6,23$ ;  $p = 0,50$ ), «переоцінка сили Бога» ( $M_1=5,58$ ;  $M_2=6,52$ ;  $p = 0,06$ ), «співробітництво» ( $M_1 = 5,76$ ,  $M_2 = 6,05$ ;  $p = 0,48$ ), «Пасивне очікування» ( $M_1=5,79$ ;  $M_2=6,23$ ;  $p = 0,33$ ), «Прохання про пряме заступництво» ( $M_1=6,44$ ;  $M_2=7,05$ ;  $p = 0,26$ ), Релігійне очищення та прощення» ( $M_1=5,58$ ;  $M_2=6,14$ ;  $p = 0,21$ ), «Духовний зв'язок» ( $M_1=5,76$ ;  $M_2=6,29$ ;  $p = 0,32$ ), «Духовне незадоволення» ( $M_1=5,82$ ;  $M_2=6,83$ ;  $p=0,09$ ), «Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті» ( $M_1=5,94$ ;  $M_2=6,52$ ;  $p = 0,22$ ). Це означає, що люди, котрі в скорботі за полеглим на війні більше «дозволяють» собі проявляти емоції, висловлюючи тугу, сум за померлим. Їм характерні афективні стани, які переважно бувають на перших стадіях втрати. Друга група краще ніж перша має розвинений соціальну сферу у зв'язку з тим, що після загибелі з'являються нові знайомі, які підтримують у процесі жалоби. Це

можуть бути побратими загиблого, особи, які пережили подібне. Спілкування з такими людьми може мати як терапевтичний ефект взаємо підтримки за принципом «рівний рівному», так і подразником душевного болю втрати. Учасники другої групи через гостроту своєї ситуації більше залучають когнітивні процеси через спогади, розмірковують чому так сталося, шукають інформацію стосовно деталей загибелі. Під різницею показників шкали «оцінка проблемної ситуації як корисної» розуміємо, що друга група приходять до висновку, що те, що сталося було потрібне Богу і намагається винести для себе життєве повчання. У рідних загиблих більше проявляється відчуття безповоротності, вони усвідомлюють, що є речі, яких Бог не в силі виправити, тут проявляється сумнів в могутності Бога, а відповідно сумнів у вірі, що не сприяє полегшенню горювання. Незначними показниками між двома групами відрізняється значимість шкали «співробітництво». Та все ж близькі загиблих більше сподіваються на допомогу Господа у покращенні власного стану, вони мають схильність думати, що виходу з кризи залишилось не так і багато, і найкращий вихід розраховувати на Божу допомогу – так ми інтерпретуємо «пасивне очікування», а отже тут можемо говорити про прийняття факту втрати, як про передуючий етап проживання болю горя. Тобто про становлення на шлях неускладненого горювання [43]. Прохання про пряме заступництво є не лише більш вираженим в другій групі, але й має найбільші показники серед усіх застосовуваних даними респондентами релігійних стратегій. Тут варто виділити декілька аспектів: перший – дізнавшись про загибель рідного на війні, особа відразу приходять в стан заціпеніння, невіри в те, що сталося [14] і просить Бога про здійснити чудо, змінивши реальність. Другий аспект полягає, в тому що вже в процесі горювання особа звертається до Бога полегшити її життя. Між часовими періодами проявлення цих двох аспектів ця стратегія може проявляти злість на Бога, що він не виправив ситуацію. Проте, якщо згодом особа прагне допомоги Бога в житті, то в неї є запит на зміну її психічного стану, а отже на позитивну динаміку процесу горювання. Особи,

які в скорботі за травматично загиблими більше просять християнські образи про прощення у власних гріхах, оскільки мають почуття провини за те, що рідна людина загинула. І про це свідчить відсоткове співвідношення отриманих результатів за шкалою «оцінка ситуації, як карі Бога» - 58,83% високі показники, 41,17 низькі, ( $M_2 = 4,79$ ; при  $p=0,79$ ;) та зменшення почуття образи.

Тобто перевага не є статистично значимою, проте свідчить про те, що група, в яких загинули рідні на війні на Сході України все ж більше використовують християнську віру в процесі горювання. Зі всіх вищезазначених шкал, переважна частина відповідає позитивному напрямку копінг-стратегій та свідчить про переважне залучення Бога до процесу горювання за загиблим, буде тісну співпрацю з Ним, відвідуючи церкву, молячись, вірить в потойбічне життя. Особа не бачить себе без взаємозв'язку з Богом, прагне відчувати Його присутність і певність, що людина, якої не стало потрапила в рай. Також може надавати підтримку тим, хто цього потребує. Ці особи більше схильні до каяття за власні гріхи, оскільки вважають, що лише так можуть здобути спокій. Можемо припустити, що підвищена схильність до каяття несе за собою вищий рівень самозвинувачення, що, ймовірно, включає спілкування з померлим.

Шкали «Духовне незадоволення» та «Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті» є негативним типом стратегій проявлення християнської віри і мають вищі показники в другій групі і свідчать, що ці особи в період горювання все ж ставлять під сумнів турботу Бога, задають собі питання чи справді Господь піклується про них, допустивши таку ситуацію. Слід врахувати, що при цьому вони шукають прихистку в своїй релігійній спільноті – у нашому випадку саме у християнській, і в контексті спілкування з нею виникає певне незадоволення. Тут варто виділити декілька аспектів. Перший - втрата на війні у наших реаліях вже перестає бути чимось особливим для суспільства та й для церкви загалом, і тому ставлення спільноти до людини може бути не надто проймаючим, розуміючим, емпатійним.

Духовенство та парафіяни не дають відповіді на певні екзистенційні питання людини, та не вважають травму надто важкою. Другий аспект певним чином політичний, адже на ґрунті протистояння церков в Україні, Російська православна церква не визнає російсько-української війни і з початком війни виникають сутички стосовно поховання та вшанування загиблих належним чином, що в свою чергу негативно впливає на емоційний стан родин загиблих. Вони почувають себе знеціненими, непочутими.

Також відсоткове співвідношення груп опитуваних (стосовно отриманих даних за методикою RCOPE), залежно від того, які показники в плані застосування тих чи інших стратегій християнської віри, показало, що 72,3 % осіб першої групи мають високі показники, і 27,7% низькі. В той час, дані другої групи свідчать протє, що осіб з високими показниками є більше – 81,1 %, і відповідно менше осіб з низькими показниками – 18,9 %. Під високими показниками розуміємо, що особа, котра втратила близьку людину в своєму житті під час долання втрати обов'язково залучає до співпраці Бога, віддає проблему в Його руки. Аби полегшити горювання такі люди ходять на богослужіння, використовують молитовні практики, шукають втрачений сенс, завдяки християнству, каються у власних гріхах, просять Господа та християнську спільноту про підтримку та заступництво. Зауважимо, що, особа, яка проживає свою втрату разом з Богом відкрита до засвоєння досвіду, та вірить, що Бог не залишить її. Люди ж, котрі мають низькі показники за шкалами цієї методики, вважають, що в скрутну хвилину Бог відвернувся від них, допустивши втрату рідної людини, а християнська спільнота не розуміє складнощів ситуації. Втрата сприймається як покарання за гріхи. Значний акцент робиться на образі диявола, як силі, що займає домінуючу роль в причині втрати.

Оскільки показники двох груп є загалом високими, а від часу втрати рідних респондентів осіб пройшло більше 1 року, то можемо вважати, що християнська віра проявилась як значний особистісний ресурс і з допомогою

різних копінг-стратегій активувалась, що зумовило добрий вплив на проживання втрати. Щодо показників другої групи – люди, які перенесли травматичний досвід втрати близької особи на війні в Україні, мають більшу схильність використовувати християнську віру як особистісний ресурс, обираючи переважно позитивний тип копінг-стратегій.

### 3.1.2 Характеристики кореляційного аналізу даних груп досліджуваних

У результаті проведення кореляційного аналізу на основі даних опитування осіб, які втратили близьких людей на війні на Сході України було виявлено сильну кореляцію (зв'язок) між певними показниками зі знаком «+», де коефіцієнт кореляції  $r$  вказує на прямий зв'язок між показниками. Тоді зростання одного показника призводить до зростання іншого. Такі прямо пропорційні дані маємо між показниками шкали «**вірування і переконання**» і шкалами «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r=0.640$  при  $p<0.05$ ), «Співробітництво» ( $r=0,475$  при  $p<0.05$ ), «Активна релігійна капітуляція» ( $r=0,578$  при  $p<0.05$ ), «Пасивне очікування» ( $r=0,363$  при  $p<0.05$ ), «Прохання про пряме заступництво» ( $r=0,542$  при  $p<0.05$ ) «Релігійне очищення та прощення» ( $r=0,472$  при  $p<0.05$ ), «Духовний зв'язок» ( $r=0,473$  при  $p<0.05$ ), «Пошук релігійного напрямку та релігійного перетворення» ( $r=0,523$  при  $p<0.05$ ). (див. Рис 3.1)

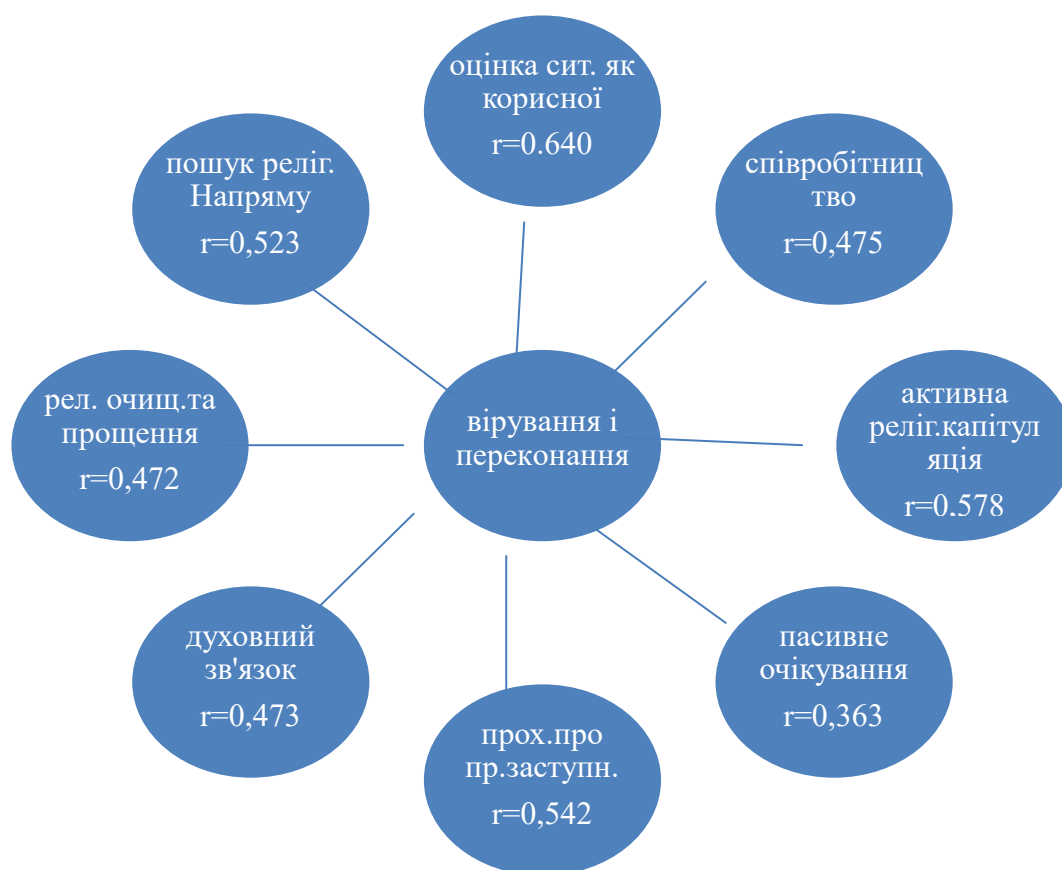


Рис. 3.1 Показники даних кореляційного аналізу шкали «віра та переконання» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні

Прямо пропорційні дані виявлені між показниками шкали «**афекти та емоції**» і «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r= 0,523$  при  $p<0.05$ ), «Оцінка проблемної ситуації як карі Бога» ( $r= 0,419$  при  $p<0.05$ ) Активна релігійна капітуляція» ( $r= 0,415$  при  $p<0.05$ ), «Пасивне очікування» ( $r= 0,528$  при  $p<0.05$ ), «Прохання про пряме заступництво» ( $r= 0,681$  при  $p<0.05$ ) «Релігійний фокус» ( $r = 0,418$  при  $p <0.05$ ), «Релігійне очищення та прощення» ( $r= 0,489$  при  $p<0.05$ ), «Духовний зв'язок» ( $r= 0,357$  при  $p<0.05$ ), «Духовне незадоволення» ( $r=0,443$  при  $p<0.05$ ) ,«Пошук підтримки у духовенства та парафіян» ( $r=0,498$  при  $p<0.05$ ), «Пошук релігійного напрямку та релігійного перетворення» ( $r= 0,472$  при  $p<0.05$ ) (Рис. 3.2.)



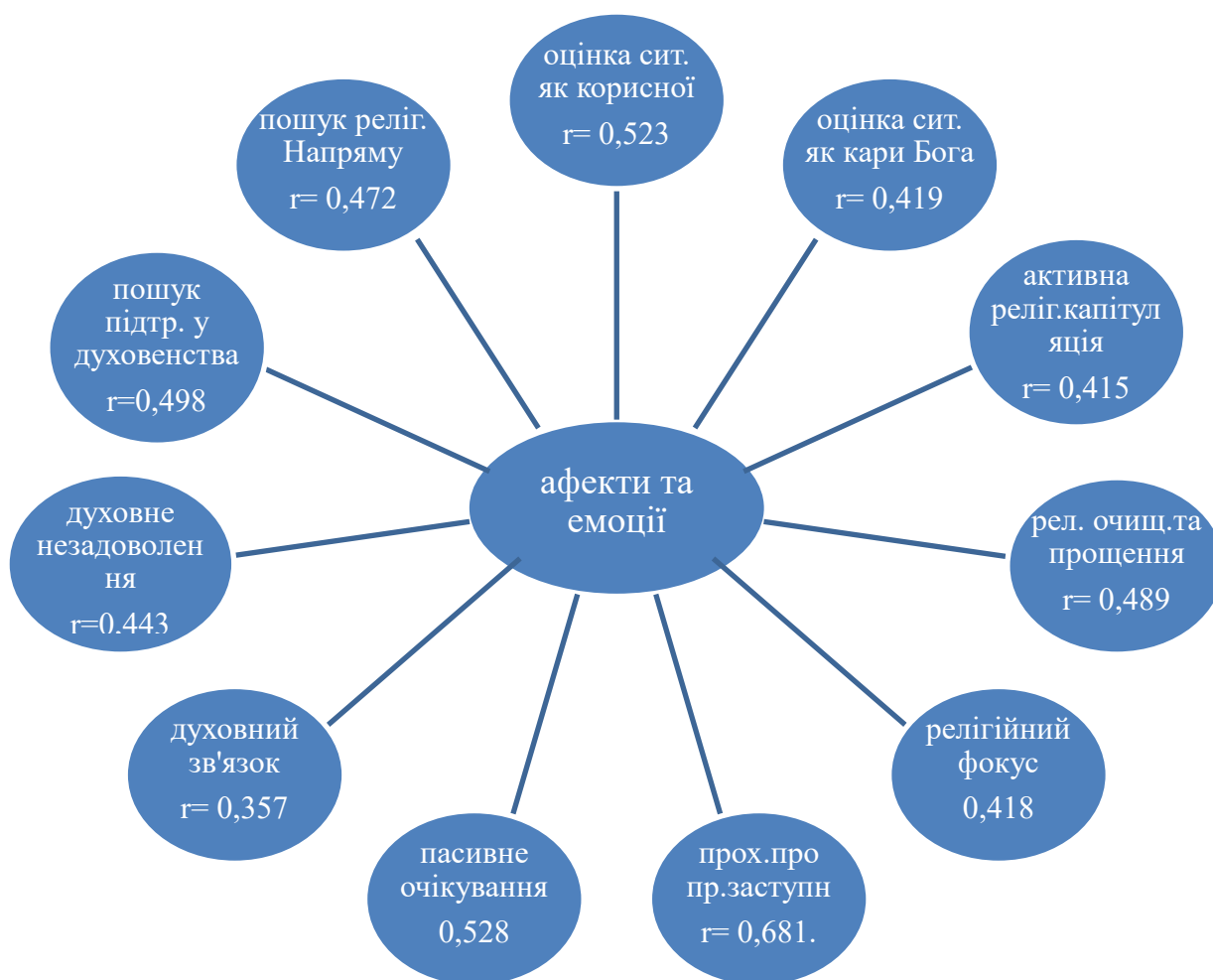


Рис. 3.2 Показники даних кореляційного аналізу шкали «афекти та емоції» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні

Шкала «соціальна сфера» прямо корелює з шкалами і «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r= 0,602$  при  $p<0.05$ ), «Оцінка проблемної ситуації як карі Бога» ( $r=0,359$  при  $p<0.05$ ), «Переоцінка сили Бога» ( $r=0,384$  при  $p<0.05$ ) «Співробітництво» ( $r=0,423$  при  $p< 0.05$ ), «Активна релігійна капітуляція» ( $r=0,416$  при  $p< 0.05$ ), «Пасивне очікування» ( $r= 0,606$  при  $p<0.05$ ), «Прохання про пряме заступництво» ( $r=0,718$  при  $p<0.05$ ) «Релігійний фокус» ( $r=0,546$  при  $p<0.05$ ) «Релігійне очищення та прощення» ( $r= 0,663$  при  $p<0.05$ ), «Духовний зв'язок» ( $r= 0,548$  при  $p<0.05$ ), Духовне незадоволення» ( $r=0,511$  при  $p<0.05$ ), «Пошук підтримки у духовенства та парафіян» ( $r=0,700$

при  $p < 0.05$ ), «Релігійна допомога» ( $r = 0,519$  при  $p < 0.05$ ) «Пошук релігійного напрямку та релігійного перетворення» ( $r = 0,613$  при  $p < 0.05$ ) (Рис.3.3)

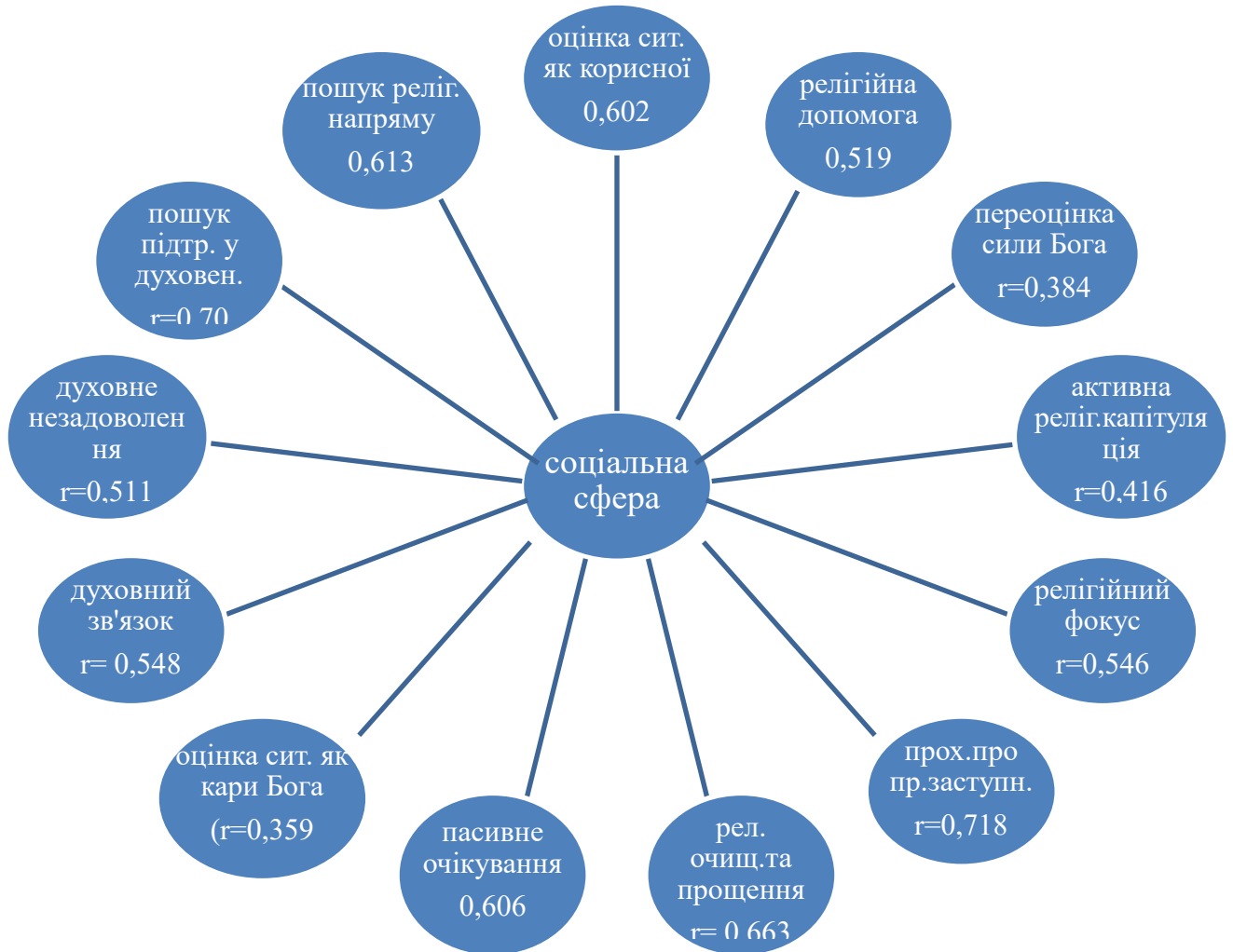


Рис. 3.3 Показники даних кореляційного аналізу шкали «соціальна сфера» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні

Пряма кореляція шкали «**уява і творчість**» відбулась лише зі єдиною шкалою «Незадоволення стосунками у релігійній спільноті» ( $r = 0,398$  при  $p < 0.05$ ) (Рис.3.4)



Рис. 3.4 Показники даних кореляційного аналізу шкали «уява і творчість» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні

Шкала «пізнання та міркування» має прямий кореляційний зв'язок із шкалами «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r=0,523$  при  $p<0.05$ ) «Активна релігійна капітуляція» ( $r=0,359$  при  $p<0.05$ ) «Прохання про пряме заступництво» ( $r=0,395$  при  $p<0.05$ ) «Духовний зв'язок» ( $r=0,351$  при  $p<0.05$ ) «Пошук релігійного напрямку та релігійного перетворення» ( $r=0,348$  при  $p<0.05$ )



Рис. 3.5 Показники даних кореляційного аналізу шкали «пізнання і міркування» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні

Пряму кореляцію виявлено між шкалами «**фізіологічні ресурси**» і шкалами «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r=0,399$  при  $p<0.05$ ) «Активна релігійна капітуляція» ( $r=0,494$  при  $p<0.05$ ) «Прохання про пряме заступництво» ( $r= 0,410$  при  $p<0.05$ )

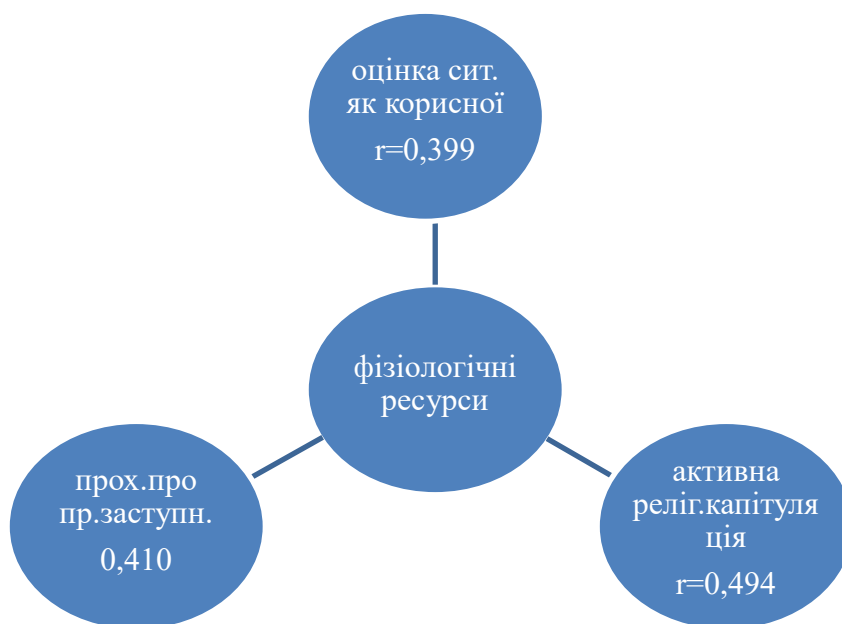


Рис. 3.6 Показники даних кореляційного аналізу шкали «фізіологічні ресурси» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких загинули на війні.

Показників кореляційної матриці зі знаком «-» вказують на обернений зв'язок між показниками, чим вищий рівень одного показника, тим нижчий рівень іншого. Таких показників маємо лише один – між анкетним питанням «Скільки часу проминуло від вашої втрати?» та шкалою «Активна релігійна капітуляція» ( $r=0,578$  при  $p<0.05$ )



Рис. 3.7 Показники даних кореляційного аналізу шкали «активної релігійної капітуляції» і часу, що пройшов від втрати групи, близькі яких загинули на війні.

Проаналізувавши кореляційну матрицю першої групи, рідні яких померли в мирному житті ми відстежили наступну кореляцію:

Шкали «**вірування і переконання**» прямо корелює із шкалами «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r= 0,350$  при  $p<0.05$ ), «Пасивне очікування» ( $r= 0,421$  при  $p<0.05$ ), «Релігійний фокус» ( $r= 0,405$  при  $p<0.05$ ), «Релігійне очищення та прощення» ( $r= 0,348$  при  $p<0.05$ ), «Духовний зв'язок» ( $r= 0,356$  при  $p<0.05$ ).

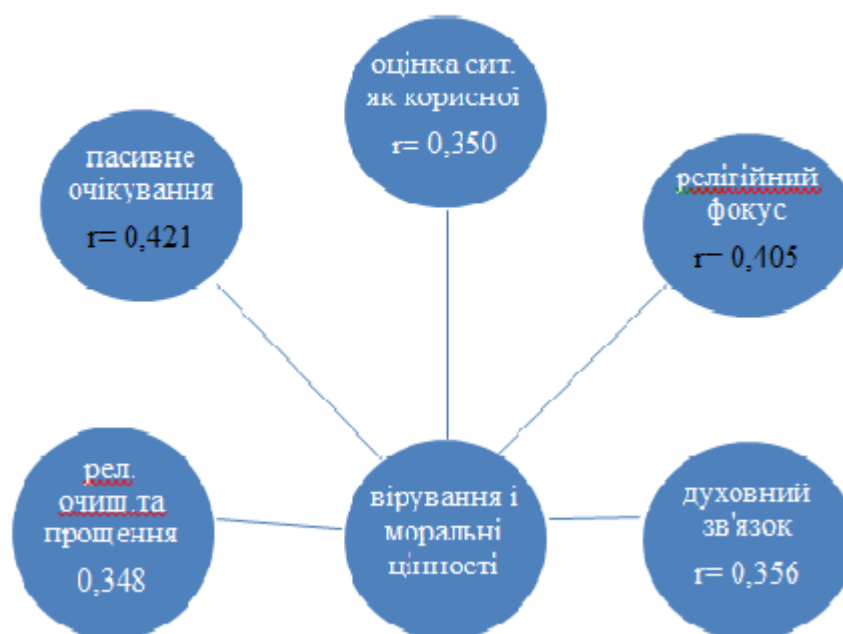


Рис. 3.8 Показники даних кореляційного аналізу шкали «пізнання і моральні цінності» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких померли в мирному житті.

Прямо пропорційна кореляція також знайдена між шкалою «**афекти та емоції**» та «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ( $r= 0,389$  при  $p<0.05$ ),

«Пасивне очікування» ( $r= 0,440$  при  $p<0.05$ ), «Прохання про пряме заступництво» ( $r= 0,352$  при  $p<0.05$ ), «Релігійне очищення та прощення» ( $r= 0,341$  при  $p<0.05$ ), «Духовний зв'язок» ( $r= 0,390$  при  $p<0.05$ ), «Духовне незадоволення» ( $r= 0,402$  при  $p<0.05$ ) Пошук релігійного напрямку та релігійного перетворення» ( $r=0,372$  при  $p<0.05$ ) (Рис. 3.9)

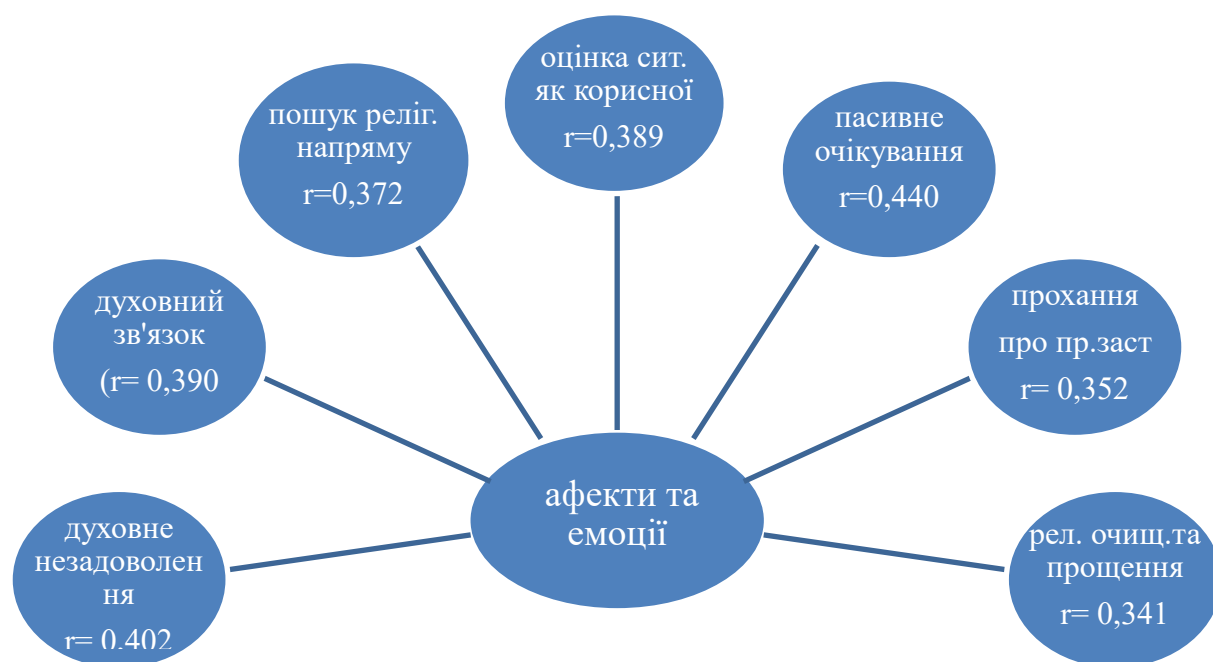


Рис. 3.9 Показники даних кореляційного аналізу шкали «афекти та емоції» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких померли в мирному житті.

Також маємо кореляцію між шкалою «**фізіологічні ресурси**» та «Релігійне очищення та прощення» ( $r= 0,351$  при  $p<0.05$ ) (Рис.3.10)



Рис. 3.10 Показники даних кореляційного аналізу шкали «афекти та емоції» зі шкалами релігійних копінг стратегій групи, близькі яких померли в мирному житті.

Ми вже зазначали про те, що шкала «вірування і переконання» вміщує у собі і християнську віру. У досліджуваних другої групи мережа кореляції цієї шкали з іншими шкалами релігійного копінгу суттєво більша, що дає розуміння про більше та яскравіше проявлення християнської віри в процесі подолання втрати. В одній і другій групі кореляція відбувається лише зі шкалами позитивного типу копінг-стратегій і свідчить, що в міру сильної віри, людина оцінює процес горювання, як корисний для власного розвитку і здобуття життєвого уроку. Досліджувані чим більше є віруючими, то тим більше впевнюються, що спрацьовує Божий план у їх житті і вони здатні винести для себе корисний урок. Це приходить після усвідомленості, наскільки рідна людина важлива у їх житті, яку роль виконувала. Проте, більш ніж ймовірно, що так людина вважає вже тоді, коли відбулося прийняття втрати і стабілізувалось повсякденне життя. В осіб, які переживають травматичну смерть етап прийняття приходить пізніше. Якщо втрата вже сприймається як така, що несе користь для розвитку, то ми говоримо про реорганізацію. Для тих, хто в скорботі за загиблим це дуже важливо, адже вони більш схильні до патологічного горя. Чим сильніша віра, тим більше людина у своїй травматичній втраті займає позицію «пасивного очікування», тобто розуміє, що щоб вона не робила, єдиний, хто допоможе їй справитись – Господь. Привертає увагу і пасивне очікування людини в ситуації втрати в мирному житті. Це пов'язано, що часто в мирному житті такі особи вже знають, що рідна людина помре і тому великої активної діяльності в намаганні щось особисто змінити після втрати не відбувається. Натомість така особа просто очікує, що Бог точно покращить її життя сам. Тобто, в першій та другій групі присутнє прийняття втрати, один із неминучих етапів подолання втрати.

Рідні загиблих на Сході України більше прагне постійного духовного зв'язку з Богом, оскільки вважають, що лише постійна Його присутність у своєму житті може полегшити біль втрати, це проявляється в постійних молитовних

практиках, відвідуваннях богослужінь, читанню духовної літератури. Рідні, померлих в мирному житті прагнуть такого зв'язку, але менше. Це пояснюється неочікуваною та трагічною смертю перших.

Особи другої групи, більше зізнаються у власних гріхах, і чим більше вірять у власне прощення, тим більше відчують полегшення. Через каяття людина вірить, що так зможе подолати тугу та сум. Каяття є гострішою потребою у зв'язку з більшим звинуваченням себе у загибелі рідного.

Наступні особливості зв'язку вірувань та переконань проявились лише у показниках осіб, чії рідні загинули на Сході. Чим більше та особи розуміють, що саму втрату вони вже не виправлять і що зробили все, що від них залежить, то тим більше вони залучають Бога до співпраці, просять Його допомогти подолати тугу, захистити їх та померлого в потойбічному світі. Водночас, при проханні про пряме заступництво, передбачаємо, що тільки дізнавшись про загибель рідної людини і знаходячись в стані шоку та невіри в те, що сталося, віруюча особа активно звертається до Господа з благанням здійснити чудо. Тобто, зробити так, аби близька людина, яку вона поки тілесно не бачить, була живою. З наступними стадіями переживання горя, прохання до Бога висловлюються для полегшення власного болю, для підтримки стосунків з померлим через молитву та розмови з Богом та християнськими святими. Чим більша християнська віра в людини, в якій загинув член сім'ї, тим більше в неї питань до Бога, з проханням вказати нові шляхи, знайти втрачений сенс життя. Слід розуміти, що пошук відповідей на ці питання теж відбуваються вже після прийняття факту загибелі і в процесі навчання життя без загиблого. Такі особи здебільшого вірять, що загибель близької людини на війні не є марними і вважають їх місію особливою для формування Української державності.

У цих кореляційних зв'язках у першої групи бачимо, що афекти та емоції проявляються через 7 стратегій християнської віри, тоді як у другою групи через 11 стратегій. Чим більше людина висловлює свої емоції, тим більше проявляються релігійні стратегії. Особи, що втратили на війні оцінюють



загибель як карі від Бога, вони переконані, що член сім'ї загинув через її гріхи, і це ніщо інше, як покарання Господа, який відвернувся від неї в скрутну хвилину. Знаючи це, людина не тримає цього в собі і проявляє через негативні емоції та афективні стани – злість, сум, обурення, плач, крик, агресію, ридання. Із травматичною загибеллю рідної людини (а це переважно чоловіки), жінки втрачають безпеку. Часто в таких станах вони проявляють злість до Бога, задають питання «за що?». Зрозуміло, що тут виникає зневірення в любові Бога, що викликає пригнічений настрій, розпач, гнів. Людина, рідний якої помер в мирному житті теж має сумнів чи справді Господь є біля неї та чи буде Він проявляти свою турботу і надалі, і у процесі переживання своєї втрати в контексті проявлення християнської віри представники даної групи виражають через емоції своє духовне незадоволення. Це, скоріше, пов'язано із самим фактом втрати рідної значущої людини, і горем, яке приходить після того.

Стосовно іншої кореляції робимо припущення, що насичені молитовні практики, звернення до Бога, процес каяття у своїх гріхах супроводжуються збільшенням емоційного сплеску, а саме через плач, відчай, страх, сум, які потім, через проживання втрати, можуть змінюватись радістю, сміхом. Підсилення негативних емоцій викликає значне фокусування на християнських ритуалах. Особи другої групи, вже прийнявши втрату мають сподівання, що знайдуть в християнській вірі нову мету в житті і Бог вкаже їй напрямок її життєвого руху. Ми також говоримо не лише про вербальне вираження емоцій, але про різного роду малювання, прописування емоційного стану, можливо займання наявним хоббі. Можемо припустити, що ймовірно деякі з опитаних нами людей в контексті своєї втрати працювали з психологом. А оскільки їхня християнська віра має високі показники, то ці питання вони могли порушувати, що теж стосується емоційного спектру. Раптова травматична загибель, часто мотивує християн до пошуку духівника чи священика. Людина просить про підтримку та виливає своє засмучення втратою йому, говорить про свої емоції. Такі дії теж є ствердженням бажання

постійно перебувати у співпраці з Богом. І перша, і друга групи, проявляючи тугу, біль, сум, відчай, все ж просить Бога про допомогу під час своєї життєвої кризи, чим більше вона оплакує втрату, тим більше прагне наблизитись до Бога, аби отримати полегшення свого душевного болю.

Задіяння фізичної активності як способу подолання кризи для осіб, що втратили у мирному житті проявляється через активні дії, що викликані відчуттям потребу покаятись у своїх гріхах – похід в Церкву, сповідь, причастя, чи можливо приймає та виконує настанови від священика. В цьому людина прагне до відчуття розслабленого стану та полегшення. Особа припускає, що тягота втрати через її гріховність і прагне це виправити. Залучення фізичної активності як стратегії подолання втрати в осіб, які в скорботі за полеглими проявляється краще і чим більше в цьому аспекті людина апелює до Бога про заступництво, тим більше є фізично активною. І навпаки. Особа, яка лише дізналась про загибель близького, знаходиться в стані не віри в реальність і активно звертається до Бога вчинити чудо і зробити так, аби член сім'ї залишився живий. При цьому вона може виконувати християнські ритуали – читати молитву, робити «поклони». Знаючи, що вже нічого виправити неможливо, людина робить візити до церкви, молячись і з метою покращення психічного стану. Дотримання релігійних ритуалів в цьому випадку є неабиякою фізичною активністю для людини. Християнська віра тут виступає також як збереження фізичного ресурсу. Чим більше людина є фізично активною, тим швидше приходить усвідомлення про те, що це життєвий урок і дію Божого промислу. Тут варто зауважити, що канал «тіло, фізична діяльність» поведінково активує організм і дозволяє зменшити депресивні настрої, що можуть бути присутні після втрати.

Бачимо, що соціальна сфера у скорботних за загиблими є дуже розвиненою стратегією подолання і проявляється через християнську віру, і у випадку зміцнення віри розширюється соціальна сфера, тоді як у осіб, скорботних за померлими в мирному житті зв'язків з цим компонентом не

знайдено. Люди, проживаючи загибель часто втрачають ідентифікацію себе, тому прагнучи зменшити свій душевний біль вони шукають підтримку у церковній спільноті – священники, парафіяни, де, за позитивного спілкування розуміють, що горе втрати робить їх сильнішими, витривалішими. Часто такі люди дуже цінують тих, хто був з ними в перші моменти втрати – поховання тіла, підтримував традиційні християнські ритуали і намагаються підтримувати з ними спілкування і після своєї життєвої кризи. Християнська спільнота створює волонтерські осередки, які допомагають бійцям на Сході, куди долучаються і родини загиблих, таким чином прагнучи бути корисними та заповнити внутрішню порожнечу. Не рідкість, що особи, котрі втратили на війні, створюють свою окрему спільноту родин загиблих, де християнські цінності, взаємо підтримка є ключовими. На свої заходи вшанування загиблих вони запрошують духовенство, та й самі священники є з ними поряд не лише в час захоронення тіла, але протягом традиційних християнських вшанувань – «9 днів», «40 днів», різні державно патріотичні свята та дати. Така аудиторія розуміє, що який би сильний не був Бог, проте є речі, які він не може змінити. Звучать питання в сторону їх спільноти про власний сенсу житті, мету. Проте це переважно відбувається вже в період постравматичного зростання.

Вони здійснюють підтримку і власним членам сім'ї, які також тужать за загиблим, моляться за них, а також висловлюють молитовну підтримку померлому. Мають чіткий поділ на «свій» та «чужий», іншими словами, хто усвідомлює наявність війни, і для кого вона має значення, а для кого ні. Це проектується і на церковну спільноту.

Якщо ми говоримо про негативний тип стратегій подолання втрати у взаємозв'язку з соціальною сферою, то переконуючись, що Бог відвернувся від них такі особи задають про це питання, говорять, переконують, тобто не обмежуються розмовами з Богом, але й спілкуванням із соціумом. Також сприймання загибелі як покарання зі сторони Бога теж обговорюється із людьми, які оточують. Залученість тих, хто в скорботі до соціальної взаємодії,

навіть якщо це через віру християнства, є однозначно ресурсом для переживання втрати. Це позитивний показник для ефективної соціально-психологічної адаптації особи. Тут ми чітко бачимо такий показник, адже соціальна ланка є дуже розвинута.

Ми не знаємо як проявлялась християнська віра людей другої групи до їхньої втрати, тому їх уява про релігійну спільноту могла бути різною. Якщо зараз ми говоримо про незадоволення стосунків у релігійній спільноті, то можемо стверджувати, що їхні уявлення про це середовище не справдилися. Це може бути пов'язано з ідеалізацією людей, які мають стосунок до церкви. Особи, які втратили на війні можуть відчувати нерозуміння, неповагу, брак підтримки в свою сторону. Також це може перегукуватись із конфліктом церковних інтересів всередині країни, їхнім ставленням та позицією до військових дій на Сході України, визнання війни та ін.

У осіб, що втратили на війні бачимо значне задіювання когнітивних процесів під час подолання втрати серед стратегій виходу із стресу. Ці зв'язки є позитивними. Розуміння ситуації як корисної для себе стає логічним вже тоді, коли людини адаптувавшись до світу без покійника шукає сенс подальшого свого життя. Вважаємо, що до як такої співпраці з Богом людина приходить не лише з великою вірою, але й з чіткою усвідомленістю, що їй це допоможе. Тобто чим більша усвідомленість звернення за допомогою до Бога, тим кращий результат «роботи горя». Оцінка ситуації такою особою теж не відбувається на перших етапах горювання. Учасники даної групи чітко усвідомлюють, що вони зробили все, що від них залежало, і далі варто покладатись тільки на Божу допомогу. Вони планують свої кроки співпраці з Богом у процесі горювання, ставлять перед собою завдання зблизитись з Богом, підходять раціонально до прохань про заступництво. Вони здатні спостерігати та усвідомлювати, що є ті, кому це допомогло, а отже їм теж буде корисним.

Чим більше людина, що в скорботі за загиблим, капітулює перед Богом, віддаючи все Йому в руки, розуміючи, що зробила все від неї залежне, тим

менше часу пройшло від втрати. І чим більше часу промило від загибелі близького, тим менше сподівання на Господа, а більша на власні сили. Це пов'язано з тим, що людина на ранніх етапах проживання горя шукає спосіб втішення і знаходить його в своїй релігійній вірі. У нашому випадку християнській. І що більше горе, то гостріша потреба. Якщо ж ми говоримо про втрату на війні, то така втрата є особливо травматичною. З плином часу, коли особа пропрацювала своє горе, тоді впевненість у власних силах зростає.

### **3.2. Особливості застосування християнської віри у подоланні втрати близьких осіб в умовах українських військових реалій сьогодення.**

Вивчаючи особливості застосування християнської віри як особистісного ресурсу в осіб, які втратили близьких у війні на Сході України, ми здійснили аналізи даних двох груп. Група 1 – люди, які втратили рідних у мирному житті, і група 2 – ті, які втратили рідних на війні.

Досліджуючи особливості проявлення християнської віри в осіб, які втратили близьких на війні на Сході України ми побачили, що дана аудиторія має високі показники застосування християнської віри у процесі горювання. Застосування особистісного ресурсу віри відбувається за рахунок різних релігійних копінг-стратегій, а саме співробітництва, прохання про допомогу від релігійної спільноти, відвідування храмів та ін. Розглянувши кореляційні аналізи двох груп чітко видно, що особи, які горюють за загиблим мають набагато більше проявів зв'язків між шкалами, ніж особи першої групи. Це пов'язано з тим, що вони активно залучаючи християнську віру як особистісний ресурс в контексті копінгу, поєднуються різні аспекти його проявлення – від злості на Бога до пошуку сенсу особистого подальшого життя через звернення до Господа в період постратматичного зростання. Тобто яскравіша розгалуженість кореляційних зв'язків між шкалою «вірування і моральні цінності» та 8-ма шкалами християнського копінгу характеризує

групу як віруючу та таку, яка в період подолання втрати звертається до даного особистісного ресурсу.

## ВИСНОВКИ

У результаті проведеної нами роботи вдалось дослідити особливості прояву та застосування християнської віри як особистісного ресурсу у процесі горювання осіб, близькі яких загинули на війні на Сході України. Попередні дослідження свідчать, що процес горювання для даних осіб має здебільшого складніші прояви і може мати симптоми гострого горя. Для того, аби полегшити свій психічний стан у процесі скорботи такі люди часто обирають певні стратегії, які допомагають їм долати горе. Ми дослідили, що однією з основних таких стратегій є релігія, в контексті залучення особистісного ресурсу – віри. В нашому випадку християнської. Детальне вивчення показало, що ті, які в скорботі за полеглим на війні мають високі показники застосування християнської віри, проявляючи її майже однаково активно і через позитивні, і через негативні копінг-стратегії. Особливо виражене застосування християнської віри в сприйнятті, що загибель рідного відбулось через діяльність диявола і відвернення Бога тоді, коли це було потрібно. Значущим є духовне незадоволення цієї категорії, тобто сумнів присутності Бога у житті та злість на нього. Проте попри все, члени сімей загиблих мають доволі високі показники, що засвідчують позитивну співпрацю з Богом – дотримання християнських ритуалів, підтримування зв'язків із християнською спільнотою, духовенством, молитву, прохання Бога про допомогу полегшити біль, потребу в прощенні, та як кінцевий результат – засвоєння пережитого досвіду та пошук подальшого сенсу життя, який був втрачений, тобто вихід на етапи прийняття втрати та реорганізації. Тобто можемо припускати, що християнська віра при цьому є ефективним засобом подолання горя. Проте цей аспект потрібно досліджувати детальніше. Також ми відслідкували, що застосування християнської віри відбувається разом із іншими стратегіями подолання стресових подій, а отже її вияв та відповідно ефективність залежить від соціального середовища людини, фізичного стану, когнітивних характеристик,

уявлень про світ, про себе та інших людей, вміння проявляти емоції, вона може бути лише складовою в подальшому консультуванні і для ефективного виходу із деприваційної кризи, психологам варто використовувати християнську віру як ресурс людини, який може допомогти прийняти втрату. Враховуючи велику задіяність цього ресурсу можна долучати до співпраці священників для результативної спільної роботи задля покращення психічного стану людини, котра в скорботі.

Отже, наша гіпотеза про те, що в тих, хто в скорботі за загиблими на Сході України більше проявляється християнська віра як особистісний ресурс ніж в тих, чиї рідні померли в мирному житті підтвердилась.



**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Алексеева Ю. Тест дослідження форм віри. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2015. – 43 с.
2. Бобровская, О. А., and Н. Г. Осухова. "Исследование психотерапевтических функций христианства." Психологический журнал 2.8 (1995): 128-139.
3. Вовк, А. "Світоглядні та поведінкові особливості людини як складові ресурсності в складних життєвих ситуаціях." Вісник Одеського національного університету. Психологія 15.11 (2010): 34-41, ел.ресурс <https://doi.org/10.18524/2304-1609.2010.11.136228>
4. Дуса, О. В., Василюк О. Л. "Шляхи подолання особистістю синдрому втрати." Редакційна колегія: Головний редактор (2016): 244-247.
5. Єсип, М. "Образ бога як предикатор способів долаття труднощів." Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія 2 (2014): 27-31.
6. Єсип, М. З. "Адаптація методики «Релігійні копінг-стратегії»(RCOPE) К. Паргамент, Г. Кюніга і Л. Перез." Соціальна психологія 2 (2010): 40.
7. Жаловага, А. С. "Християнська мораль, віра, психологія: точки перетину." Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка 20 (2005): 32-35
8. Журавлев, Анатолий Лактионович, et al. "Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы." (2008): 474.
9. Завалкевич, Л. Е. "Развитие психологической гибкости как фактор эффективности менеджерской деятельности/Л. Завалкевич." Практична психологія та соціальна робота 1 (2004): 15-29.

- 10.Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – К.:Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
- 11.Карковська, Р. І. "Деструктивні позиції осіб з близького соціального оточення щодо вбивств учасників АТО." Психологія: реальність і перспективи 8 (2017): 96-100.
- 12.Климишин, О. "Християнсько-психологічні основи розвитку духовності особистості." Психологія особистості 1 (2012): 69-78.
- 13.Климишин, О. І. "Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід: монографія."
- 14.Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании / Элизабет Кюблер-Росс. Пер. с англ. – К.: «София», 2001. – 320 с
- 15.Мей, В. "Світ психології і християнська віра." Вісник [Київського інституту бізнесу та технологій] 3 (2012): 3-9.
- 16.Ноель-Цигульська, Тетяна. "Біблійне християнство і психотерапія про зцілення душі (психіки)[Електронний ресурс]." Релігія та соціум 1 (2012): 99-105.
- 17.Оніщенко, Н. В. "Горе як реакція постраждалого на втрату." Проблеми екстремальної та кризової психології 12 (2012): 33-39.
- 18.Оніщенко, Н. В. "Основні заходи в межах надання екстреної психологічної допомоги родичам загиблих унаслідок надзвичайних ситуацій." Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна 2 (1) (2012): 305-312.
- 19.Опанасюк, І. "Психологічні особливості переживання факту втрати" особистістю." *Обрії* 1 (2011): 55-58.
- 20.Пирог, Г. В. "Психологічні аспекти функціонування релігійних цінностей (християнський аспект)." Українське релігієзнавство: Бюлетень Української Асоціації релігієзнавців і Відділення релігієзнавства Інституту філософії імені ГС Сковороди НАН України 39 (2006): 93-102.

- 21.Полищук, Ю. И. "Значение религиозной веры в преодолении реакций горя в позднем возрасте." Психиатрия и религия на стыке тысячелетий. Харьков (2006): 95-96.
- 22.Попелюшко, Р. "Порівняльний аналіз дослідження стратегій поведінки у психотравмуючій ситуації як ресурсу для психологічної реабілітації особистості комбатанта." Psychological journal 8.4 (2017): 98-110.
- 23.Предко, Д., Ларін, Д. "Релігійна віра як чинник подолання критичних життєвих ситуацій." Psychological journal 8.4 (2017): 76-86.
- 24.Родіна, Н.В. "Особистісні характеристики як ресурси долаючої поведінки. Огляд деяких сучасних теорій копінгу." Проблеми сучасної психології 7 (2010): 608-623.
- 25.Савчин, М. Духовна парадигма психології: монографія. Akademvydav, 2013.
- 26.Савчин. М. "Віра в Бога як духовний стан людини." Психологія і суспільство 2 (36) (2009): 54-59. Івано-Франківськ: Гостинець (2010):440.
- 27.Штепа, О. С. "Емпіричне вивчення психологічних ресурсів особистості/О. Штепа." Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості/За ред. СД Максименка, МВ Папучі.— Київ 11 (2011): 335-361.
- 28.Штепа, О. С. "Особливості психологічної ресурсності осіб зрілого віку." Вісник Львівського університету. Серія: Філософські науки 15 (2012): 322-329.
- 29.Burke, L. A. & Neimeyer, R. A. (2014) Complicated Spiritual Grief I: Relation to Complicated Grief, Symptomatology Following Violent Death Bereavement, Death Studies, 38:4, 259-267, DOI: 10.1080/07481187.2013.829372

30. Chapple, A., Swift C. & Ziebland, S. (2011) The role of spirituality and religion for those bereaved due to a traumatic death, *Mortality*, 16:1, 1-19, DOI: 10.1080/13576275.2011.535998
31. Deeming, J. (2017) Religious coping in traumatic bereavement, The University of Arizona.
32. Exline, J., & Rose, E. (2005). Religious and spiritual struggles. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 315–330). New York, NY: Guilford
33. Hood Jr, Ralph W., Peter C. Hill, and Bernard Spilka. *The psychology of religion: An empirical approach*. Guilford Publications, 2018: 205.
34. Jennifer H. Wortmann & Crystal L. Park (2008) Religion and Spirituality in Adjustment Following Bereavement: An Integrative Review, *Death Studies*, 32:8, 703-736, DOI: 10.1080/07481180802289507
35. Kaltman, S. (2003). Trauma and Bereavement: Examining the Impact of Sudden and Violent Deaths. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 131-147.
36. Lazarus R., Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer, 1984
37. McPadden K. Hobfoll COR-theory// <[http://wfnetwork.bc.edu/encyclopedia\\_entry.php](http://wfnetwork.bc.edu/encyclopedia_entry.php)>.
38. Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56, 519–543.
39. Pargament, Kenneth, Margaret Feuille, and Donna Burdzy. "The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping." *Religions* 2.1 (2011): 51-76. DOI:10.3390/rel2010051
40. Park, C. L. & Halifax, R. J. (2011) Religion and Spirituality in Adjusting to Bereavement: Grief as Burden, Grief as Gift, Grief and Bereavement in Contemporary Society. *Bridging Research and Practice, Behavioral Sciences*, DOI: 10.4324/9780203840863

41. Parkes C.M. Psychosocial transition: Comparison between reactions to loss of alimb and loss of a spouse / C.M.Parkes // British Journal of Psychiatry. – 1975. – Vol. 127. – P. 204-210
42. Spilling, A. (2011) The role of the church in supporting people who are bereaved: A cross-cultural comparison between Norway and Kenya, MF – Norwegian School of Theology, 1-101.
43. Worden J. Grief Counseling and Grief Therapy // A Handbook for the Mental Health Practitioner, Fourth Edition Publisher: Springer Publishing Company, Incorporated, 2008. – 248 p.
44. Worden J. W. Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner /J. W. Worden. – Fourth Edition Publisher. – New York : Springer Publishing Company, 2008. – C. 328.

## Додаток А

## Частина гугл-форми для респондентів

Розділ 1 з 4

## Дослідження впливу християнської віри на подолання втрати близької особи

Доброго дня! Мене звати Любов Казмірчук, я студентка магістерської програми з клінічної психології Українського Католицького Університету.

Переживати втрату рідної особи дуже непросто. Вже п'ятий рік триває війна на Сході України. Питання втрат близьких людей стало гострішим. Кожен шукає свій спосіб полегшити горювання.

Якщо Ви зазнали втрати (смерті /загибелі) близької Вам людини у контексті війни на Сході України чи у мирному житті та вважаєте себе християнином/кою – дуже прошу Вас взяти участь у цьому дослідженні ( до 30 хвилин Вашого часу). Це допоможе:

- вивчити тему впливу християнської віри на процес горювання;
- якісно виконати магістерську роботу;
- відповідно до результатів, у майбутньому створити інструменти, які б полегшили горювання інших людей.

Опитування звісно ж анонімне.

Дякую за співпрацю!

---

Скільки часу проминуло від Вашої втрати? \*

1-2 роки

3-4 роки

## Додаток Б

Порівняльний аналіз для двох груп дослідження: осіб, що втратили близьких в мирному житті і осіб, що втратили близьких на війні

T-tests; Grouping: За яких умов Ви втратили близьку Вам людину? (заг дані по групах)											
Group 1: 1											
Group 2: 2											
Variable	Mean 1	Mean 2	t-value	df	p	Valid N 1	Valid N 2	Std.Dev. 1	Std.Dev. 2	F-ratio Variances	p Variances
Скільки часу проминуло від Вашої втрати?	2,55882	2,20588	1,30601	66	0,196082	34	34	1,283725	0,913847	1,973319	0,054913
Ким доводились Ви людині, якої не стало	2,94118	1,94118	3,19717	66	0,002131	34	34	1,153156	1,412953	1,501340	0,248316
Ваша освіта	3,82353	3,67647	1,09109	66	0,279201	34	34	0,575804	0,534880	1,158879	0,674382
Ваша стать	1,20588	1,05882	1,80579	66	0,075512	34	34	0,410426	0,238833	2,953125	0,002557
Віра	25,82353	25,85294	-0,02295	66	0,981762	34	34	4,495591	5,970292	1,763671	0,108087
Емоції	17,70588	19,14706	-0,99723	66	0,322293	34	34	5,869951	6,045947	1,060864	0,866259
Соціум стосунки	16,55882	18,70588	-1,39302	66	0,168290	34	34	6,282208	6,426882	1,046589	0,896725
Уява	18,44118	19,47059	-0,68059	66	0,498512	34	34	6,430002	6,036431	1,134649	0,718862
Розум	21,79412	23,38235	-0,86058	66	0,392587	34	34	7,562986	7,655518	1,024619	0,944727
Тіло, фізична діяльність	20,38235	23,70588	-2,16459	66	0,034041	34	34	7,336148	5,131775	2,043624	0,043750
Оцінка проблемної ситуації як корисної	5,91176	6,23529	-0,67357	66	0,502936	34	34	1,815216	2,132843	1,380579	0,358952
Оцінка проблемної ситуації як кари Бога	4,61765	4,79412	-0,25784	66	0,797335	34	34	2,628684	3,002821	1,304914	0,448723
Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола	4,23529	5,41176	-2,25886	66	0,027202	34	34	1,810053	2,438550	1,815016	0,091605
Переоцінка сили Бога	5,58824	6,52941	-1,90906	66	0,060603	34	34	2,119429	1,942122	1,190926	0,618641
Співробітництво	5,76471	6,05882	-0,70370	66	0,484093	34	34	1,724315	1,722246	1,002404	0,994539
Активна релігійна капітуляція	6,23529	6,67647	-0,76665	66	0,446026	34	34	2,310173	2,433610	1,109719	0,766694
Пасивне очікування	5,79412	6,23529	-0,96261	66	0,339257	34	34	1,805369	1,970369	1,191140	0,618281
Прохання про пряме заступництво	6,44118	7,05882	-1,12489	66	0,264712	34	34	2,204557	2,321718	1,109114	0,767881
Релігійний фокус	6,02941	6,20588	-0,39449	66	0,694494	34	34	1,866536	1,822077	1,049396	0,890687
Релігійне очищення та прощення	5,58824	6,14706	-1,25489	66	0,213944	34	34	1,827693	1,844441	1,018410	0,958527
Духовний зв'язок	5,76471	6,29412	-0,99573	66	0,323020	34	34	2,243628	2,139519	1,099688	0,786519
Духовне незадоволення	5,82353	6,73529	-1,67222	66	0,099216	34	34	2,208394	2,287102	1,072551	0,841765
Пошук підтримки у духовенства чи парафіян	6,05882	6,61765	-1,06674	66	0,289977	34	34	2,116904	2,202130	1,082140	0,821980

T-tests; Grouping: За яких умов Ви втратили близьку Вам людин...

## Додаток В

## Показники даних кореляційного аналізу групи, близькі яких померли в мирному житті

Variable	Correlations (Дані мирне життя) Marked correlations are significant at $p < ,05000$ N=34 (Casewise deletion of missing data)								
	Оцінка проблемної ситуації як корисної	Оцінка проблемної ситуації як кари Бога	Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола	Переоцінка сил и Бога	Співробітництво	Активна релігійна капітуляція	Пасивне очкування	Прохання про пряме заступництво	Релігійний фокус
Скільки часу проминуло від Вашої втрати?	0,034806	-0,177223	-0,032220	0,009172	0,184410	0,097372	0,024997	0,006614	-0,082948
Ким доводились Ви людині, якої не стало	-0,248659	-0,427509	-0,196420	-0,270585	-0,220530	-0,279023	-0,107883	-0,013322	-0,196273
Ваша освіта	0,013643	-0,166051	-0,220628	-0,185501	-0,256733	-0,127304	0,109743	0,063191	-0,023220
Ваша стать	-0,137576	-0,121437	0,136769	-0,282789	0,156163	0,235000	-0,145543	-0,069937	0,110525
Віра	0,350806	-0,067425	0,079737	0,008045	0,178211	0,319241	0,421024	0,185433	0,405102
Емоції	0,389957	0,318494	0,109385	0,199445	0,085766	0,199671	0,440190	0,352218	0,324408
Соціум стосунки	0,057602	-0,093099	-0,185133	0,029185	-0,325981	-0,172198	0,090606	0,005727	-0,073804
Уява	-0,017334	0,316854	0,022055	0,298354	-0,088746	0,139680	0,216894	0,293687	0,147853
Розум	0,069271	-0,036089	0,043491	0,138228	0,000820	0,164155	-0,025392	-0,119794	0,202225
Типо, фізична діяльність	0,180104	0,196375	0,104840	0,158552	0,002536	0,228762	0,136538	0,214096	0,235945

Variable	Correlations (Дані мирне життя) Marked correlations are significant at $p < ,05000$ N=34 (Casewise deletion of missing data)								
	Прохання про пряме заступництво	Релігійний фокус	Релігійне очищення та прощення	Духовний зв'язок	Духовне незадоволення	Пошук підтримки у духовенстві чи парафіян	Релігійна допомога	Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті	Незадоволення взаємовідносинами у релігійній спільноті
Скільки часу проминуло від Вашої втрати?	0,006614	-0,082948	0,062298	0,004951	-0,263453	-0,168576	0,098261	-0,301088	-0,030602
Ким доводились Ви людині, якої не стало	-0,013322	-0,196273	-0,155619	-0,040649	-0,170790	0,001460	0,122062	0,127978	0,046657
Ваша освіта	0,063191	-0,023220	-0,071139	0,037254	0,046259	0,108216	0,094020	0,042716	0,078608
Ваша стать	-0,069937	0,110525	0,116438	-0,011615	-0,426762	0,160028	0,391758	-0,312486	-0,016647
Віра	0,185433	0,405102	0,348628	0,356279	-0,192472	0,058439	0,245422	-0,260274	0,232901
Емоції	0,352218	0,324408	0,341437	0,390344	0,402622	0,025821	-0,102742	0,202028	0,372309
Соціум стосунки	0,005727	-0,073804	-0,182570	-0,020487	0,136193	0,172907	0,181227	0,176186	-0,020120
Уява	0,293687	0,147853	0,155167	0,001112	0,148628	-0,091014	-0,220001	0,180880	0,128037
Розум	-0,119794	0,202225	0,208521	0,184672	-0,225404	0,131379	0,110164	-0,030431	0,175592
Типо, фізична діяльність	0,214096	0,235945	0,351103	0,099525	0,088460	0,135097	0,117408	0,034126	0,232359



## Додаток Д

## Показники даних кореляційного аналізу групи, близькі яких загинули на війні на Сході України

Correlations (Дані на війні)									
Marked correlations are significant at $p < ,05000$									
N=34 (Casewise deletion of missing data)									
Variable	Пр-ня про прям е з-цтво	Реліг. фокус	Реліг. очня та п роц.	Духовний зв'язо к	Духовне незад.	Пошук під-ки у д-ства чи параф .	Релігійна допо мога	Нез-ння вз-нам и у реліг. сп-оті	Пошук реліг. нап р та реліг. перет вор.
Скільки часу проминуло від Вашої втрати?	-0,262965	-0,080825	-0,306159	-0,155899	0,026865	-0,170511	-0,013581	0,337668	-0,244333
Ким доводились Ви людині, якої не стало	0,019562	0,110780	0,201091	0,096113	0,051299	0,109421	-0,067977	-0,180439	0,093122
Ваша освіта	-0,057416	-0,116142	-0,042460	-0,179128	-0,270296	-0,236839	-0,301639	0,024624	-0,009318
Ваша стать	-0,279675	-0,167943	-0,226604	-0,153490	-0,303488	-0,416875	-0,366010	-0,003939	-0,196161
Віра	0,542810	0,217361	0,472591	0,473209	-0,058418	0,163850	0,294732	0,138353	0,523419
Емоції	0,681546	0,418037	0,489855	0,357322	0,443387	0,498251	0,221786	0,141134	0,472519
Соціум стосунки	0,718082	0,546163	0,663299	0,548613	0,511999	0,700527	0,519040	0,202300	0,613879
Уява	0,231483	0,211333	0,058917	0,125046	0,272687	0,137046	-0,225264	0,398822	0,213018
Розум	0,395941	0,276601	0,195483	0,351846	-0,082311	0,203064	0,261288	0,186177	0,348693
Типо, фізична діяльність	0,410978	0,029358	0,228813	0,206834	-0,071381	0,153318	0,310399	0,203491	0,237168

Correlations (Дані на війні)									
Marked correlations are significant at $p < ,05000$									
N=34 (Casewise deletion of missing data)									
Variable	Оц.пробл. сит. як корисної	Оц.пробл. сит. я к карі Бога	Оц.пробл. сит. я к д-ті диявола	Переоц. сили Б ога	Співробітництво	Ак-на реліг. капі т.	Пасивн очік	Пр-ня про прям е з-цтво	Реліг. фокус
Скільки часу проминуло від Вашої втрати?	-0,181080	-0,138686	-0,011998	0,158688	-0,296736	-0,350664	-0,179182	-0,262965	-0,080825
Ким доводились Ви людині, якої не стало	0,095231	0,132760	0,218318	0,133164	0,088634	-0,032140	-0,081954	0,019562	0,110780
Ваша освіта	-0,064063	-0,004994	-0,103864	0,024023	-0,340564	0,033550	-0,270616	-0,057416	-0,116142
Ваша стать	-0,146972	-0,067109	0,009182	-0,199835	-0,082338	-0,226947	-0,416667	-0,279675	-0,167943
Віра	0,640573	0,074323	0,095868	-0,029670	0,475350	0,578520	0,363668	0,542810	0,217361
Емоції	0,523629	0,419003	0,028654	0,328666	0,278526	0,415240	0,528651	0,681546	0,418037
Соціум стосунки	0,602087	0,359485	0,241921	0,384303	0,423221	0,416100	0,606267	0,718082	0,546163
Уява	0,205324	0,239555	0,056430	0,097007	-0,034806	0,221082	0,209516	0,231483	0,211333
Розум	0,523252	-0,088746	0,064356	-0,058866	0,326907	0,359797	0,056132	0,395941	0,276601
Типо, фізична діяльність	0,399655	-0,076808	-0,152270	-0,290992	0,238594	0,494420	0,129924	0,410978	0,029358

Додаток Е  
Методика BASICPh

**Інструкція.**

Подумайте про себе, коли ви знаходитесь в кризі, сильному стресі.

Що, здебільшого, Ви робите, щоб допомогти собі впоратися з цим станом?

№	ТВЕРДЖЕННЯ	1	2	3	4	5	6
1	Я здаюся і покладаюся на вищі сили чи долю у вирішенні проблеми						
2	Я не говорю про свої емоції прямо, але виражаю їх опосередковано, – до прикладу, плачу, коли думаю про себе						
3	Я шукаю підтримки інших людей						
4	Я фантазую і даю волю своїй уяві, – наприклад, уявляю себе у спокійному, безтурботному місці						
5	Я збираю інформацію, щоб бути певним/ною у тому, що я маю найкращий варіант вирішення проблеми						
6	Я їм або сплю менше, ніж звичайно, – або ж, навпаки, я їм та сплю більше, аніж зазвичай						
7	Я вірю у мої власні сили і мою здатність долати перешкоди						
8	Я висловлюю мої почуття у власний завуальований спосіб – через натяки, сарказм або навіть флірт						
9	Я веду бесіди з друзями по телефону						
10	Я згадую свої улюблені історії, байки, притчі або ж казки – як спосіб пошуку вирішення проблеми						
11	Я аналізую проблеми, намагаючись знайти їх вирішення						
12	Я постійно займаю себе фізично працею – наприклад, прибиранням, приготуванням їжі, роботою з деревом, ремонтом автомобіля чи навіть створенням моделі літака						
13	Моє кредо: «Я зможу пережити це, незважаючи ні на						

	що»								
14	Я звільняюся від почуттів через плач, сміх або крик і не тримаю все це всередині								
15	Я намагаюся знайти підтримку у друга або членів моєї сім'ї								
16	Слухаючи музику, я даю волю своїй уяві								
17	Я створюю спеціальний план і дію згідно з ним крок за кроком								
18	Я використовую вправи для розслаблення								
19	Я прошу допомоги у Бога в молитві								
20	Я накручую себе емоційно, щоб посилити свою мотивацію								
21	Я глибоко занурююся у стосунки з членами моєї громади або організації, до якої я належу								
22	Я згадую часи, коли мені було набагато краще, ніж зараз, або ж думаю про час, коли все зміниться на краще								
23	Насамперед я намагаюся зрозуміти, що, власне, відбувається								
24	Я розслабляюся, коли роблю щось: приймаю душ або ванну, йду на прогулянку або бігаю підтюпцем								
25	Я опираюся на свої духовні переконання або на свою життєву філософію								
26	Я розповідаю або слухаю жарти і смішні історії								
27	Я шукаю людей, з якими можна провести час, нічим особливо не займаючись								
28	Я переглядаю спортивні змагання, фільми або читаю книги, уявляючи себе на місці дійових осіб								
29	Я зважую всі можливі варіанти вирішення проблеми і, якщо це можливо, обираю найкращий з них								
30	Я намагаюся постійно займати себе якоюсь фізичною діяльністю								
31	Моє кредо: «Те, що не вбиває мене, робить мене сильнішим»								
32	Я даю вихід моїм емоціям								
33	Я пишу листи та е-мейли до друзів – з надією на їх відповідь								

34	Я мрію, думаю про кращі часи, уявляючи собі їх						
35	Я намагаюся знайти вирішення проблеми у найкращий спосіб, з тих, які знаю, обмірковуючи кожен з них						
36	Я виходжу з дому або намагаюся бути активним/ною для того, щоб позбутися надлишку енергії						

Що, на Вашу думку, допомагає Вам найкраще, а що – незначною мірою?

Зважте кожен вислів – і поставте косий хрестик («х») у відповідній клітинці навпроти номера твердження, де цифри означають:

1 – я *дуже рідко* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

2 – я *іноді* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

3 – я *періодично* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

4 – я *часто* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

5 – я *майже завжди* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

6 – я *завжди* користуюся цим методом, щоб впоратися з ситуацією.

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36

B 1 – Віра

A 2 – Емоції

S 3 – Соціум, стосунки

I 4 – Уява

C 5 – Розум

Ph 6 – Тіло, фізична діяльність

## Додаток Ж

**МЕТОДИКА «РЕЛІГІЙНІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ» (RCOPE)**

(автори К. Паргамент, Г. Кюніг, Л. Перез; адаптація М. Єсип)

*Інструкція:* „Просимо Вас відповісти на питання анкети стосовно того, як Ви долали труднощі у Вашому житті. Різні люди мають різні способи додання труднощі, однак нас цікавить як це робите саме Ви. Зазначимо, що кожний пункт описує різні способи вирішення важких ситуацій. Подумайте, будь-ласка, **як часто** Ви використовували певний спосіб подолання труднощів, не звертаючи уваги, чи він є ефективним чи ні. Намагайтесь кожний пункт оцінити незалежно від інших. Відповідайте щиро та відверто.

Поставте знак + під тим варіантом відповіді, який Вам найбільше підходить.

Варіанти відповідей:

- 0 – **ніколи** не використовую цього способу додання труднощів,  
 1 – **іноді** використовую цей спосіб додання труднощів,  
 2 – **часто** використовую цей спосіб додання труднощів,  
 3 – **завжди** використовую цей спосіб додання труднощів.”

*Бланк для відповідей*

№	Запитання	0	1	2	3
1.	Розумів цю ситуацію, як частину Божого плану.				
2.	Думав, що я винуватий у тому, що Бог покарав мене.				
3.	Вірив, що диявол є відповідальний за те, що сталося.				
4.	Сумнівався щодо могутності Бога.				
5.	Намагався реалізувати свої плани разом із Богом.				
6.	Зробив усе, що було у моїх силах, і передав справу у руки Бога.				
7.	Зробив небагато, сподіваючись, що Бог вирішить проблеми замість мене.				
8.	Молив Бога обернути усе на краще.				

9.	Намагався подолати свої переживання без Божої допомоги.				
10.	Шукав любові та турботи Бога.				
11.	Молився за те, щоби перестати думати про свої проблеми.				
12.	Зізнався у своїх гріхах.				
13.	Шукав сильнішого зв'язку з Богом.				
14.	Задумувався над тим, чи Бог не покинув мене.				
15.	Уникав осіб, які не є мого віровизнання.				
16.	Шукав духовної підтримки від духовенства.				
17.	Молився за здоров'я інших.				
18.	Не погоджувався із тим, що церква буде визначати, що мені робити і у що вірити.				
19.	Просив Бога допомогти мені знайти нову мету у житті.				
20.	Намагався знайти цілком нове життя завдяки релігії.				
21.	Шукав допомоги від Бога, щоби вивільнити свій гнів.				
22.	Намагався відшукати Божий урок у тому, що відбулось.				
23.	Вирішив, що Бог карає мене за мої гріхи.				
24.	Відчував, що ситуація, яка виникла, є справою рук диявола.				
25.	Вважав, що деякі речі знаходяться поза Божим контролем.				
26.	Співпрацював з Богом як з партнером.				
27.	Зробив те, що міг, а решту віддав у руки Бога.				
28.	Не перебирав багато варіантів: просто надіявся на контроль з боку Бога.				
29.	Молився про чудо.				
30.	Намагався зрозуміти ситуацію, не покладаючись при цьому на Бога.				
31.	Вірив, що Бог буде поруч.				
32.	Для того, щоби перестати думати про свої проблеми, роздумував на духовні теми.				
33.	Просив прощення за гріхи.				
34.	Шукав сильнішого духовного зв'язку з іншими людьми.				
35.	Злився за те, що Бог не відповів на мої молитви.				
36.	Дотримувался повчань та обрядів моєї релігії.				
37.	Просив інших молитися за мене.				
38.	Пропонував свою духовну підтримку сім'ї та друзям.				
39.	Почував незадоволення духовенством.				

40.	Молився, щоб знайти новий сенс у житті.				
41.	Заново шукав повного духовного пробудження.				
42.	Просив Бога допомогти впоратись із гіркотою.				
43.	Намагався зрозуміти, як Бог зміцнює мене у цій ситуації.				
44.	Почував себе покараним Богом через брак побожності.				
45.	Відчував, що диявол намагався відвернути мене від Бога.				
46.	Усвідомлював, що Бог не може відповісти на усі мої молитви.				
47.	Намагався разом із Богом зрозуміти цю ситуацію.				
48.	Контролював те, що міг, а решту довірив Богу.				
49.	Не намагався долати труднощі: лише надіявся, що Бог звільнить мене від турбот.				
50.	Домовлявся з Богом, щоби покращити цю ситуацію.				
51.	Без Божої допомоги приймав рішення, що буду робити.				
52.	Надіявся на Бога у пошуку сили, підтримки та супроводу.				
53.	Зосереджувався на релігії, щоб перестати переживати через свої проблеми.				
54.	Намагався менше грішити.				
55.	Задумувався над тим, що моє життя є частиною більшої духовної сили.				
56.	Сумнівався у любові Бога до мене.				
57.	Ігнорував поради, які суперечать моєму віровизнанню.				
58.	Шукав любові та турботи від спільноти моєї церкви.				
59.	Намагався дати духовну силу іншим.				
60.	Замислювався над тим, чи церква покинула мене.				
61.	Молився, щоби пізнати мету свого життя.				
62.	Молився, щоби моє життя повністю змінилось.				
63.	Шукав Божої допомоги, щоби пробачити іншим.				
64.	Думав, що ця подія може зблизити мене з Богом.				
65.	Замислювався над тим, чи Бог дозволив цьому трапитись зі мною через мої гріхи.				
66.	Вважав, що це є справою рук диявола.				
67.	Усвідомлював, що є деякі речі, які не може змінити навіть Бог.				
68.	Відчував, що Бог працює разом зі мною.				
69.	Намагався зробити усе, що в моїх силах, а решту				

	покладав на Бога.				
70.	Знав, що не зможу подолати труднощі, тому сподівався, що Бог проконтролює їх вирішення.				
71.	Домовився із Богом, що Він змінить речі на краще.				
72.	Розраховував на власні сили, не покладаючи надії на Бога.				
73.	Вірив, що Бог є зі мною.				
74.	Пішов до церкви, щоб припинити думати про цю ситуацію.				
75.	Шукав прощення у Бога.				
76.	Намагався збудувати міцні взаємини із вищою силою.				
77.	Замислювався над тим, чи Бог насправді піклується про мене.				
78.	Намагався прислухатись до інших членів мого віровизнання.				
79.	Шукав підтримки від членів моєї парафії.				
80.	Намагався утішити інших через молитву.				
81.	Почував себе, неначе церква відкидає або ігнорує мене.				
82.	Намагався завдяки Богові знайти нову мету у житті.				
83.	Намагався змінити усе своє життя і піти новою стежкою – стежкою Бога.				
84.	Просив Бога допомогти мені стати більш великодушним (більше прощати).				
85.	Намагався побачити у ситуації, яка виникла, її духовну перевагу.				
86.	Замислювався над тим, чи Бог карає мене через брак віри.				
87.	Задумувався над тим, чи пов'язаний якимось диявол із цією ситуацією.				
88.	Відчував, що навіть Бог має свої межі.				
89.	Співпрацював із Богом, щоби зменшити своє хвилювання.				
90.	Передав справу у руки Бога після того, як зробив усе, що міг.				
91.	Не намагався багато зробити: просто визнав, що Бог дасть цьому раду.				
92.	Молив Бога, щоб Він усе вирішив.				
93.	Намагався подолати труднощі самотійно без Божої допомоги.				
94.	Шукав утіхи у Бога.				
95.	Намагався відійти від проблем, зосередившись на				



	Богові.				
96.	Просив Бога допомогти мені менше грішити.				
97.	Намагався сильніше пережити різноманітні духовні почуття.				
98.	Злився за те, що Бога не було поруч.				
99.	Тримався осторонь хибних релігійних вчень.				
100.	Просив духовенства згадувати мене у їхніх молитвах.				
101.	Намагався надати іншим духовну підтримку.				
102.	Замислювався, чому духовенство покинуло мене у важкій ситуації.				
103.	Надіявся, що Бог вкаже мені нові напрямки у житті.				
104.	Надіявся на духовне відродження.				
105.	Шукав духовної допомоги, щоб позбутись почуття образи.				