

ВАРАВА ЛЮДМИЛА АНАТОЛІЇВНА

провідний науковий співробітник
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
лабораторія екологічної психології, м.Київ

Психотерапевтична модель надання допомоги особистості в переживанні тривалої невизначеності

В статті розглядається питання визначення мотиваційної складової та причин, що перешкоджають особистості у побудові сенсу життєвих перспектив в ситуації невизначеності, згідно програми дослідження фундаментальної наукової теми лабораторії екологічної психології «Особливості трансформації життєвих перспектив особистості в ситуації невизначеності». В цілому визначені теоретико-методологічні принципи та специфіка психологічної розробки проблеми ставлення до себе та власного майбутнього в умовах повного порушення звичних життєзабезпечуючих форм життя. Розкриті соціально-психологічні умови та чинники переживання вимушеного та обмеженого (пасивного), або готовності до змін та ресурсності (активного) життя особистості в ситуації тривалої невизначеності.

Пропонується структура переживання тривалої невизначеності за умов які пов'язані по-перше, із втратою та відсутністю базових життєзабезпечуючих форм (саме житла, роботи, майна та соціальних зав'язків); по-друге, втрата смислотворюючого фактора життя як цілісного та наповненого сенсом. На основі оригінальної теоретичної моделі розглядаються можливості побудови психокорекційної та психотерапевтичної програм та розробки технологій..

Ключові слова: психологічна допомога, особистість, переживання, психотерапевтична модель, тривала невизначеність.

Актуальність. Екологічна психологія та її всенаростаючі надбання є одними з найактуальніших та найзатребуваніших сфер наукових досліджень. Не є таємницею, що надмірна зацікавленість вчених у галузях міждисциплінарних відношень екології та психології пояснюються активним пошуком суспільства шляхів, методів та виправданих концепцій подолання екологічних негараздів на планеті. На жаль, сучасному поколінню випала нелегка доля налаштування (чи можливо відновлення) обопільно оптимальних і конструктивних взаємин у системі «Людина – Навколишнє середовище». Ми щораз стикаємося з потоками інформації проекологічного наповнення у повсякденному житті – засобами ЗМІ чи у приватних розмовах, професійній діяльності – настановами та рекомендаціями щодо виконання обов'язків, ми почали турбуватися про власне здоров'я і починаємо вживати екологічно чисті продукти і багато іншого. Здається, людство поступово пере-

ходить у нову фазу свого розвитку – екологізаційну, де кожен крок в напрямку середовища свого існування зважується та оцінюється з точки зору доцільності та раціональності. Екопсихологічні дослідження сьогодення набувають вагомості та вимагають вирішення завдань виявлення спонукальних мотивів проєкологічної поведінки та психологічних механізмів її формування.

Постановка проблеми. Поведінка людини є залежною змінною і, по суті є сукупністю впорядкованих реакцій на чинники інтра- й екстрасередовища. Тобто поведінка є такою, що керується ендогенними чи екзогенними факторами впливу на неї. Новітні надбання цивілізації та революційний прорив у сфері цифрових технологій подарували суспільству паралельний з реальним віртуальний простір. Останній все ж має реальний вплив на життєдіяльність та формування світогляду населення в цілому й окремої особистості, її свобод та інтересів. Різниця полягає в тому, що в реальному житті поведінка людини визначається різними морально-соціальними цінностями, керується певними суспільнозначущими пориваннями та спирається на загальноприйняті норми того соціуму, в якому перебуває в тісному контакті. У віртуальному ж практично не існує універсальних норм і правил, відсутня чітка приналежність до тієї чи іншої соціальної спільноти (оскільки активність в Інтернеті чітко відповідає запитам самого суб'єкта та координується ним). Врешті, постає логічне запитання: внаслідок впливу відповідних віртуальних інформаційних технологій буде формуватися реальна проєкологічна поведінка чи віртуальна – та, яка існуватиме в уяві людини? Остання, як ми розуміємо, не буде мати ціннісної практичної ваги, а, отже не може розглядатися як та, що сприяє конструктивному та гармонійному розвитку симбіозу «Людина – Навколишнє середовище».

Екологічна психологія вивчає психологічні особливості взаємодії людини та оточуючого середовища - географічного, соціального, культурного, інформаційного. Саме в контексті останнього, інформаційного середовища, розглянемо проєкологічну поведінку особистості у даній статті.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові уявлення про людську поведінку розпочалися на початку XX ст., біхевіористами,

які почали розглядати її як предмет психологічної науки. Найширшого розмаху дослідження екоцентрованої свідомості та еколого-орієнтованої поведінки (проекологічної) розпочалися з кінця XX століття енвайронменталістами Заходу та радянськими і пострадянськими екологічними психологами [12].

Характеристики, виокремлення критеріїв та умови проявів особистістю проєкологічної поведінки знаходимо у публікаціях видань «Актуальні проблеми психології. Екологічна психологія» інституту психології ім. Г.С. Костюка, а саме: Панов В.І., Мдівані М.О., Лідська Е.В., Хісамбеєв Ш.Р. (екологічна свідомість є мотивуючим чинником проєкологічної поведінки) [14]; Москвичов С.Г. (середовищеохоронна поведінка як передумова задоволення соціогенних потреб) [4]. Питання формування еколого орієнтованої поведінки у різних контекстах відображені у роботах Ю.М. Швалба, О.Л. Верніка, О.О.Вовчик-Блакитної, О.В. Рудоміно-Дусятської [18], Кряж І.В. [8; 9], Львовчкіної А.М. [10], Скребця В.О [15] та інших.

Початок 80-х років зазначився як період виникнення нового напрямку – «психології середовища» (Environmental Psychology) [22], який охоплював різноманітні дослідження психологічних ознак взаємодії людини з середовищем. У 1982 році у Единбурзі було прийнято першу міжнародну програму досліджень у цій сфері. В кінці 80-90-х рр. дослідження за напрямом психології інформаційного середовища активізуються (Т. І. Асеньева, Н. Авдеева, Т. Я. Анікеева, О. Н. Багрова, Г. В. Грачев, Г. М. Зараковскій, В. Е. Лепскій, Е. В. Лідская, Л. В. Матвеева, М. О. Мдівані, Є. Б. Моргунов, Ю. В. Мочалова, Г. Л. Смолян, Є. А. Цуканов) [2]. На сучасних пострадянських просторах вперше проблему психології інформаційного середовища порушив Шрейдер Ю.А.: «...інформаційне середовище, сфера – це світ інформації навколо людини та світ її інформаційної діяльності» [19]. Особливе місце серед дослідників психології інформаційного середовища виділяємо Смульсон М.Л., Краснобокий Ю.М., Ткаченко І.А., Басалаєв Ю.М., Басалаєва О.Г., Штанько В.І., Капленко І.О. та ін.

Мета статті полягає у спробі розглянути проблему психологічних особливостей становлення проєкологічної поведінки особистості

через інформаційне середовище оскільки дане питання не достатньо висвітлене у науковому розумінні.

Виклад основного матеріалу. Поведінка як психологічна категорія використовується для позначення виду та рівня активності людини. У людини розрізняють зовнішню активність: рухи, дії, вчинки, висловлювання, вегетативні реакції та внутрішні складові поведінки: мотивація і цілепокладання, когнітивна переробка, емоційні реакції, процеси саморегуляції. Поведінка є процесом взаємодії особистості із середовищем, опосередкованим індивідуальними особливостями і внутрішньою активністю особистості, що виражається у формі зовнішніх дій і вчинків [18]. У психологічних дослідженнях виділяють різну кількість середовищ життєдіяльності людини, одним з яких є інформаційне.

Зі становленням інформаційного середовища елементом навколишнього світу виникає напрям інформаційна екології [21], яка визначає зміст тих концептуальних моделей, що формуються у свідомості [11]. А от атрибутами екологічної свідомості особистості є прояви проєкологічної, чи еколого орієнтованої поведінки. Ключовим завданням інформаційної екології є захист психіки людини від згубного впливу наслідків інформатизації та уникнення формування екологічно деструктивної поведінки – протилежної за суттю до проєкологічної.

Проєкологічна поведінка – це система взаємопов'язаних та взаємозумовлених дій і поривань, які реалізуються через стійку позицію особистості щодо невиснажливого та бережного ставлення до довкілля, ґрунтованого на екологічній освіченості та знаннях науково-природничої картини світу. Проєкологічна поведінка (екоспрямована, еконацілена, екоцентрована), визначається сукупною дією прямих і спонукальних чинників: до перших належить природне середовище, безпосередньо створене людиною технологічне й урбанізоване середовище, технологічні фактори та ін.; до других, спонукальних, - соціальна структура суспільства, рівень розвитку демократії, сутність і структура влади та управління, культурні традиції, моральні норми тощо. Це свідомо, цільова діяльність людини або суспільства, спрямована на

об'єкти, процеси і явища зовнішнього середовища, з якими взаємодіє або планує взаємодіяти людина.

Розглядаючи проєкологічну поведінку людини, сформовану саме інформаційним середовищем, найперше спробуємо пояснити значення цього поняття. Так, в українському законодавстві подається таке визначення: інформаційне середовище - усталене поєднання окремих суб'єктів національного інформаційного простору України, інформаційної інфраструктури та інформаційних ресурсів, що взаємодіють в інформаційних процесах [5]. Інформаційне середовище виділяють в інформаційному просторі як систему соціально значущих і відчужуваних від особистості форм спілкування [17].

На жаль, вчені виділяють ряд негативних психологічних процесів і явищ як наслідків входження суспільства в епоху глобалізації інформації – це і структурні й функціональні зміни у психологічній структурі діяльності людини, і трансформація операційної ланки діяльності та процесів цілепокладання, потребово-мотиваційної регуляції діяльності [1; 13]. У свою чергу, перетворені процеси цілепокладання, в даному випадку екологічного цілепокладання (а саме екологічне самоусвідомлення, екологічна оцінка, екологічне планування, екологічне програмування) [6] трансформують екологічне ставлення та екологічну поведінку. Процес віртуалізації середовища сприяє появі нових, або видозміні існуючих особистісних активностей, і як наслідок, виникають нові поведінкові алгоритми.

Продукти сучасного інформаційного середовища мають властивість швидко змінюватися, розсіюватися, масово тиражуватися. А організм людини не має еволюційно підготовленої норми реакції на докорінні зміни цього середовища [20], що, відповідно, викликає дистрес особистості.

Ще однією, не менш важливою ознакою сучасної людини інформаційного суспільства є її деперсоналізація, чи самовідчуження [3]. Можна припустити, що згідно даного дослідження поряд з псевдопочуттями, псевдобажаннями та псевдомисленням може проявитися і псевдоекологічна поведінка.

Так, вважається що психологічне благополуччя, яке передбачає високий рівень самосприйняття, цілепокладання, розуміння навко-

лишнього середовища, особистісне зростання, самостійність та позитивні відносини має бути вищим у осіб, які часто беруть участь в проєкологічних акціях [22]. На жаль не завжди перебування людини у віртуальному просторі сприяє цьому. Проєкологічна активність особистості проявляється та обмежується віртуальним (уявним) середовищем її здійснення. Як зазначає Смульсон М.Л. особистість набуває т.зв. віртуального досвіду, а реальні і віртуальні світи в сприйнятті стають нероздільними [16].

Не можна також оминати ще один парадокс, пов'язаний з інформаційним простором. Вся пошукова діяльність людини у віртуальному середовищі базується на її власних інтересах та вподобаннях: теле- та радіопередачі фільтруються відповідно до найбільш привабливих, друковані джерела інформації обираються за принципом зацікавленості в тематиці, інтернет-мережа має властивість «запам'ятовувати» побажання пошукача і представляє інформацію з кола його очікувань. Відповідно, можна припустити, що якщо людина з самого початку не схильна до екологічної стурбованості, вона буде оминати чи ігнорувати будь-яку інформацію проєкологічного змісту. Звідси впливає так звана дзеркальність зворотних зв'язків у системі «Людина- Інформаційне середовище» - людина здатна сприймати ту інформацію, на яку свідомо чи підсвідомо налаштована.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Так, інформаційне середовище, що дозволяє зберігати можливість і здатність реалізовувати рішення відповідно до цілей, спрямованих на прогресивний розвиток визначається як стійке. А сам стан рівноваги є основою інформаційної безпеки, зокрема національної [7]. Тому формування безпечної поведінки людини щодо довкілля і самої себе є питанням державного рівня. Саме розробка таких психологічних механізмів формування проєкологічної поведінки особистості, які можна було б ефективно впроваджувати через інформаційне середовище, є нагальним та значущим для сьогодення. Перспективним постає також не менш важливе і нелегке завдання – привернення уваги особистості до екологічних проблем так, щоб ця інформація не викликала автоматичне підсвідоме блокування її сприйняття та мала позитивний практичний ефект у діяльності.

Список використаних джерел

1. Арестова О.Н. Коммуникация в компьютерных сетях: психологические детерминанты и последствия / Арестова О. Н., Бабанин Л. Н., Войскунский А. Е. // Вестник МГУ. Серия XIV. Психология. – 1996. – Вып. 4. – С. 14–20.
2. Бацилєва О. В., Пузь І. В. Навчально-методичний посібник з дисципліни Прикладні аспекти психології: Екологічна психологія для здобувачів вищої освіти освітньої програми «Психологія». - Вінниця, 2019. 195 с. [Електронне видання].
3. Вернік О. Л. Соціальні мережі і самовідчуження особистості / О. Л. Вернік //Актуальні проблеми психології. - 2015. - Т. 7, Вип. 40. - С. 21-32. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsu_h_2015_7_40_4. (дата звернення: 05.05.2020)
4. Екологічна психологія: хрестоматія / за ред. Ю.М. Швалба. – К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. – 224 с.
5. Закон України "Про інформаційний суверенітет та інформаційну безпеку України" [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://uacm.kharkov.ua/ukr/index.shtml?ulaws/usuvetr.htm> (дата звернення: 21.04.2020)
6. Інформаційний вплив: теорія і практика прогнозування : монографія / за ред. П. Д. Фролова; Національна акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2011. – 304 с.
7. Капленко І.О. Особливості національного інформаційного простору України в сучасних умовах//Актуальні проблеми управління інформаційною безпекою держави: зб. тез наук. доп. наук.-практ. конф. (Київ, 4 квітня 2019 р.). [Електронне видання]. – Київ : Нац. акад. СБУ, 2019. – С.310-312.
8. Кряж І. В. Сучасні проблеми екологічної психології: екологічна парадигма сучасного образу життя і світу: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції (17 – 18 травня 2019 року, Харків) / за ред. Ю.М. Швалба. – Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2019. –С. 41-43.
9. Кряж І.В., Андроннікова К.А. Проекологічні установки як прояв екологічної стурбованості особистості. Серія “Психологія”, 2012 Вісник Харківського національного університету № 1009. С. 36-39.
10. Львовчикіна А.М. Екологічна психологія : хрестоматія / за ред. Ю.М. Швалба. – К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. – 224 с.
11. Медведев В.И., Алдашева А.А. Экологическое сознание: Учебное пособие. Изд. второе, доп. - М.: Логос, 2001. -384 с.
12. Несин И. Г. Экологизация сознания как философский аспект энвайронментализма : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. философ. наук: спец. 09.00.11 «Социальная философия» / И. Г. Несин. – Томск, 2003. – 22с.
13. Особливості формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві: монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л.М. Манилова та ін.; за ред. Н. В. Пророк. – Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. – 199 с.

14. Проблема соотношения экологического сознания и экологичности поведения человека/Панов В.И., Мдивани М.О., Лидская Э.В., Хисамбеев Ш.Р./Актуальні проблеми психології. - 2009. - Т.7. - Вип.2. Екологічна психологія. - С.65-68.
15. Скребець В.О. Екологічна психологія у віддалених наслідках екотехногенної катастрофи: Монографія. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2004. – 440 с.
16. Смутьсон М.Л. Психологічні особливості віртуального освітнього середовища [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.newlearning.org.ua/sites/default/files/praci/zbirnyk-2008/10.htm> (дата звернення: 20.04.2020)
17. Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості: монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.О. Вовчик-Блакитна, О.В. Рудоміно-Дусятська [та ін.]; за ред. Ю.М. Швалба. – К.: Педагогічна думка, 2015. – 216 с.
18. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения: учеб.- метод. комплекс /Е.Б. Усова. – Минск: Изд-во МИУ, 2010.
19. Шрейдер Ю. А. Информационные процессы и информационная среда //Науч. и техн. информация. – Сер. 2. – 1976. – № 1. – С. 3–6.20. Штанько В.І., Бордюгова Т.Г. Інформаційне суспільство: соціальнофілософські проблеми становлення: Навч. посібник – Харків: ХНУРЕ, 2012. – С. 114.
20. Felix Stalder. Open Cultures and the Nature of Networks // New Media Center, 2005 [Електронний ресурс] - Режим доступу: http://felix.openflows.com/pdf/Notebook_eng.pdf (дата звернення: 06.05.2020)

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Arestova O.N. Kommunykatyia v kompiuternykh setiakh: psykhologicheskye determinanty y posledstviia / Arestova O. N., Babanyn L. N., Voiskunskyi A. E. // Vestnyk MHU. Seryia KhIV. Psykholohyia. – 1996. – Vyp. 4. – S. 14–20. [in Russian].
2. Batsylieva O. V., Puz I. V. Navchalno-metodychnyi posibnyk z dystsypliny Prykladni aspekty psykhologhii: Ekolohichna psykhologhiia dlia zdobuvachiv vyshchoi osvity osvitnoi prohramy «Psykhologhiia». - Vinnytsia, 2019. 195 s. [Elektronne vydannia]. [in Ukrainian].
3. Vernik O. L. Sotsialni merezhi i samovidchuzhennia osobystosti / O. L. Vernik //Aktualni problemy psykhologhii. - 2015. - T. 7, Vyp. 40. - S. 21-32. - Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsub_2015_7_40_4. (data zvernennia: 05.05.2020) [in Ukrainian].
4. Ekolohichna psykhologhiia: khrestomatiia / za red. Yu.M. Shvalba. – K.: Instytut psykhologhii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2018. – 224 s. [in Ukrainian].
5. Zakon Ukrainy "Pro informatsiinyi suverenitet ta informatsiinu bezpeku Ukrainy" [Elektronnyi resurs] – Rezhym dostupu: <http://uacm.kharkov.ua/ukr/index.shtml?ulaws/usuvetr.htm> (data zvernennia: 21.04.2020) [in Ukrainian].
6. Informatsiinyi vplyv: teoriia i praktyka prohnozuvannia : monohrafiia / za red. P. D. Frolova; Natsionalna akad. ped. nauk Ukrainy, In-t sots. ta polit. psykhologhii. – K. : Milenium, 2011. – 304 s. [in Ukrainian].

7. Kaplenko I.O. Osoblyvosti natsionalnoho informatsiinoho prostoru Ukrainy v suchasnykh umovakh//Aktualni problemy upravlinnia informatsiinoiu bezpekoiu derzhavy: zb. tez nauk. dop. nauk.-prakt. konf. (Kyiv, 4 kvitnia 2019 r.). [Elektronne vydannia]. – Kyiv : Nats. akad. SBU, 2019. – S.310-312. [in Ukrainian].
8. Kriazh I. V. Suchasni problemy ekolohichnoi psykholohii: ekolohichna paradyhma suchasnoho obrazu zhyttia i svitu: materialy KhV Mizhnarodnoi naukovopraktychnoi konferentsii (17 – 18 travnia 2019 roku, Kharkiv) / za red. Yu.M. Shvalba. – Kyiv : Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2019. –S. 41-43.
9. Kriazh I.V., Andronnikova K.A. Proekolohichni ustanovky yak proiav ekolohichnoi sturbovanosti osobystosti. Seriia “Psykhologhiia”, 2012 Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu # 1009. S. 36-39. [in Ukrainian].
10. Lovochkina A.M. Ekolohichna psykholohiia : khrestomatiia / za red. Yu.M. Shvalba. – K.: Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2018. – 224 s. [in Ukrainian].
11. Medvedev V.Y., Aldasheva A.A. Экологическое сознание: Учебное пособие. Yzd. vtoroe, dop. - M.: Lohos, 2001. -384 s. [in Russian].
12. Nesyn Y. H. Экологизация сознания как философский аспект эквIRONMENTALИЗМА : avtoref. dys. na soyskanye uchen. stepeny kand. fylosof. nauk: spets. 09.00.11 «Sotsyalnaia fylosofiia» / Y. H. Nesyn. – Tomsk, 2003. – 22s. [in Russian].
13. Osoblyvosti formuvannia psykholohichnoi kultury pratsivnykiv osvity v informatsinomu suspilstvi: monohrafiia / N. V. Prorok, L. O. Kondratenko, L.M. Manylova ta in.; za red. N. V. Prorok. – Kyiv: Vydavnychy Dim «Slovo», 2017. – 199s. [in Ukrainian].
14. Problema sootnosheniia ekologicheskogo soznaniia y ekologichnosti povedeniia cheloveka/Panov V.Y., Mdyvany M.O., Lydskaia Э.V., Khysambeeв Sh.R./Aktualni problemy psykholohii. - 2009. - T.7. - Vyp.2. Ekolohichna psykholohiia. - S.65-68. [in Russian].
15. Skrebets V.O. Ekolohichna psykholohiia u viddalenykh naslidkakh ekotekhnohennoi katastrofy: Monohrafiia. – K.: Vydavnychy Dim «Slovo», 2004. – 440 s. [in Ukrainian].
16. Smulson M.L. Psykhologichni osoblyvosti virtualnoho osvitnoho seredovyshcha [Elektronnyi resurs] – Rezhym dostupu: <http://www.newlearning.org.ua/sites/default/files/praci/zbirnyk-2008/10.htm> (data zvernennia: 20.04.2020) [in Ukrainian].
17. Sotsialno-psykhologichni zasady stanovlennia ekolohichno oriientovanoho sposobu zhyttia osobystosti: monohrafiia / Yu.M. Shvalb, O.L. Vernik, O.O. Vovchyk-Blakytna, O.V. Rudomino-Dusiatska [ta in.]; za red. Yu.M. Shvalba. – K.: Pedahohichna dumka, 2015. – 216 s. [in Ukrainian].
18. Usova E.B. Psykhologhiia devyantnoho povedeniia: ucheb.- metod. kompleks /E.B. Usova. – Mynsk: Yzd-vo MYU, 2010. [in Russian].
19. Shreider Yu. A. Ynformatsyonnye protsessy y ynformatsyonnaia sreda //Nauch. y tekhn. ynformatsiia. – Ser. 2. – 1976. – № 1. – S. 3–6. [in Russian].

20. Shtanko V.I., Bordiuhova T.H. Informatsiine suspilstvo: sotsialno-filosofski problemy stanovlennia: Navch. posibnyk – Kharkiv: KhNURE, 2012. – S. 114. [in Ukrainian].
21. Felix Stalder. Open Cultures and the Nature of Networks // New Media Center, 2005 [Elektronnyi resurs] - Режим доступу: http://felix.openflows.com/pdf/Notebook_eng.pdf (data zvernennia: 06.05.2020) [in English].

Varava Liudmyla

**PSYCHOTHERAPEUTIC MODEL OF PROVIDING ASSISTANCE TO
PERSONS EXPERIENCING PROLONGED UNCERTAINTY**

The article examines the issue of determining the motivational component and the reasons that prevent an individual from building the meaning of life prospects in a situation of uncertainty, according to the research program of the fundamental scientific topic of the laboratory of environmental psychology "Peculiarities of the transformation of an individual's life prospects in a situation of uncertainty". In general, the theoretical and methodological principles and specifics of the psychological development of the problem of attitude towards oneself and one's own future in conditions of complete violation of the usual life-sustaining forms of life are determined. The socio-psychological conditions and factors of experiencing forced and limited (passive) or readiness for changes and resourcefulness (active) life of an individual in a situation of long-term uncertainty are revealed.

The structure of experiencing long-term uncertainty is proposed under conditions that are connected, first, with the loss and absence of basic life-sustaining forms (namely, housing, work, property, and social ties); secondly, the loss of the meaning-making factor of life as whole and full of meaning. On the basis of the original theoretical model, the possibilities of building psychocorrective and psychotherapeutic programs and developing technologies are considered.

Keywords: *psychological help, personality, experiences, psychotherapeutic model, long-term uncertainty.*