

щодо новин та їх оцінки після перегляду більш позитивні, а довіра до новин про АТО є вищою, тривожна інформація просто не проходить у свідомість. При раціоналізації також очікуються більш оптимістичні новини, але після їх перегляду настає відчуття здивування, горя та страху. Проте, люди з високим рівнем раціоналізації знаходять виправдання тривожних новин у їх мотиваційності.

Висновки. Більше третини досліджуваних мають звичку регулярно дивитися новини про АТО і така сама їх кількість змінила свої звички щодо перегляду новин: з моменту початку АТО почали дивитися більше чи менше новин. Респонденти, що по-різному ставляться до теми АТО, мають відмінності у прояві захисних механізмів. Ті з них, хто оцінює тему АТО як неприємну, сильніше переживає горе ще до початку перегляду новин та оцінює їх як більш актуальні та важливі. Загальна напруженість захисних механізмів не перевищує норму, проте, більше третини вибірки має значення напруженості захистів, що перевищує нормативні показники. Найчастіше використовуються заперечення як недопуск у свідомість тривожної інформації, раціоналізація як пошук розумного пояснення того, що тривожить та проекція як приписування іншим власних неприємних якостей. При цьому існують характеристики сприймання новин, специфічні для різних захисних механізмів.

Перспективи подальших досліджень пов'язані зі з'ясуванням проблеми застосування захисних механізмів для подолання негативних емоційних станів, що виникають при перегляді новин із зони АТО.

Список використаних джерел

1. Зелинский С. А. Информационно-психологическое воздействие на массовое сознание / С. А. Зелинский. – Санкт-Петербург: Издательско-Торговый Дом «СКИФИЯ», 2008. – 280 с.
2. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – Москва: Смысл, 2006. – 21 с.
3. Струкова Е. В. Телевизионные новости: моделирование политической PR-информации : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філ. наук : спец. 10.01.10 "журналистика" / Струкова Е. В. – Ставрополь, 2010. – 189 с.

Отримано 28.11.2015 р.

УДК 316.6

Коробка Л.М.[°]

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, лабораторія психології мас і спільнот, кандидат психологічних наук, доцент, старший науковий співробітник (м. Київ)

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СПІЛЬНОТИ ДО УМОВ І НАСЛІДКІВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ: ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті на основі аналізу розробленості проблеми адаптації в з точки зору різних наукових позицій визначено теоретичні засади дослідження соціально-психологічної адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту. Розглянуто її як складний процес побудови системи продуктивної взаємодії із середовищем в який свій внесок чинять як особа, так і груповий суб'єкт (спільнота), що взаємно адаптуються і творять єдиний

[°] © Коробка Л.М., 2015 р.

адаптивний простір та в результаті якого формується нова позитивна соціальна ідентичність адекватна соціальним змінам, що відбуваються внаслідок воєнного конфлікту. Показано важливість розвитку таких системних якостей як життєстійкість, психологічна пружність, групова ефективність, що розуміються як здатності до побудови продуктивних систем взаємодії та які проявляються в стратегіях адаптації особи/спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація, психологічні умови і наслідки воєнного конфлікту, показники успішної адаптації, спільнота, психологічна пружність, психологічні стратегії адаптації.

В статті на основі аналізу розробаності проблеми адаптації з позиції різних наукових підходів, визначені теоретичні основи дослідження соціально-психологічної адаптації спільнот до умов і наслідків воєнного конфлікту. Розглянуто її як складний процес вистраивання продуктивного взаємодія з середовищем в який свій вклад вносять як особистість, так і груповий суб'єкт (спільнота), які взаємно адаптуються і створюють єдине адаптивне простір в результаті якого формується нова позитивна соціальна ідентичність адекватна соціальним змінам внаслідок воєнного конфлікту. Показана важливість розвитку таких системних якостей як життєстійкість, психологічна пружність, групова ефективність, які розуміються як здатності до побудови продуктивних систем взаємодія, проявляються в стратегіях адаптації особистості/спільнот до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, психологические условия и последствия воюнного конфликта, показатели успешной адаптации, сообщество, психологическая упругость, психологические стратегии адаптации

In the article on the basis of analysis of status of adaptation problem from the point of view of different scientific approaches, theoretical bases of social and psychological adaptation of communities for conditions of war conflict are determined. It is described as a complicated process of forming productive interaction with environment which is influenced both by a person and a group subject (community). They mutually adapt and create unified adaptive space which is resulted in formation of a new positive social identity adequate to social changes due to a war conflict. The article shows importance of such system qualities as vitality, psychological elasticity, group effectiveness that understood as ability for construction of productive systems of interaction revealed in adaptation strategies of a person/community to conditions and consequences of a war conflict.

Keywords: social and psychological adaptation, psychological conditions and consequences of war conflict, indicators of successful adaptation, community, psychological elasticity, psychological adaptation strategies.

Постановка проблеми. Наше суспільство переживає не прості часи – неприхована військова агресія, порушення цілісності країни, значні втрати людей у зоні проведення АТО, вимушене переселення населення із зони бойових дій, втрата людьми домівок, близьких, можливість жити і працювати звичним життям. Значна частина населення переживає душевні і фізичні втрати, відчуває постійний страх за себе, своїх близьких, розгубленість, загострення стресових розладів, складність адаптації до нових умов існування. Воєнний конфлікт триває, а час та спосіб його розв'язання важко передбачити, в наслідок чого відбувається посилення тривожних настроїв в суспільстві, страху, розчарування, дезадаптації. На відміну від локальних катастроф, ситуація воєнного конфлікту та соціального протистояння може бути охарактеризована як гуманітарна катастрофа, яка представляє конфлікт непримиримих цінностей та яка впливає чи не на кожен людину, змінює життя мешканців селищ, міст, регіонів, країни в цілому, розповсюджується та несе загрозу маргіналізації і криміналізації суспільства, виникнення депресивного середовища, формування травмованої спільноти.

Актуальність проблеми зумовлено потребою соціально-психологічного

пояснення труднощів функціонування українського суспільства в умовах воєнного конфлікту. Воєнний конфлікт, що відбувається сьогодні в Україні, впливає на усі сфери життєдіяльності людей і змушує їх неперервно адаптуватися до суспільних змін, спричинених цим конфліктом, що вимагає нових підходів до проблеми адаптації та вироблення психологічних стратегій адаптації не тільки конкретної людини, а й різних спільнот до умов і наслідків воєнного конфлікту, але на сьогодні гостро бракує соціально-психологічних досліджень цієї проблеми.

Мета. На основі теоретичного аналізу проблеми адаптації визначити теоретичні засади дослідження соціально-психологічної адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Виклад основного матеріалу. Підґрунтям дослідження соціально-психологічної адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту виступають загальні положення висунуті провідними вітчизняними та зарубіжними науковцями. Одними з провідних постають положення концепції соціальної травми (П.Штомпка), за якою негативні чинники катастрофи як ситуації доцільно трактувати як симптоми соціальної травми, а характер їх впливу на життєдіяльність людей – як соціально травматичний та враховувати наскільки соціальне зрушення може змушувати різні групи й особистість до відновлювальних (адаптивних) зусиль [1].

Згідно з концепцією соціальної травми негативні чинники катастрофи як ситуації, (до якої ми відносимо, зокрема, воєнний конфлікт) доцільно трактувати як симптоми соціальної травми, а характер їхнього впливу на життєдіяльність людей – як соціально травматичний і враховувати, наскільки соціальні зміни можуть зменшувати життєтворчу здатність спільноти та наскільки соціальне зрушення може змушувати особистість і спільноти до відновлювальних, тобто адаптивних зусиль [1; 2].

Згідно з П.Штомпкою, травматичні зміни діють на різні компоненти соціуму нерівномірно: «...у кожній травмі є центральні групи, які глибоко переживають і сприймають її, та периферійні групи, для яких вона – неістотна, маргінальна ... Вплив тих самих потенційно травматичних подій (ситуацій) може бути якісно протилежним для різних груп» [1, с. 13].

Різновиди поведінкового реагування людей на події, пов'язані, зокрема з воєнними діями, зумовлюють соціальні зрушення, зміни в різних спільнотах (соціальних осередках), що, в свою чергу, змушує особистість до адаптації в її соціально-психологічному аспекті, як процесу ознайомлення особи з новими соціальними осередками, новими взірцями поведінки, цінностями і нормами та звикання до них.

Наукові пошуки щодо вирішення проблеми соціально-психологічної адаптації та вироблення психологічних стратегій адаптації спільноти до умов та наслідків воєнного конфлікту ґрунтуються на аналізі стану розробленості проблеми адаптації в психології, сутності соціально-психологічної адаптації з точки зору різних наукових позицій та підходів.

Значущість поняття адаптації для психології особистості обґрунтував Г. Балл, відзначаючи необхідність його трактування не у вузькому сенсі (як пристосування до середовища), а в широкому – як єдності взаємозумовлених протилежно спрямованих процесів зрівноважування суб'єкта із середовищем [3]. Сучасні дослідники розглядають явище соціально-психологічної адаптації як рух

від пасивного пристосування до побудови системи продуктивної взаємодії особистості і середовища та визначають її як активний процес використання суб'єктом стратегій і способів оволодіння ситуацією, в який свій внесок чинять як особистість, так і інший (індивідуальний чи груповий) суб'єкт, які взаємно адаптуються і творять єдиний адаптивний простір [2; 3; 4; 5].

Теоретичним підґрунтям дослідження соціально-психологічної адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту постають загальні положення про: адаптацію та адаптивні характеристики особистості (Г.Балл, Ф.Березін, О.Кокун, Л.Лепіхова, О.Мороз, А.Налчаджян, С.Посохова, В.Розов, Т.Титаренко, А.Фурман); адаптацію особи в умовах суспільних трансформацій (Є.Головаха, О.Донченко, О.Лактіонов, В.Моргун, Н.Паніна, О.Солодухова, Т.Титаренко); соціальну адаптацію як безперервний процес, пов'язаний із кардинальними змінами діяльності індивіда та його соціального оточення (О.Асмолов, І.Булах, В.Гриценко, В.Казначєєв, В.Лебедев, О.Леонтьєв, К.Обуховський, Г.Хомич та ін.); адаптацію як процес поступового перетворення суспільних норм та ідеалів в особистісні установки й цінності (Г.Д'яконов, М.Єрмоленко, О.Мороз, Г.Ковальов, Л.Шпак); адаптацію як процес входження особистості в малу групу, засвоєння норм, відносин, знаходження певного місця в структурі групових відносин (І.Георгієва, П.Горностай, Л.Чорна, Г.Циганенко); про групу як активного учасника адаптивної взаємодії, так звану, «адаптивну здатність групи (А.Хохлова), а також спільноту як структурну одиницю суспільства і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі (В.Васютинський); адаптацію особи в складних життєвих ситуаціях як результат оволодіння цією реальністю, який супроводжується позитивними змінами на рівні особистості, групи, соціуму (О.Нестерова, R.Tedeschi, L.Calhoun, S.Joseph, P.Linley, C.Peterson, N.Park, N.Pole, M.Seligman); адаптацію як вибір альтернативних стратегій поведінки у таких ситуаціях чи умовах, які вимагають зміни взірців, способів поведінки і оцінки зовнішніх подій та критерії визначення цих стратегій (Є.Вітенберг, Р.Лазарус, В.Москаленко, О.Посипанов, М.Ромм, Т.Ронгінська, та ін.).

В західній психології проблеми адаптації людини розробляються на базі необіхевіоризму (Н.Міллер, Дж.Даллард, Р.Сірс) та відгалужень психоаналітичної психології, пов'язаних із культурною антропологією (Р.Бенедикт, М.Мід), психосоматичною медициною (Ф.Александр, Т.Френч); сучасних теорій адаптації і зараджувальної поведінки (М.Chaturvedi; L.Kahle, R.Lazarus; S.Folkman; R.H.Moos, J.A.Schaefer); позитивної психології, яка розглядає адаптацію як процес «позитивної адаптації» чи «посттравматичного зростання» особистості в складних життєвих ситуаціях (R.Tedeschi, L.Calhoun, S.Joseph, P.Linley, C.Peterson, N.Park, N.Pole, M.Seligman).

Однак за наявності значної кількості соціологічних, психофізіологічних, загальнопсихологічних досліджень недостатньо вивченим, зокрема, залишається соціально-психологічний контекст адаптації особи і спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту та вироблення психологічних стратегій адаптації до них.

Для нашого дослідження в цьому контексті також цінним є практичний досвід психологічної роботи із населенням в країнах, що переживають наслідки воєнного конфлікту (Ізраїль, Грузія), який свідчить про необхідність працювати не тільки із самими постраждалими внаслідок війни, а й з їхніми родинами, спільнотами, з країною в цілому; підвищувати їхню психологічну пружність, яка

складається із довіри до влади, одне до одного, залежить від знань і розуміння своїх безпекових можливостей і ресурсів (М.Дорон, Д.Джавахишвили, Н.Сарджвеладзе).

Також суттєві напрацювання щодо проблеми надання психологічної допомоги мешканцям України, які протягом тривалого часу перебувають в умовах неоголошеної війни представлено науковими співробітниками Інституту соціальної та політичної психології НАПН України О.Вознесенською, В.Климчуком, О.Осадько, О.Плеткою, М.Сидоркіною, Т.Титаренко, Ю.Чаплинською, Г.Циганенко та іншими [6]. Досвід практичної допомоги військовим і цивільним особам нагромаджений українськими психологами під час Революції гідності і російсько-українського конфлікту також потребує наукового узагальнення.

Отже, в сучасних дослідженнях явище соціально-психологічної адаптації розглядається як складний процес, що розуміється не просто як взаємне пристосування індивіда і середовища, а як об'єднання їх у новій системі більш високого рівня організації. Нова система виникає в результаті активної взаємодії індивіда і середовища і передбачає взаємні двосторонні зміни. Теоретичний аналіз досліджень соціально-психологічної адаптації дозволяє визначити її як складний багатомірний процес взаємодії, в результаті якого формується нова позитивна соціальна ідентичність, що адекватна соціальним змінам, які, зокрема, відбуваються внаслідок воєнного конфлікту; як процес розвитку потенціалу особи і спільноти при включенні членів спільноти в систему міжособистісних відносин, в соціально-політичне життя суспільства та знаходження умов для реалізації потреб у самоповазі й самореалізації.

У якості *показників* успішної соціально-психологічної адаптації на *груповому* рівні можуть виступати: задоволеність відносинами із оточенням, позитивна соціально ідентичність, позитивний образ «Ми» і «Вони», міжгрупова толерантність. На *особистісному рівні* – актуалізація потреб в самоповазі та самоактуалізації, задоволеність діяльністю, сенсом життя, висока активність, емоційна стабільність, інтернальний локус-контролю.

У соціальному сенсі процес адаптації визначається *комунікацією* в соціумі. *Усвідомлення/неусвідомлення* ситуації є однією з основних координат моделювання соціальної адаптації спільноти, а *когнітивний, комунікаційний та поведінковий* аспекти виступатимуть основними аспектами вияву її активності/пасивності.

Соціально-психологічна адаптація до умов воєнного конфлікту відбувається як адаптація до соціально напруженого середовища, що постійно змінюється, тому важливо змістити акцент із стану адаптованості на властивості адаптивності особи і спільноти, які пов'язані із такими конструктами як життєстійкість, психологічна пружність, групова ефективність. Зокрема психологічна пружність особи/спільноти постає як здатність долати наслідки війни, як травми та повертатися до звичного способу життя [7]. При цьому слід говорити про психологічну пружність не тільки окремої особи, а й спільноти та цілого суспільства.

Розгляд процесу соціально-психологічної адаптації до умов наслідків воєнного конфлікту як взаємодії передбачає розвиток саме таких системних якостей спільноти як життєстійкість, психологічна пружність, групова ефективність

тощо. Ці системні якості мають різний рівень розвитку на різних етапах соціально-психологічної адаптації, та розуміються як здатності до побудови продуктивних систем взаємодії. Така здатність проявляється в стратегіях поведінки, які використовує особа/спільнота в процесі адаптації до нових умов, зокрема до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Стресо- та життєстійкість, ефективні психологічні стратегії, групова ефективність, психологічна пружність, соціальна підтримка постають чинниками так званої «позитивної» адаптації.

Дослідження в рамках позитивної психології дозволяють виокремити три напрямки позитивних змін, що відбуваються в результаті переживання життєвих криз (до яких відносяться смертельно небезпечні захворювання, тяжкі особисті втрати, втрати житла внаслідок стихійного лиха, катастрофи, а також воєнні конфлікти), які пов'язані із мобілізацією прихованих можливостей; сприяють зміцненню відносин між людьми; змінюють життєві пріоритети особи, що відбуваються на екзистенційному рівні, відносно сьогодення, майбутнього тощо (R.Tedeschi, L.Calhoun, S.Joseph, P.Linley, C.Peterson, N.Park, N.Pole, M.Seligman).

В цьому контексті адаптація ж розглядається як процес «позитивної адаптації» чи «посттравматичного зростання» особи в складних життєвих ситуаціях. Позитивна адаптація відбувається не просто як результат травмуючих подій, а як результат оволодіння особою/спільнотою цією реальністю, що переважно визначається зусиллями, які було витрачено для цього.

Позитивна адаптація робить акцент на тому, що було отримано в процесі долання труднощів та на тому, що не було втрачено незважаючи на травму завдяки адаптивності, психологічній пружності, життєстійкості тощо. Отримане в процесі долання труднощів можна охарактеризувати як позитивні зміни: в прийнятті себе (підвищення самооцінки, віднесення себе не до статусу жертви, а до тих хто вижив, усвідомлення цінності життя); в міжособових стосунках (відкритість, щирість, довіра, підтримка); цінностей (життєві пріоритети, духовне зростання, мудрість).

Так звана трирівнева детермінація на рівні суспільства, спільноти, особистості, дозволяє говорити про критерії позитивної адаптації на рівні: соціуму – позитивне соціальне самопочуття, включеність/соціальна активність; груп – позитивні міжособистісні стосунки, задоволеність соціальною підтримкою, яка забезпечує особі належність до групи, ідентифікацію з нею та є надзвичайним соціальним, матеріальним та психоемоційним ресурсом, конструктивні стратегії адаптації спільноти; особистості – конструктивні стратегії зараджувальної поведінки, суб'єктивна задоволеність якістю життя, наявність смислів і життєвої перспективи тощо.

Допомога в усвідомленні такого посттравматичного зростання сприятиме оптимізації соціально-психологічної адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту. До результатів такої адаптації можна віднести покращення відносин між людьми, взаємопідтримка, відкриття нових перспектив, розширення можливостей, підвищення цінності життя та задоволеності ним.

Існування загальних тенденцій і повторюваність деяких ознак, що відмічається протягом історії розвитку поняття адаптації в подальшому дають підстави для побудови концептуальної моделі соціально-психологічної адаптації

спільноти до умов та наслідків воєнного конфлікту; створення класифікації психологічних стратегій адаптації спільноти та вироблення *ефективних стратегій її адаптації* до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Вироблення психологічних стратегій адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту буде досліджено в різних сферах індивідуальної та колективної життєдіяльності та, зокрема, в процесі ціннісного порозуміння, зміцнення громадського здоров'я, підвищення психологічної безпеки, опрацювання травматичного досвіду, застосування медіапрактик, трансформації соціального капіталу тощо в процесі виконання науково-дослідної роботи науковцями лабораторії психології мас і спільнот ІСПП НАПН України в 2016-2018 роках.

Висновки. Таким чином розробка теоретико-методичних засад дослідження соціально-психологічної адаптації спільноти, застосування та переінтерпретація відповідних теоретичних положень в контексті адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту дозволить виробити психологічні стратегії адаптації, які постануть науково-обґрунтованою основою для активізації колективних зусиль із підвищення рівня індивідуальної та колективної адаптації, стануть потужним інструментом запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту на двох рівнях – спільноти як структурної одиниці суспільства і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі. Вбачаємо, що отримані наукові результати та їх упровадження сприятимуть розвитку громадянського суспільства в Україні, подоланню негативних соціально-психологічних наслідків воєнного конфлікту та суспільно-політичних протистоянь.

Список використаних джерел

1. Штомпка П. Социальное изменение как травма / П. Штомпка // Социологические исследования. – 2001. – № 1. – С. 6-16.
2. Ходорівська Н. Групова адаптація в умовах соціальних змін / Н.Ходорівська // Соціальні виміри суспільства. – К.: Інститут соціології НАНУ, 1999. – Вип. 3. – С. 92-104.
3. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологи личности / Г.А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92-101.
4. Миграционные процессы и проблемы адаптации: Коллективная монография (авторский коллектив: А.А. Бучек, В.В. Гриценко, В.В. Константинов, Н.М. Лебедева, Н.В. Молчанова, Т.Н.Смотров, А.Н. Татарко. Пенза: ПГПУ им. В.Г.Белинского, 2009. – 184 с.
5. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу: метод. рек. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології; за наук. ред. Т.М.Титаренко. – К. : Міленіум, 2010. –84с.
6. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій : зб. статей / Ін-т соціальної та політичної психології ; Представництво Польської академії наук у м. Києві ; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. –К. : Міленіум, 2015. – 150с.
7. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни [Електронний ресурс] / Оксана Шклярська. – Режим доступу : http://www.aratta-ukraine.com/text_ua.php?id=3373.

Отримано 22.11.2015 р.