

## ІНДИВІДУАЛЬНІ І КОЛЕКТИВНІ СТРАТЕГІЇ АДАПТАЦІЇ МЕШКАНЦІВ МІСЬКИХ ГРОМАД ДО ЖИТТЯ В ПЕРІОД ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

*В. О. Васютинський (м. Київ)*

За методом напівстандартизованого інтерв'ю опитано 150 осіб – мешканців трьох малих міст у Донецькій, Дніпропетровській та Вінницькій областях. Виявлено чотири типи стратегій індивідуальної і колективної адаптації до умов воєнного конфлікту. Установлено, що в змісті такої адаптації домінують малоефективні стереотипні переживання. Із найбільшою готовністю респонденти, особливо старшого віку, обговорюють свої матеріальні та супутні їм проблеми, наголошують на власній безпорадності, обґрунтовують притаманний самим собі песимізм, шукають самовиправдання та винуватців свого скрутного становища. Менш поширеними є стратегії стереотипних діянь (намагання давати раду проблемам, інтенсифікуючи звичні й зрозумілі способи поведінки) або трансформаційних переживань (спроби вийти за межі психологічного комфорту, який має вигляд хоч і негативних, але знайомих емоцій і почуттів). Найменше респонденти вдаються до трансформаційних діянь – найбільш ефективних стратегій зараджування проблемам, які передбачають принципову зміну свідомості й поведінки в напрямі активного пошуку та реалізації нових способів життєдіяльності.

**Ключові слова:** стратегії адаптації, стереотипні переживання, стереотипні діяння, трансформаційні переживання, трансформаційні діяння.

**Постановка проблеми.** Перебування українського суспільства в умовах воєнного конфлікту на Донбасі принципово змінило спосіб життя громадян – як індивідуального, так і колективного. З'явилася раніше не переживана потреба адаптуватися до нових умов життєдіяльності, віднайти засоби зараджування економічним, політико-ідеологічним, соціально-психологічним проблемам. Кинуті у вир подій, громадяни по-різному, але змушені шукати шляхи пристосування до драматичних переживань, труднощів і небезпек. Таке пристосування відбувається у двох основних контекстах – особистому і громадському, що тісно взаємодіють між собою та взаємозумовлюються.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Автори британсько-канадського психологічного дослідження проблем миру і конфліктів на основі теорії соціальної ідентичності наполягають на потребі розуміння історичного та соціально-політичного контексту. Вони зазначають, що належить контекстуально обґрунтовувати втручання і стратегії профілактики, які показують силу теорії соціальної ідентичності [4].

Про стратегії індивідуального і соціального контексту пише В. де Флоріо. Індивідуально зорієнтовані стратегії передбачають невелику кількість взаємодій з іншими структурами, тоді як соціально-контекстні стратегії спираються на багатші форми взаємодії та взаємин. Стратегії індивідуально-контекстні мають низку обмежень, які можна зняти тільки в разі включення їх у соціальний контекст. Для кращого розуміння колективних стратегій треба взяти до уваги три аспекти. Перший аспект визначає якість поведінки – від простих реакцій до складних стратегій на основі співпраці і конкуренції. Другий аспект пов'язаний з особливостями особи і соціальної організації, у межах якої вона діє: навіть просте згуртування людей може підвищувати рівень складності поведінки соціальних організацій. Третій аспект стосується до ієрархії, контролю, зворотних зв'язків, узгодження дій [1].

Аналізуючи причини міграції під впливом кліматичних змін та виснаження землі, група німецьких дослідників розглядає її як адаптивну стратегію родин або господарств задля урізноманітнення прибутків. Певною мірою це може мати місце й на рівні громад. Вони відзначають відмінність між адаптивною і зараджувальною поведінкою. Якщо перша є довгостроковою стратегією перенесення прибутків домашнього господарства на більш широку основу, то друга – це радше безпосередня відповідь на погані умови. Умови, які спонукають сім'ї думати про стратегії адаптації, не слід зводити до екологічних і кліматичних впливів, потрібно враховувати й політико-економічні умови [3].

М. Мельгар проаналізувала конкретні випадки боротьби локальних спільнот у Гватемалі за право розпоряджатися своїми природними ресурсами. У цій боротьбі спільноти вдаються до низки стратегій колективної адаптації: ізоляція від впливу зовнішніх агентів, незаконна діяльність, прийняття організації з боку зовнішніх агентів, коренізація у формах, нав'язаних державою, насильство і громадянська непокоря [5].

У ґрунтовній праці, присвяченій психології місця, польський психолог М. Левицька зазначає, що об'єктом найсильнішої прив'язаності, поряд із власною домівкою, є місто – найбільш стабільний порівняно з межами країн пункт на мапі [2, с. 42]. (Вочевидь в українській художній і публіцистичній традиціях роль такого місця частіше приписують селу, що в сучасних умовах великою мірою набуває дедалі архаїчнішого змісту). Місто, містечко (селище), село – населений пункт, поселення – це те місце, із яким найчіткіше асоціюється локальна спільнота людей, або громада. Термін “громада” має не лише юридичний зміст, що закріпився останніми роками, а насамперед психологічний – як поселенська сукупність людей і їхнє середовище, у якому відбувається життєдіяльність більшості пересічних громадян.

**Нерозв'язаною залишається проблема** визначення спільного психологічного змісту індивідуальних і колективних стратегій адаптації в

загальному соціальному контексті функціонування спільноти. Тому **метою статті** стало виявлення найбільш типових уявлень мешканців локальних спільнот (громад) про способи їхньої поведінки та реагування на обставини життя у воєнний період і накреслення на цій основі структурно-логічної схеми стратегій адаптації спільноти до умов воєнного конфлікту.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емпірична частина дослідження мала вигляд опитування мешканців трьох міст у різних регіонах України. У липні 2017 р. було опитано по 50 респондентів у містах Добропіллі Донецької обл., Синельниковому Дніпропетровської та Могилеві-Подільському Вінницької обл. Ці міста було обрано, по-перше, на засаді подібності: вони мають статус міст обласного підпорядкування та практично однакову кількість населення (31–32 тис.). По-друге, ішлося про відмінності для подальшого порівняння, бо відповідні регіони мають різне становище з огляду на події на Донбасі.

Добропілля міститься в західній частині Донецької обл. на підконтрольній Україні території. Безпосередньо воєнні дії зачепили місто один раз у вигляді артилерійського обстрілу, проте загроза вторгнення російсько-сепаратистських військ існувала досить довго. Синельникове розташоване в центральній частині Дніпропетровської обл. Під час розгортання подій на Донбасі у 2014 р. жителі області активно протистояли діям сепаратистів та російській воєнній агресії. Могилів-Подільський – на південному заході Вінницької обл. на кордоні з Молдовою. Як і більшість території України, це місто є досить далеко від арили бойових дій, але воєнний конфлікт зачіпає його жителів через інформаційні потоки та безпосередню участь містян в АТО, кільканадцятьоро з яких загинуло.

Статеву-вікову структуру вибіркової сукупності загалом та по кожному місту було зорієнтовано на загальну структуру міського населення України (жінки становили 50,7%; за віком респонденти розподілилися таким чином: від 18 до 29 років – 20,7%, від 30 до 49 – 38%, 50 років і старші – 41,3%).

Як основний метод було застосовано напівстандартизоване інтерв'ю. Респондентам ставили сім запитань: 1) Як вам живеться? (Насамперед для встановлення контакту та входження в контекст інтерв'ю, а також щоб спровокувати прояв когнітивної або емоційної домінанти). 2) Як змінилося ваше життя за три останні роки? (Не підкреслювано, що йдеться про період війни, респондент сам вирішував, чи це для нього є важливим). 3) Як ви справляєтеся з труднощами, даєте собі раду? (Тут і в наступних запитаннях малося на увазі, що респонденти прямо чи непрямо розкриватимуть зміст стратегій своєї адаптації. Про труднощі говорила абсолютна більшість опитаних. Тим небагатьом, хто про них не згадував, ставили запитання про те, як вони розв'язують свої проблеми). 4) Як за три останні роки змінилося життя людей із вашого оточення? (Часом тре-

ба було робити уточнення, що мова про два-три десятки людей, яких респондент найкраще знає, із якими найчастіше спілкується). 5) Як ці люди з вашого оточення справляються з труднощами, дають собі раду? 6) Як за три останні роки змінилося життя мешканців вашого міста? 7) Як мешканці міста справляються з труднощами, дають собі раду?

Отримані відповіді було проаналізовано за допомогою контент-аналізу. За його результатами виділено 78 семантичних одиниць, із яких 11 стосувалися до загальних життєвих постав респондентів, 30 – до оцінки власного життя, 37 – життя громадського.

Серед загальних постав найчіткіше проявилось критичне, аж до вкрай негативного, ставлення до державної влади – Президента, уряду, парламенту: відповідні оцінки дали 14% респондентів. Ще три постави набрали по 10%: констатація складного становища в країні, наголошування на винятковій важливості матеріальних чинників (“матеріальне – головне, усе залежить від нього”), наполягання на безпорадності людей (“ніхто нічого не може зробити”). Протилежну до останньої думку “хто хоче, той працює і заробляє” висловили 6,7% опитаних. Про війну як важливий чинник їхнього життя згадали (лише) 5,3% респондентів.

Відповідаючи на запитання про те, як їм живеться, більшість респондентів формулювала певну оцінку, яку можна було інтерпретувати за 5-бальною шкалою (від “дуже добре” до “дуже погано”). Якщо оцінка не була чіткою, інтерв’юер ставив уточнювальні запитання, аби з’ясувати її місце на шкалі. Отримано такий розподіл: “дуже добре” – 6%, “добре” – 18, “середньо” – 28, “погано” – 40, “дуже погано” – 8%. Аналогічно отримано відповіді на запитання про те, як змінилося життя за три роки: “на краще” – 14,7%, “не змінилося” – 30, “на гірше” – 55,3%. Вислови 10% респондентів містили опис різних варіантів психологічного комфорту, а 14% – дискомфорту.

Говорячи про конкретні життєві проблеми, респонденти найчастіше (66%) наголошували на матеріальних труднощах. Ця проблема становить виразну емоційну домінанту їхніх настроїв. Часто-густо її обговорюють бурхливо, докладно, перераховуючи різні аспекти (пенсії, ціни, тарифи тощо). Цілком очевидною була істотна стереотипізація відповідних оцінок і реакцій.

Наступною за значенням (із великим відривом від попередньої) є проблема здоров’я (20,7%), що, зрозуміло, характерніша для осіб старшого віку і часто поєднується з наріканнями на дорожнечу ліків і медичного обслуговування. Далі йдуть труднощі з працевлаштуванням (18%) та сімейні проблеми (10%; як правило, без конкретизації їхнього змісту). На своїх особистих переживаннях через війну наголошували 8% опитаних.

З-поміж способів зараджування цим своїм проблемам респонденти найчастіше називали різного роду додаткові заробітки (32,7%), звичайну трудову зайнятість (26%; зрозуміло, що тих, хто працює, було більше, але

вони, очевидно, не трактували свій сталий заробіток як очевидний спосіб упоратися з матеріальними проблемами), прибутки від домашнього господарства (15,3%), різні варіанти економії (10,7%). Частина опитаних (13,3%) заявила, що не має особливих проблем або самостійно й успішно їх розв'язує. У відповідях 10,7% респондентів ішлося про різноманітні способи психологічної саморегуляції (молитва, медитація, коригування настрою).

Для структурування поглядів респондентів на власне життя і свою позицію в ньому ми застосували процедуру факторного аналізу. За його результатами планували виявити зміст уявлень громадян про можливі стратегії адаптації, до яких вони вдаються як представники локальних спільнот під впливом воєнного конфлікту. Для відповідної обробки було взято 23 ознаки, що описують особистісні погляди та самооцінні вислови. (Ураховано ознаки, які було подано не менш як десятьма особами, а також додано ознаку, де відповідей було менше, – про війну). Виділилися сім факторів із загальною дисперсією 54,9%.

Перший фактор “переживання через матеріальні проблеми” (вклад у дисперсію 15%) відображає стійку емоційну домінанту у свідомості громадян. Фінансово-матеріальні труднощі становлять головний предмет їхніх турбот і причину знегод. Належить зазначити, що такі переживання істотним чином поєднуються з недостатньою спроможністю справлятися з труднощами, свідченням чого є перебування на протилежному до них полюсі готовності респондентів самостійно та ефективно розв'язувати свої проблеми.

Така “екстернальна безпорадність” у частини громадян набуває статусу диспозиційної психоідеологеми, що проявилася в змісті другого фактору (9,7%). Усвідомлюючи складність власного та суспільного становища, вони намагаються інтерпретувати його як об'єктивну щодо них обставину, на яку самі вони впливу не мають, бо “нічого зробити не можна”, “в усьому винна влада”, “у країні важка ситуація”.

“Переживання через війну” лягли в основу третього фактору (7,3%). Хоча, як зазначено вище, відповідні вислови не були надто частими, проте оцінка цієї обставини виявилася досить вагомою смисловою одиницею. Зосередження на факті війни спричиняє психологічний дискомфорт, а також проблематизує стосунки з оточенням.

Четвертий фактор (6,2%) увиразнив здатність до “особистісно-сімейного саморегулювання”. Тут респонденти найчастіше говорили про наявність сімейних проблем і застосування засобів психологічної саморегуляції.

П'ятий фактор (5,9%) відображає “брак перспектив”: констатація труднощів із працевлаштуванням поєднувалася з намаганням економити як способом (радіше пасивним) зарадити проблемам.

До шостого фактору (5,5%) увійшли ознаки “сімейно-особистісної гармонії”, що характеризують наявність добрих сімейних стосунків та психологічного комфорту.

У змісті сьомого фактору (5,3%) протиставилися дві позиції: “рутинна безпорадність – енергійна наполегливість”. На одному полюсі – намагання “просто працювати”, як і раніше, що поєднується з підкреслюванням важливості матеріальних чинників. На другому полюсі – прагнення шукати додаткових заробітків, із яким позитивно корелює переконання в можливості дати собі раду, якщо намагатися щось робити.

Оцінки того, як змінилося життя оточення, виявилися подібними до оцінок змін власного життя респондентів: змінилося “на краще” – 14%, “не змінилося” – 25,3, “на гірше” – 60,7%. Про посилення психологічного комфорту людей навколо себе заявили 5,3%, дискомфорту – 12,7%.

Названі респондентами головні проблеми оточення назагал схожі на їхні особисті. Тут також, хоч і дещо менше, домінують матеріальні труднощі (46,7%). Наступні – це безробіття (14,7%) та здоров’я (10%). Те, що люди навколо переживають через війну, констатували 8,7% опитаних.

Справляючись зі своїми проблемами, люди з оточення, на думку респондентів, насамперед шукають додаткових заробітків (52,7%), виїжджають на заробітки до великих міст або за кордон (32,7), просто “працюють” (28), займаються домашнім господарством (23,3), торгують (17,3), економлять (15,3%). Доволі популярними були відповіді на кшталт “виживають як можуть”, “крутяться”, “стараються” – їх дали 23,3%. Коли ж респондентів просили такі відповіді конкретизувати, не всі могли це зробити.

Про те, що в їхньому оточенні є люди, які започаткували власну справу, повідомили 16% опитаних. Частіше, однак, ішлося про те, що люди нічого не роблять (29,3%), а також живуть, як і раніше (10%), або байдкують, пиячать (11,3%).

Про різні варіанти взаємодопомоги, здебільшого родинної, було сказано у 12,7% відповідей.

Цікавий аспект даних респондентами оцінок стосувався до загальноміських процесів упорядкування (дороги, зупинки, парки тощо), на які звернули увагу 45,3% респондентів. (З особливим ентузіазмом про це говорили мешканці Добропілля (80%), схвалюючи діяльність нового міського голови). Вони, як правило, зазначали, що такі зміни добре впливають на життя містян. Водночас ще 6,7%, також констатуючи позитивні зрушення в стані міст, підкреслювали, що це не має особливого значення. У цьому самому контексті належить відзначити, що 16,7% опитаних вели мову про зміни в поведінці співгромадян як позитивний відгук на ініціативи місцевої влади: люди активніше прибирають, менше сміять, виходять на суботники.

Описаний розподіл думок та оцінок відображає загальну картину настроїв і поведінки, які домінують у відповідному середовищі. Зміст і

структуру стратегій колективної адаптації членів спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту ми шукали за допомогою факторного аналізу. Його проведено в просторі 26 ознак – оцінок респондентами свого оточення (що проявилися в не менш як десятих відповідях). Виділилися 8 факторів із загальною дисперсією 51%.

Оцінки оточення виявилися більш суперечливими, ніж самооцінні вислови: шість факторів із вісьмох є двополюсними.

У першому факторі (вклад у загальну дисперсію 8,7%) ідеться про те, що люди з оточення “підтримують позитивні дії місцевої влади” або “нарікають на владу”. Найяскравіше це проявилось в оцінці процесів упорядкування міст: більшість респондентів поставилася до цього схвально, але частина його знецінювала.

Другий фактор (8%) містить протиставлення “значущості матеріальних проблем” і “взаємодопомоги”. Велика частина опитаних зосередилася на фінансово-матеріальних труднощах життя оточення, натомість невелика – на значенні допомоги, що її в цих важких умовах громадяни надають одні одним.

Згідно з ознаками третього фактору (6,5%), люди з оточення респондентів або “виживають як можуть” (здебільшого економлячи), або “займаються своїми сім’ями”. Очевидно, спілкування із сім’єю допомагає психологічному відстороненню від драматизму злиденного життя.

Четвертий фактор (6,3%) відображає поведінку оточення в межах звичних, психологічно доступних способів: одні люди “намагаються жити, як раніше”, другі “нічого не роблять”.

Лише в п’ятому факторі (5,9%) з’являються ознаки власної активності оточення: деякі з них “діють самостійно” – відкривають свій бізнес або виїжджають на заробітки, натомість інші просто “підтримують дії влади”.

Активну позицію оточення віддзеркалює зміст шостого фактору (5,4%): люди “намагаються заробляти” – торгують, ведуть домашнє господарство.

У сьомому факторі (5,2%) об’єдналися “супутні труднощі” матеріальних негараздів – безробіття та проблеми зі здоров’ям.

Нарешті, у восьмому факторі (5%) проявилися воєнні проблеми: якщо, на думку опитаних, одні “переживають через війну”, то другі “байдують і пилять”.

Узагальнення описаних респондентами способів поведінки та реагування дало підстави для виділення двох біполярних векторів, за якими утворюються стратегії адаптації особи і спільноти. Перший вектор означає стереотипізацію або трансформацію поведінки. Другий – переживання або діяння. Відтак можна говорити про чотири варіанти стратегій: стереотипні переживання, стереотипні діяння, трансформаційні переживання, трансформаційні діяння.

Стереотипні переживання – стратегія найпоширеніша, сказати б, найпопулярніша. Вона виникає легко й швидко, є звичною й доступною. На індивідуальному рівні проявляється в наріканнях на труднощі, скаргах, пошуку самовиправдання, безплідному копанні в проблемах. У колективному ракурсі йдеться про емоційно насичене обговорення (радіше проговорювання) проблем, пошук винуватців, критику влади. Домінують песимізм, почуття безпорадності, понура оцінка стосунків з оточенням. Засоби психологічної саморегуляції – звичні й неоригінальні. У думках про війну переважає констатація лиха, жахів, безнадії.

Стереотипні діяння означають намагання продовжувати жити за попередніми стандартами, працювати, як і перше, використовувати традиційні способи заробітку (домашнє господарство), не змінювати принципово ні способу, ні стилю життя (зокрема, займатися своєю сім'єю), “якось” виживати (наприклад, економлячи). Загалом особа прагне зберегти свої звички та норми поведінки. У межах спільноти все те, що було досі, стереотипізується та набуває ціннісного значення. Це стосується й до взаємодопомоги, яка становить вагомий цінність, але має ті самі форми, що й раніше.

Трансформаційні переживання постають, як правило, унаслідок тривалої компрометації переживань стереотипних, які багаторазово не виправдали себе як засобу успішної адаптації до нових умов. У такому разі особа або спільнота опиняються перед потребою якось інакше поставитися до того, що відбувається в їхньому житті, поміняти емоційні пріоритети. Під тиском обставин особа відчуває потребу бодай якоюсь мірою відмовитися від звичних переживань – хоча й неприємних, але парадоксально комфортних, бо знайомих та очікуваних. Проте у взаємодії з оточенням нові, змінені настрої мають небагато шансів на позитивний відгук. Істотною емоційною трансформацією – справа невеликої частини спільноти, а поширення таких переживань звичайно потребує чимало часу та зусиль. Водночас така зміна становить сприятливий ґрунт для інтересу до оригінальних способів саморегуляції, а також і фахових психотерапевтичних утручань (легше на рівні особистому, важче – на груповому).

Трансформаційні діяння як найбільш ефективна стратегія адаптації мають бути наслідком, по-перше, компрометації стереотипних діянь, які б показали свою практичну марність, по-друге, досягнення певної психоемоційної готовності (результату трансформації переживань). Тут має йтися про нові, принаймні для нашого вельми традиційного суспільства, способи заробляння (приватна ініціатива, виїзд за кордон) та організації життєдіяльності, а також про істотне підвищення громадської активності – як індивідуальної, так і колективної.

**Висновки.** Результати дослідження показують, що процеси адаптації представників вибіркової сукупності (можна наполягати, що й більшості громадян України) до життя в період воєнного конфлікту відбуваються



неминуче під тиском об'єктивних обставин, але суб'єктивно залишаються не досить опанованими та відрефлексованими. Зокрема, над індивідуальною і колективною свідомістю й поведінкою, особливо представників старшого покоління, виразно тяжіє схильність до стереотипних переживань, яка затримує позитивний розвиток і гальмує вироблення ефективних стратегій адаптації.

Запропонована в дослідженні структурно-логічна схема стратегій адаптації спільноти до умов воєнного конфлікту фіксує ознаки невпевненого й нечіткого переходу від стереотипних переживань через стереотипні діяння та трансформаційні переживання до трансформаційних діянь як найбільш ефективного варіанта зарадзжувальної поведінки на індивідуальному і колективному рівнях життєдіяльності.

### **Література**

1. Florio V. De. Quality Indicators for Collective System Resilience / V. De. Florio // *Emergence: Complexity & Organizations*. – 2014. – Vol. 16. – № 3. – P. 65–104.
2. Lewicka M. *Psychologia miejsca* / M. Lewicka. – Warszawa : Wyd-wo Naukowe Scholar, 2012.
3. Liehr S. Migration as Societal Response to Climate Change and Land Degradation in Mali and Senegal / Liehr S., Drees L., Hummel D. // *Adaptation to Climate Change and Variability in Rural West Africa* / J. A. Yaro and J. Hesselberg (eds.). – Springer International Publishing Switzerland, 2016. – P. 147–169.
4. McKeown Sh. Conclusion: The Next Voyage / Sh. McKeown, N. Ferguson, R. Haji // *Understanding Peace and Conflict through Social Identity Theory: Contemporary Global Perspectives* / Ed. Shelley McKeown, Reeshma Haji, Neil Ferguson. – Springer International Publishing Switzerland, 2016. – P. 367–373.
5. Melgar D. E. M. Municipal Government and Local Collective Action [Електронний ресурс] / D. E. M. Melgar // *Governing Shared Resources: Connecting Local Experience to Global Challenges*, 12th Biennial Conference of the International Association for the Study of Commons, Cheltenham, England, July 2008. – Режим доступу : <http://hdl.handle.net/10535/1942>.

### **Reference**

1. Florio, V. De. (2014). Quality Indicators for Collective System Resilience. *Emergence: Complexity & Organizations*, Vol. 16, № 3, 65–104.
2. Lewicka, M. (2012). *Psychologia miejsca*. Warszawa: Wyd-wo Naukowe Scholar (pol.).
3. Liehr, S., Drees, L., Hummel, D. (2016). Migration as Societal Response to Climate Change and Land Degradation in Mali and Senegal. *Adaptation to Climate Change and Variability in Rural West Africa*. J. A. Yaro and J. Hesselberg (eds.) (pp. 147–169). Springer International Publishing Switzerland.
4. McKeown, Sh., Ferguson, N., Haji, R. (2016). Conclusion: The Next Voyage. In / Shelley McKeown, Reeshma Haji, Neil Ferguson (Eds.). *Understanding Peace and Conflict through Social Identity Perspectives: Contemporary Global Theory* (pp. 367–373). Springer International Publishing Switzerland.

5. Melgar, D. E. M. (2008). *Municipal Government and Local Collective Action. Governing Shared Resources: Connecting Local Experience to Global Challenges*, 12th Biennial Conference of the International Association for the Study of Commons, Cheltenham, England, July 2008, <http://hdl.handle.net/10535/1942>.

**Васютинский В. А. Индивидуальные и коллективные стратегии адаптации жителей городских громад к жизни в период военного конфликта**

По методу полустандартизированного интервью опрошены 150 человек – жители трех малых городов в Донецкой, Днепропетровской и Винницкой областях. Выявлены четыре типа стратегий индивидуальной и коллективной адаптации к условиям военного конфликта. Установлено, что в содержании подобной адаптации доминируют малоэффективные стереотипные переживания. С наибольшей готовностью респонденты, особенно старшего возраста, обсуждают свои материальные и сопутствующие им проблемы, подчеркивают собственную беспомощность, обосновывают присущий самим себе пессимизм, ищут самооправдание и виновников своего трудного положения. Менее распространены стратегии стереотипных действий (стремление справиться с проблемами, интенсифицируя привычные и понятные способы поведения) или трансформационных переживаний (попытки выйти за пределы психологического комфорта, имеющего вид хоть и отрицательных, но знакомых эмоций и чувств). Меньше всего респонденты прибегают к трансформационным действиям – наиболее эффективным стратегиям совладания с проблемами, предполагающим принципиальное изменение сознания и поведения в направлении активного поиска и реализации новых способов жизнедеятельности.

**Ключевые слова:** стратегии адаптации, стереотипные переживания, стереотипные действия, трансформирующие переживания, трансформирующие действия.

**Vasiutynskiy V. O. Individual and collective strategies of adaptation residents of urban communities to life in the period of military conflict**

150 people were interviewed by method of semi-standardized interview. They were residents of three small towns in Donetsk, Dnipropetrovsk and Vinnytsia regions. Four types of individual and collective adaptation strategies to the conditions of military conflict are revealed. It is found that ineffective stereotyped feelings dominates in content of such adaptation. Respondents, especially older ones, are most readily to discuss their material and related with them problems, to emphasize their own helplessness, to substantiate their pessimism, to seek self-justification and culprit of their difficult situation. The strategies of stereotypical acts (attempts to give advice to problems by intensifying familiar and understandable ways of behavior) or transformational experiences (attempts to go beyond the limits of psychological comfort, which looks like negative though familiar emotions and feelings) are less common. The least respondents resort to transformational acts – the most effective strategies for dealing with problems that involve a fundamental change in consciousness and behavior in the direction of active search and implementation of new ways of life.

**Key words:** adaptation strategies, stereotyped feelings, stereotyped acts, transformational feelings, transformational acts