

УДК 316.62

**Васютинський В. О.,**

доктор психологічних наук, професор,  
головний науковий співробітник,  
Інститут соціальної та політичної  
психології НАПН України  
E-mail: vadymvas55@gmail.com

## СТРАТЕГІЇ КОЛЕКТИВНОЇ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ АКТУАЛЬНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ

За результатами опитування 360 респондентів у Києві було визначено основні психологічні зміни, що відбулися в житті українців протягом останніх трьох років. Ці зміни певним чином пов'язані із загальним соціальним контекстом їхньої життєдіяльності (період після Євромайдану та під час війни на Донбасі). Загалом, як зауважували респонденти, вони стали відносно частіше співчувати жителям Донбасу, брати відповідальність на себе, проводити час в Інтернеті, працювати, розв'язувати проблеми, почуватися впевненими в собі, мати високу самооцінку, відчувати напруження, приділяти увагу своєму здоров'ю. Респонденти виявляли своє значуще ставлення до таких змін через оцінку ступеня та позитивного або негативного характеру їхнього впливу. Наведені в запитаннях способи поведінки відображають стратегії адаптації, до яких удаються громадяни в умовах повсякденного життя. На основі статистичної обробки даних, зокрема факторного аналізу, було виділено найпоширеніші і найтипівіші варіанти самовизначення в певних сферах індивідуальної або колективної життєдіяльності. Насамперед слід говорити про матеріально-статусне самовизначення, професійне самовизначення, інформаційне самовизначення, світоглядне самовизначення, самовизначення в громадській сфері, самовизначення щодо конфліктної взаємодії, самовизначення щодо способу життя, самовизначення щодо війни на Донбасі.

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, стратегії колективної адаптації, самовизначення у сферах індивідуальної життєдіяльності, самовизначення у сферах колективної життєдіяльності, адаптація до умов воєнно-політичного конфлікту.

**Постановка проблеми.** Під впливом воєнно-політичних подій на сході України загострилися об'єктивні і суб'єктивні потреби громадян

приспосовуватися до актуальних умов індивідуального і колективного життя. Результати досліджень показують, що об'єктивно зумовлені процеси адаптації більшості громадян до життя в період воєнного конфлікту суб'єктивно залишаються не досить опанованими та відрефлексованими. Над індивідуальною і колективною свідомістю й поведінкою, особливо представників старшого покоління, виразно тяжіє схильність до стереотипних переживань, яка затримує позитивний розвиток і гальмує вироблення продуктивних стратегій адаптації [1]. Ефективним виходом із психологічно патової ситуації могло б стати активне самовизначення громадян у найважливіших сферах їхньої життєдіяльності.

Відтак логічно постає питання про стратегії колективної адаптації до умов, що більш чи менш істотно змінилися. Такі стратегії ми тлумачимо як систему (здебільшого нечітко структуровану) спільно вироблюваних способів поведінки, організовуваних і виконуваних дій спільноти, спрямованих на пристосування до наявних (несприятливих) або змінених умов життєдіяльності. Успішним результатом такої адаптації мають (але не мусять) ставати передумови для досягання значущих колективних та індивідуальних цілей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Колективні стратегії адаптації розглядають у вельми широких і розмаїтих соціальних контекстах.

О. В. Нечипоренко проаналізувала специфіку адаптаційних реакцій етнолокальних спільнот автохтонних народностей Сибіру на вплив чинників урбаністичного середовища. Багатоманіття трансформацій способу життя традиційних національних суспільств в умовах наростаючого впливу сучасної індустріальної культури зведено до трьох основних адаптаційних стратегій: ізоляції як прагнення порвати всі зв'язки з домінантною спільнотою задля збереження власної традиційності; пасивної адаптації, що передбачає співпрацю з домінантним суспільством без активних спроб змінити характер взаємодії з ним; активної адаптації, яка полягає в намаганні в той чи той спосіб змінити середовище такої взаємодії [2].

Дедалі популярнішим стає підхід, що спирається на категорію психологічної пружності. Розглядаючи зміст колективних стратегій адаптації в такому контексті, Д. Бартельт зазначає, що спільнота виробляє механізми, спрямовані на пом'якшення найгірших наслідків економічних та природних потрясінь. Тут треба враховувати суб'єктивний досвід внутрішніх труднощів, набір психологічних і матеріальних ресурсів, досвід успіхів і невдач. Успішна адаптація є можливою завдяки наявності психологічної пружності [5].

К. Андерсон і С. Маклаклан визначили три ключові стратегії, що сприяють використанню знань для підвищення потенціалу

прогресивних соціальних трансформацій у кризових умовах. Першу стратегію вони назвали розшаруванням, що включає в себе стратегічне визначення рівня деталізації, складності та мови, доконечних для ефективного обміну ідеями та аргументами між різними типами акторів (учених, фермерів, політиків, широкої громадськості). Друга стратегія – наведення мостів – передбачає використання ключових слів, прикладів, метафор, об'єктів і дискурсів, які забезпечують порозуміння між носіями різних поглядів, почуттів та інтересів. Згідно з третьою стратегією, яку можна назвати трансмедіацією, різні творці або користувачі знань краще сприйматимуть ідеї, подані в різних формах масової комунікації та інформації [4].

Колективні адаптаційні стратегії в спільноті Дж. Борт і Дж. Сабелла характеризують на основі опису персональних історій членів панамських родин. Більшість осіб виявляється залученими до різних економічних діяльностей, а також виконують нові, змінені діяльності. Ці діяльності можуть справляти враження випадкових і хаотичних, проте аби збагнути їхній адаптаційний зміст, треба розуміти середовищні чинники, до яких люди адаптуються, а також фундаментальні цілі їхнього життя. Тут насамперед діють чинники природні, соціально-економічні та політичні. Автори виділяють два основні патерни адаптації: диверсифікацію (множинність) діяльностей та опору на мережу родинних зв'язків [6].

Естонська соціолог Т. Вігалемм, вивчаючи проблеми мовної інтеграції росіян в Естонії, говорить про «символічне виключення», яке має місце тоді, коли учасники адаптивних практик стикаються з колективними культурними цінностями – дитячою освітою, чистотою мови, політичними уподобаннями та колективною пам'яттю. Вивчення державної мови вона розглядає як особистий вибір, індивідуальну стратегію боротьби за ресурси, такі як високооплачувана робота і можливість вибрати працедавця [7].

Дослідники адаптаційних стратегій соціальної спільноти пенсіонерів Ю. Соколова і Г. Зборовський виділили кілька типів їхньої адаптації. Перший тип полягає в турботі про здоров'я: урахування його стану, відвідування поліклінік і лікарень, купівля ліків. Другий тип є характерним для пенсіонерів, які орієнтуються на родинні стосунки: виховують внуків, займаються городництвом або садівництвом. Третій тип ґрунтується на готовності продовжити трудову діяльність. Четвертий тип – це вибір нового інтелектуального заняття як розширення можливостей самореалізації [3].

**Виділення не розв'язаних раніше частин проблеми.** Зростає суспільне напруження в умовах громадського протистояння та воєнно-політичного конфлікту висуває нові психологічні вимоги до свідомості

й поведінки громадян, спричиняє доконечність їхньої зміни. Під впливом такого загострення актуалізуються чинники, що спонукають до дедалі активнішого й виразнішого самовизначення особи і спільноти. Окреме питання в цьому контексті становить зв'язок між соціально-психологічною адаптацією і колективним самовизначенням як процесами, що мають забезпечити ефективність функціонування суспільства в нових умовах.

**Мета статті** полягає у визначенні змісту стратегій колективної адаптації українців до актуальних громадсько-політичних умов у процесі їхнього індивідуального і колективного самовизначення.

**Виклад основного матеріалу.** У лютому 2017 р. було опитано 360 респондентів у м. Києві. Вибірку складено за ознаками віку і статі – відповідно до загальної статево-вікової структури дорослого населення України (із невеликим перевищенням молодіжної частини вибірки): жінки становили 55 %; осіб віком від 18 до 29 років було 28,1 %, від 30 до 44 – 25,3, від 45 до 59 – 24,7, від 60 років і старших – 21,9 %. За рештою параметрів вибірка мала випадковий характер. Інтерв'юерами були студенти-психологи Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Застосована в опитуванні анкета містила 71 пункт, у якому респондентам пропонували запитання про зміни в їхньому житті, що, імовірно, відбулися за останні три роки. Зв'язок із воєнними подіями на Донбасі в інструкції не підкреслювано, респондент сам вирішував, наскільки саме війна вплинула або не вплинула на його життя. Зміст оцінюваних індикаторів, на наш погляд, можна, зокрема, інтерпретувати і як підставу для висновків про стратегії адаптації громадян до умов громадсько-політичного життя. По-перше, тому, що йдеться про зміни, які тим чи тим чином пов'язані із загальним соціальним контекстом життєдіяльності, а отже, відображають зумовлену ним поведінку респондентів. По-друге, респонденти виявляють своє значуще ставлення до цих змін – через оцінку їхньої впливовості та напряму впливу, а відтак показують рівень і спрямованість власної суб'єктної позиції.

Кожний пункт анкети складався з трьох підпунктів. Відповіді отримувано за 5-бальною шкалою, побудованою за принципом семантичного диференціала. У першому підпункті сформульовано можливу зміну у вигляді полярних констатацій (наприклад: «Більше читаю – Менше читаю»). Якщо респондент обирав одну із змістовних оцінок, то відповідав на наступний підпункт: наскільки така зміна вплинула (або не вплинула) на його життя. Якщо зміна вплинула помірно або істотно, то в третьому підпункті треба було зазначити, яким був цей вплив – добрим чи поганим.

Ми припустили, що зафіксовані в запитаннях способи поведінки певною або й істотною мірою відображають напрями адаптації, до яких удаються громадяни в нелегких умовах теперішнього життя. Подальшу статистичну обробку даних було спрямовано на те, щоб виділити найбільш загальні й типові способи поведінки, що сукупно визначають зміст тих чи тих колективних стратегій (або радше протостратегій) адаптації. Найчастіше характер виявлених стратегій проявлявся у вигляді самовизначення в певних сферах індивідуальної або колективної життєдіяльності.

Одномірний розподіл оцінок показав, що, на думку респондентів, відносно частіше в їхньому житті стали проявлятися такі особливості: «співчуваю жителям Донбасу», «частіше беру відповідальність на себе», «більше часу проводжу в Інтернеті», «більше працюю», «частіше розв'язую різні проблеми», «рідше покладаю відповідальність на інших», «став більш упевненим у собі», «моя самооцінка зросла», «частіше відчуваю напруження», «більше уваги приділяю здоров'ю».

У просторі 71 ознаки, що описує зміни безвідносно до їхнього впливу, було проведено факторний аналіз із послідовним скороченням кількості ознак шляхом відкидання найменш навантажених. Виділилися вісім двополюсних факторів із сумарною дисперсією 52,9 %. (Зміст цих факторів було зіставлено з результатами одномірних розподілів: за ознаками, де найбільш виразним було тяжіння до одного з полюсів шкали; за ознаками, що, за оцінками респондентів, вплинули на них відносно більше; за ознаками, які вплинули відносно менше; за ознаками, чий вплив оцінено як відносно кращий; за ознаками, вплив яких оцінено як відносно гірший).

Перший фактор (вклад у дисперсію 11 %) умістив ознаки, що показують зміну особистого і соціального добробстану. Найбільше навантаження (.79) тут припало на пункт «Моє матеріальне становище погіршилося – Моє матеріальне становище поліпшилося». Розподіл даних респондентами оцінок між цими полюсами виявився близьким до нормального: 18,3 % – 17,2 – 24,4 – 24,4 – 15,6 % відповідно. Наступні шкали стосувалися до змін соціального статусу та кар'єри, у яких дещо переважили оптимістичні оцінки. Ці показники, на думку респондентів, справили вплив на їхнє життя. Негативно було оцінено зміну матеріального становища: ті, хто її зазнав, переживають це особливо болісно.

Такі співвідношення дали підстави інтерпретувати відповідну стратегію як намагання зберегти, відновити або підвищити свій добробстан шляхом «матеріально-статусного самовизначення».

У другому факторі (8,2 %) об'єдналися характеристики поведінки під час конфліктного спілкування. Найбільш показовою стала шкала

«Частіше конфліктую зі своїм оточенням – Рідше конфліктую зі своїм оточенням» (-.78): 5,5 % – 13,6 – 33,9 – 24,2 – 22,8 %. Як бачимо, респонденти дещо більше схильні вважати, що тепер конфліктують менше, ніж раніше (і це вплинуло на їхнє життя). Так само менше вони сперечаються з іншими людьми. А за частотою відчуття гніву та звинувачування своїх співгромадян має місце нормальний розподіл. Оцінки впливу описаних змін виявилися невивраженими.

Пов'язана з цими показниками стратегія означає, на наш погляд, «самовизначення щодо конфліктної взаємодії».

У третьому факторі (6,7 %) відображено зміни в професійному житті респондентів. Найбільш навантаженим виявився пункт «Намагався змінити професію – Не намагався міняти професію» (.84): 19,2 % – 13,9 – 36,4 – 6,9 – 23,6 %. Тут очевидно є симетрія оцінок, натомість у наступному за значенням пункті помірно переважили намагання змінити місце роботи. В обох цих випадках респонденти схильні були вважати, що такі зміни чи наміри або брак їх не вплинули на їхнє життя, але ті, хто наполягав на такому впливі, оцінювали його як позитивний.

Стратегію зміни або збереження професії та місця роботи ми назвали «професійне самовизначення».

Зміст четвертого фактору (6,5 %) виявився пов'язаним із споживанням інформації. Найвагомим був показник «Менше слухаю радіо – Більше слухаю радіо» (-.65): 21,4 % – 8,1 – 45,3 – 10,8 – 14,4 %. Тут оцінки розподілилися за принципом нормальності. Проявилися також тенденції менше читати газети і дивитися телевізор, але частіше розмовляти по телефону. При цьому респонденти здебільшого вважають, що такі зміни не вплинули на їхнє життя.

Можна гадати, що в інформаційному просторі мають місце два протилежні способи поведінки: намагання уникати інформації задля заспокоєння і, навпаки, прагнення здобути її якомога більше, аби володіти ситуацією. Водночас тенденція уникати газет і телевізора за частішання телефонних розмов підказує, що тут може йтися про цілісну стратегію доцільного впорядкування інформаційного простору: «інформаційне самовизначення».

П'ятий фактор (5,7 %) відобразив зміну поглядів і переконань. Найвивраженим у цьому контексті став індикатор «Мої погляди змінилися – Мої погляди не змінилися» (.75): 21,4 % – 24,4 – 25,3 – 10 – 18,9 %. До нього примикають зміна переконань, усвідомлення своєї політичної позиції, зміна ставлення до тих, хто поводить себе інакше. Переважає думка, що такі зміни не вплинули на життя респондентів, а якщо й вплинули, то позитивно.

Адаптації, очевидно, може сприяти як зміна, так і незмінність поглядів. Перша забезпечує гнучке пристосування до умов, що змінилися. Друга допомагає зберегти свою політико-ідеологічну ідентичність. Загалом же ця стратегія має характер «світоглядного самовизначення».

Шостий фактор (5,3 %) стосувався до виявів громадської активності та відповідальності. Найпоказовішим був пункт «Моя громадська активність знизилася – Моя громадська активність підвищилася» (.67): 8,1 % – 10,8 – 50,8 – 17,8 – 12,5 %. Ішлося також про взяття відповідальності на себе або перекладання її на інших, про участь у волонтерській діяльності.

Одномірний розподіл показав суперечність: з одного боку, респонденти заявили про посилення своєї інтернальності, а з другого – про зниження громадської активності. (Останнє, зокрема, стосується й до участі у волонтерській діяльності: імовірно, тут проявилось зниження її після сплеску у 2014–2015 рр.). Як і в попередньому факторі, вплив зазначених змін на життя респондентів оцінено як малозначущий, але позитивний.

Відповідну стратегію адаптації можна визначити як «самовизначення в громадській сфері».

У змісті сьомого фактору (4,8 %) відобразилися зміни в способі життя. На провідне місце тут вийшов показник «Менше уваги приділяю здоров'ю – Більше уваги приділяю здоров'ю» (-.82): 7,8 % – 15,6 – 17,5 – 25,8 – 33,3 %. Його доповнюють ставлення до здорового способу життя та спілкування з близькими людьми. Тут респонденти переважно відзначали істотний і позитивний вплив на них відповідних змін.

Із погляду стратегій адаптації такі відношення можуть означати «самовизначення щодо способу життя».

Восьмий фактор (4,6 %) об'єднав ставлення до війни на Донбасі та постави з приводу життєвих проблем. Його найвиразніше втілено в пункті «Весь час думаю про війну на Донбасі – Зовсім не думаю про війну на Донбасі» (.63): 16,9 % – 36,9 – 28,6 – 10,3 – 7,2 %. Істотну перейнятість війною доповнюють співчуття до мешканців Донбасу та готовність розв'язувати проблеми. Загалом вплив розцінено як незначний, але негативний.

Відповідну стратегію ми назвали «самовизначенням щодо війни на Донбасі» – вона цілком очевидно має поточний, подієво зумовлений, але водночас ціннісно насичений характер.

**Висновки.** Визначаючи найбільші зміни, що сталися в їхньому житті протягом трьох останніх років, респонденти виявляли своє значуще ставлення до загального соціального контексту життєдіяльності (зокрема або насамперед маючи на увазі наслідки Євромайдану та вплив

війни на Донбасі). У поставлених запитаннях та отриманих на них відповідях було зафіксовано способи поведінки, що відображають напрями адаптації, до якої вдаються громадяни в умовах теперішнього життя.

Виділено найбільш загальні й типові варіанти самовизначення в певних сферах індивідуальної або колективної життєдіяльності, що сукупно визначають зміст колективних стратегій адаптації. Найчастіше такі стратегії проявлялися у вигляді різних варіантів самовизначення: матеріально-статусного, професійного, інформаційного, світоглядного, у громадській сфері, щодо конфліктної взаємодії, способу життя, війни на Донбасі.

**Перспективи подальших досліджень.** Описана структура може скласти основу дальшого вивчення колективних стратегій адаптації українців до умов і наслідків воєнного конфлікту, виявлення серед них найбільш ефективних і доцільних та вироблення засобів соціально-психологічного сприяння їхньому впровадженню в широкий соціальний контекст.

#### Список використаних джерел

1. Васютинський В. О. Індивідуальні і колективні стратегії адаптації мешканців міських громад до життя в період воєнного конфлікту / В. О. Васютинський // Проблеми політичної психології: зб. наук. праць. – Вип. 5 (19). – К.: Міленіум, 2017. – С. 43–52.
2. Нечипоренко О. В. Интеграция малого этноса в индустриальное общество: стратегии адаптации / О. В. Нечипоренко // Вестник НГУ. Серия: Философия. 2009. – Т. 7. – Вып. 1. – С. 107–112.
3. Соколова Ю. Д. Адаптационные стратегии социальной общности пенсионеров: управленческий подход / Ю. Д. Соколова, Г. Е. Зборовский // Стратегии развития социальных общностей, институтов и территорий: матер. II Международн. науч.-практ. конф. Екатеринбург, (18–20 апреля 2016 г.): в 2-х т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2016. – Т. 2. – С. 312–316.
4. Anderson C. R. Transformative research as knowledge mobilization: transmedia, bridges and layers / C. R. Anderson, S. M. McLachlan // Action Research. – 2016. – Vol. 14. – Is. 3. – P. 295–317.
5. Bartelt D. W. On Resilience: Questions on Validity / Dawid W. Bartelt // Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects / [ed. by Margaret C. Wang and Edmund W. Gordon]. – New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 1994. – P. 97–108.
6. Bort J. R. Grassroots Development Strategies in the Azuero Peninsula of Panama / John R. Bort and James S. Sabella // Communities and Capital Local Struggles against Corporate Power and Privatization / [Ed. By Thomas W. Collins and John D. Wingard]. – Athens: University of Georgia Press, 2000. – P. 52–68.
7. Vihalemm T. To learn or not to learn? Dilemmas of linguistic integration of Russians in Estonia / T. Vihalemm // Ethnicity. – 2010. – № 3. – P. 73–97.

### References transliterated

1. Vasiutynskiy V. O. Indyvidualni i kolektyvni stratehii adaptatsii meshkantsiv miskykh hromad do zhyttia v period voiennoho konfliktu / V. O. Vasiutynskiy // Problemy politychnoi psykholohii: zb. nauk. prats. – Vyp. 5 (19). – K.: Milenium, 2017. – S. 43–52.
2. Nechiporenko O. V. Integratsiya malogo etnosa v industrialnoe obshchestvo: strategii adaptatsii / O. V. Nechiporenko // Vestnik NGU. Seriya: Filosofiya. 2009. – T. 7. – Vyp. 1. – S. 107–112.
3. Sokolova Yu. D. Adaptatsionnye strategii sotsialnoy obshchnosti pensionerov: upravlencheskiy podkhod / Yu. D. Sokolova, G. E. Zborovskiy // Strategii razvitiya sotsialnykh obshchnostey, institutov i territoriy: mater. II Mezhdunarodn. nauch.-prakt. konf. Ekaterinburg, (18–20 aprelya 2016 g.): v 2-kh t. – Ekaterinburg: Izd-vo Ural. un-ta, 2016. – T. 2. – S. 312–316.
4. Anderson C. R. Transformative research as knowledge mobilization: transmedia, bridges and layers / C. R. Anderson, S. M. McLachlan // Action Research. – 2016. – Vol. 14. – Is. 3. – P. 295–317.
5. Bartelt D. W. On Resilience: Questions on Validity / Dawid W. Bartelt // Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects / [ed. by Margaret C. Wang and Edmund W. Gordon]. – New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 1994. – P. 97–108.
6. Bort J. R. Grassroots Development Strategies in the Azuero Peninsula of Panama / John R. Bort and James S. Sabella // Communities and Capital Local Struggles against Corporate Power and Privatization / [Ed. By Thomas W. Collins and John D. Wingard]. – Athens: University of Georgia Press, 2000. – P. 52–68.
7. Vihalemm T. To learn or not to learn? Dilemmas of linguistic integration of Russians in Estonia / T. Vihalemm // Ethnicity. – 2010. – № 3. – P. 73–97.

## Abstract

**Vasiutynskiy V. O.,**

Doctor of Psychological Science,

Professor, Chief Researcher,

Institute for Social and Political Psychology  
of NAES of Ukraine

E-mail: vadymvas55@gmail.com

### STRATEGIES OF UKRAINIANS' COLLECTIVE ADAPTATION IN CONDITIONS OF ACTUAL SELF-DETERMINATION

According to the results of investigation (360 respondents were polled in Kyiv), the biggest psychological changes have occurred in Ukrainians' life during the last three years were identified. In some way the changes were connected with a general social context of life activities (the period after the Euro-Maidan and during the war in Donbas). On the whole, as the respondents noticed, they relatively more began to sympathize with the residents of Donbas, take responsibility for themselves, spend time on the Internet, work, solve problems, feel confident, feel highly appreciated, feel stress, and pay attention to health. Respondents showed their significant attitudes towards these changes through assessments of a degree and a positive or negative nature of their influence. Recorded in questions behaviors reflect ways of adaptation, which citizens use in terms of current life. On a base of statistical analysis of data, primarily factor analysis, the most common and typical variants of self-determination in certain areas of individual or collective life were highlighted. Above all, we should talk about material and status self-determination, professional self-determination, informational self-determination, ideological self-determination, self-determination in public sphere, self-determination regarding conflict interaction, self-determination regarding a way of life, and self-determination regarding the war in Donbas.

**Key words:** *social and psychological adaptation, strategies of collective adaptation, self-determination in spheres of individual life activity, self-determination in spheres of collective life activity, adaptation to conditions of military and political conflict.*

---

Отримано – 11 червня 2018

Рецензовано – 14 червня 2018

Прийнято – 18 червня 2018

Received – June 11, 2018

Revision – June 14, 2018

Accepted – June 18, 2018