

## **ПСИХОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ ЯК ЗАСОБИ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ І КОЛЕКТИВНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО НАСЛІДКІВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ**

За результатами узагальнення і систематизації даних теоретичного та емпіричного дослідження представлено модель психологічних стратегій адаптації спільноти і розкрито їхній психологічний зміст як засобу реалізації індивідуальної і колективної адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту. Вплив воєнного конфлікту на життєдіяльність людей визначено як соціально травматичний, у процесі пристосування до умов і наслідків якого формуються різні моделі адаптації та засоби їх реалізації – відповідні психологічні стратегії. Показано, що під впливом умов і наслідків воєнного конфлікту суб'єкт адаптації робить спроби осмислити їх, сконцентрувати та мобілізувати зусилля, що спонукає або до використання загальноприйнятих стереотипних моделей поведінки, застосування консервативно-рутинних стратегій та реалізації моделі так званої рутинної адаптації (успішної, у результаті якої відбувається консервація наявного досвіду, чи неуспішної, наслідком якої можуть бути дезадаптивні вияви, безпорадність, зневіра тощо), або ж до продовження адаптаційного процесу, пошуку нових способів розв'язання проблеми, нових стратегій, до активного, усвідомленого пошуку нових можливостей, утілення нереалізованого потенціалу та прихованих резервів, вибору проактивних моделей поведінки, які мають внутрішню зумовленість та виявляються в здатності протистояти зовнішнім впливам та активно впливати на них, орієнтуватися на майбутнє – тобто до вироблення проактивно-трансформаційних психологічних стратегій. За допомогою останніх реалізується модель проактивної адаптації: ефективною, результатом реалізації якої стає набуття позитивного досвіду, готовність до подальшого розвитку, досягнення більш високого рівня функціонування в певних сферах, спрямованість на розвиток нових сил і ресурсів адаптації, або неефективною, коли адаптація відбулася, але вона потребувала значних зусиль, що призвело до виснаження ресурсів, а це може спонукати або ж до застосування консервативно-рутинних стратегій, або ж, після відновлення та входження в стадію мобілізації, до зміни чи вироблення інших – проактивно-трансформаційних – стратегій.

**Ключові слова:** адаптація, колективні стратегії адаптації, наслідки воєнного конфлікту, модель стратегій адаптації спільноти.

## **PSYCHOLOGICAL STRATEGIES AS MEANS OF IMPLEMENTATION OF INDIVIDUAL AND COLLECTIVE ADAPTATION TO THE CONSEQUENCES OF ARMED CONFLICT**

In accordance with the results of generalization and systematization of theoretical and empirical study the model of strategies for community adaptation is presented and their psychological matter as means of realization of individual and collective adaptation to the conditions and consequences of a military conflict is defined. The military conflict influence on people's vital activity is identified as a socially traumatic one; in the process of adapting to its conditions and consequences the different models

of adaptation, which means of implementation are the psychological strategies, were formed. It is shown that under influence of military conflict conditions and consequences the subject of adaptation makes attempts to comprehend them, to focus and mobilize the inducing efforts, what lead either to the use of generally accepted stereotyped behaviour patterns, the use of conservative-routine strategies and the implementation of a so-called routine adaptation model (which is successful due to the conservation of existing experience, or unsuccessful due to the maladaptive manifestations, helplessness, lack of experience, etc.), or to the need in continuation of the adaptation process, in search for new ways of solving the problem, new strategies; to active conscious search of new possibilities; to fulfilment of unrealized potential and revelation of hidden capabilities; to selection of proactive behaviour patterns which are internally conditioned and appear in ability to resist the external influence and actively affect it, and to focus on the future; to development of proactive-transformational psychological strategies. With the help of the mentioned above a model of proactive adaptation is applied – either effective one (which implementation leads to the acquisition of positive experience, readiness for further development, achieving a higher level of functioning in certain areas, focusing on the development of new strengths and resources of adaptation), or ineffective one (when the adaptation took place, but had required significant efforts and led to the resources exhaustion, which may induce either the use of conservative-routine strategies, or, after the restoration and reaching the mobilization stage, the change and development of other, proactive-transformation, strategies).

**Key words:** adaptation, collective adaptation strategies, consequences of a military conflict, model of community adaptation strategies.

**Постановка проблеми.** Населення України, поставлене перед фактом невщухаючих воєнних дій на сході країни, змушене адаптуватися до умов і наслідків воєнного конфлікту, а тому важливість успішної адаптації різних соціальних груп в умовах суспільних трансформацій унаслідок воєнного конфлікту є очевидною. Вивчення процесу пристосування до кризових умов (якими і є умови воєнного конфлікту та його наслідки) спонукає до пошуку відповідей на питання, які психологічні стратегії адаптації в цих умовах застосовує населення, які стратегії воно використовує як засоби реалізації тих чи тих адаптаційних моделей. Адаптація до умов і наслідків воєнного конфлікту здійснюється як в індивідуальному, так і значною мірою в спільнотному вимірах, які перебувають у тісній взаємодії та взаємозумовлюють один одного, що й визначає актуальність дослідження психологічних стратегій як засобу реалізації індивідуальної і колективної адаптації до таких умов.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Унаслідок воєнного конфлікту на сході країни адаптивним або дезадаптивним процесом охоплені практично всі верстви населення України. Вважаємо, що спільнота як структурна одиниця і суспільства, і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі потребує особливої уваги в контексті вироблення ефективних стратегій адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту, підвищення адаптивності населення та подолання тих чи тих дезадаптивних виявів. Адже неадаптивність суб'єкта можна

розглядати як загрозу соціальній безпеці суспільства (А. Уайтхед, А. Тоффлер).

Наукові пошуки щодо вивчення психологічних стратегій адаптації спільноти ґрунтуються на загальних положеннях:

– про адаптацію в умовах суспільних трансформацій (Є. Головаха, О. Злобіна, О. Лактіонов, Т. Титаренко та ін.), в умовах невизначеності, непередбачуваності (О. Асмолов, І. Пригожин, К. Шваб) та про адаптацію як набуття позитивних змін на рівні особистості, групи, спільноти, соціуму в результаті пристосування до кризових умов (В. Климчук, О. Нестерова, R. Tedeschi, C. Peterson, N. Park, M. Seligman);

– про спільноту як структурну одиницю суспільства і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі (В. Васютинський); як таку, що об'єднує осіб за певними соціально релевантними характеристиками, які не виключені в будь-яку обмежену модель інтерактивних зв'язків або ж інтракцій (Дж. Джері, Д. Джері). У нашому дослідженні ми спираємося на розроблену В. Васютинським психологічну теорію спільноти. Він визначає останню як “відносно велику (численну) номінально-реальну соціальну групу, що виділяється за наявністю спільної ознаки, яка виявляється для багатьох або більшості її носіїв суб'єктивно значущою, а кількість таких носіїв досягає достатнього критичного рівня” [1, с. 18]. Утім, більш близькою категорією під кутом зору нашого визначення спільноти є все ж великі групи, маси. Якщо говорити про маси як об'єднання людей, які характеризуються масовидно-типовою поведінкою, то слід зазначити, що маси об'єднує однорідність не лише соціального становища або місцеперебування, а й реакцій окремих індивідів, їхніх дій на зовнішній подразник. Кожен масовізований індивід робить самостійний вибір, а співвідношення виборів робить масу великою силою (Г. Блумер);

– про адаптацію як вибір альтернативних стратегій поведінки і про критерії визначення цих стратегій (Р. Лазарус, В. Москаленко, О. Посипанов, А. Реан, М. Ромм, Т. Ронгінська). Зрозуміло, стратегії адаптації можна визначати за багатьма параметрами, ми ж беремо до уваги думку В. Москаленко, О. Посипанова, А. Реана, які пропонують розрізняти стратегії соціальної адаптації за критерієм спрямованості вектора активності та наголошують на тому, що адаптація – це завжди активний процес. Під стратегією адаптації розумітимемо послідовність дій, структурованих і наповнених змістом, яка задає спосіб реалізації оптимальних адекватних ресурсів суб'єкта адаптації для досягнення адаптованості.

**Не вирішені раніше частини загальної проблеми.** Отже, нерозв'язаною залишається проблема визначення змісту психологічних стратегій адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту.

**Мега статті** – на основі узагальнення і систематизації даних теоретичного та емпіричного вивчення проблеми побудувати модель стратегій адаптації спільноти та розкрити їхній психологічний зміст як засобу реалізації індивідуальної і колективної адаптації до наслідків воєнного конфлікту.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Визначаючи зміст стратегій адаптації спільноти до наслідків воєнного конфлікту, ми спиралися на низку досліджень, що вивчали колективні стратегії в різних контекстах.

На ризик закріплення під пролонгованою дією наслідків катастрофи в постраждалих спільнотах таких колективних форм поведінки, як апатично-депресивні або конфліктно-агресивні, що можуть стати домінуючими і витіснити конструктивні моделі і стратегії подолання труднощів, звертають увагу, зокрема, С. Волеваха, О. Гарнець, І. Лінге, Ю. Саєнко, Н. Ходорівська, Ю. Швалб. Адаптаційні можливості соціо-територіальних спільнот, їхню стійкість та діапазон адаптаційних реакцій у контексті аналізу соціального капіталу як ключового ресурсу адаптації локальних спільнот досліджують О. Нечипоренко, Ю. Урманцева, F. Ellis. На колективній здатності територіальної спільноти справлятися з негативними впливами, пов'язаними із змінами клімату, пристосовуватися до них завдяки використанню наявних можливостей наголошують О. Піліфосова, Б. Сміт.

Проблема адаптації як окремої особи, так і різних груп, спільнот висвітлюється в сучасних наукових дослідженнях адаптації до кризових умов, в основу яких покладено інтегрований підхід. Він спирається на категорію “резилієнс” (resilience), що визначається як життєздатність, стійкість до травми, психологічна пружність; як динамічний процес, у якому позитивна адаптація відбувається в умовах негараздів, і як збереження стану благополуччя, незважаючи на негаразди (N. Garmezy, A. Masten, J. Silk). У цьому підході “резилієнс” розглядається як цілісний конструкт, що стосується як окремої людини, сім’ї, так і громади, спільноти (F. H. Norris, B. Pfefferbaum, S. Stevens), та дається визначення “резилієнс спільноти” як процесу, який поєднує низку адаптивних мережевих (групи людей, організацій) здібностей у позитивну траєкторію функціонування й адаптації, в повноцінне населення (спільноту) після потрясіння/конфлікту [2]. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров’я, “резилієнс” розуміється як динамічний процес індивідуального та колективного реагування на несприятливі обставини, економічну кризу, трагічні події, воєнні конфлікти тощо та визначається як здатність протистояти таким обставинам, опановувати їх та відновлюватися після їхнього впливу [3, с. 223].

Заслужують також на увагу напрацювання українських науковців (Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін та ін.) щодо використання

підходу “резилієнс” у наданні психосоціальної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій [4]. Відповідно, використовуємо його для позначення ресурсів подолання надзвичайних і стресових подій, психологічних і соціальних наслідків воєнного конфлікту та говоримо про важливість і необхідність посилення “резилієнс” не лише особи, а й спільноти в контексті адаптації до наслідків воєнного конфлікту.

Отож усе це дає підстави вважати спільноту суб’єктом процесу адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту. Соціальні спільноти, як і окремі люди, є носіями стратегій адаптації, які застосовуються в різних зовнішніх (природне середовище, економіка, політика, релігія, трудова діяльність, освіта, сімейні стосунки, здоров’я) і внутрішніх (знання, переживання, ставлення, ідентичність, цінності) сферах.

Сучасна ситуація актуалізувала у громадян України потребу осмислити, пояснити події, пов’язані з воєнною агресією та зміни усталеного способу життя внаслідок цих подій, застосувати найбільш придатні способи психологічного захисту, виробити засоби протидії індивідуальній і колективній травмі та ефективні стратегії зараджувальної поведінки.

Визначаючи силу впливу воєнного конфлікту та його наслідків на життєдіяльність людей, ми спиралися на загальні положення концепції соціальної травми (П. Штомпка, Н. Ходорівська, С. Carut), а також на відповідні дослідження сучасної вітчизняної психології (П. Горностай, О. Суший). В останніх висвітлюються чинники, що визначають тяжкість наслідків, спричинених колективною травмою, такі як: масштаб, сила травматизації – кількість людей, що постраждали, значущість події, авторитет загиблих осіб; рівень несправедливості (порушеної справедливості) під час травматизації, невинність загиблих людей; неможливість або нездатність протистояти травмувальній силі, пасивність жертви; неможливість або нездатність емоційного відреагування (П. Горностай) [5]; міркування про те, що травмічний досвід спирається на приватну особу, а індивід завжди співвідносить себе із ситуацією в суспільстві, і про запотребованість зустрічних і взаємозумовлених стратегій опанування травми як на індивідуальному, так і на колективному рівні (О. Суший) [6].

На основі результатів теоретичного та емпіричного вивчення впливу воєнного конфлікту та його наслідків на життєдіяльність людей з’ясовано, що:

- цей вплив на життєдіяльність людей доцільно трактувати як соціально травматичний;

- чинники, що визначають тяжкість наслідків, спричинених колективною травмою, впливають на психологічний простір значної частини жителів України (вони травмовані вторгненням на їхні території, переживаннями гніву, образи на загарбників, економічною дестабілізацією,

що ускладнило процеси прогнозування майбутнього тощо) та спонукають їх до пошуку реальних або ж символічних способів виходу з травматичної ситуації;

– у процесі індивідуального і колективного пристосування до умов та наслідків воєнного конфлікту формуються різні моделі адаптації, засобами реалізації яких є психологічні стратегії.

З огляду на результати досліджень колективні стратегії адаптації до несприятливих або змінених умов життєдіяльності (у нашому випадку це умови й наслідки воєнного конфлікту) можна трактувати як систему (здебільшого нечітко структуровану) спільно вироблюваних способів поведінки, організовуваних і виконуваних дій, спрямованих на пристосування до наявних (несприятливих) або змінених умов життєдіяльності. Успішним результатом такої адаптації можна вважати передумови для досягання адаптованості, значущих колективних та індивідуальних цілей.

Результати дослідження дають підстави стверджувати, що адаптація до умов воєнного конфлікту відбувається як адаптація до соціально напруженого середовища, до ситуацій, що викликають передусім негативні почуття. У процесі адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту активізуються процеси емоційної саморегуляції: долання опору, усвідомлення змін у власному становищі та в ситуації тощо; когнітивні зусилля (орієнтування в нових умовах, зміни оцінних конструктів, долання когнітивних дисонансів); актуалізуються поведінкові патерни та стратегії адаптації відповідно до змінених умов.

Узагальнивши результати дослідження психологічних стратегій адаптації представників різних спільнот ( мешканців міських громад, волонтерів, учасників АТО, членів сімей учасників АТО, внутрішньо переміщених осіб, педагогічної спільноти) до умов і наслідків воєнного конфлікту відповідно до індивідуальних тем науковців лабораторії психології мас і спільнот, ми виокремили на основі низки параметрів (консервація – трансформація; переживання – міркування – діяння) такі варіанти стратегій адаптації: консервативні переживання, консервативні міркування, консервативні діяння і трансформаційні переживання, трансформаційні міркування, трансформаційні діяння. Ці стратегії в сукупності утворюють дві інтегративні психологічні стратегії (метастратегії) адаптації спільноти: консервативно-рутинні і проактивно-трансформаційні.

Аналіз триманих результатів засвідчив, що суб'єкти адаптивного процесу частіше обирають стратегії, які вони вже випробували раніше; довіряють перевіреним часом, консервативним методам; діють за шаблоном, використовують готові адаптивні форми (засновані на своєму досвіді чи взяті за приклад від інших). Це так звані *консервативно-рутинні стратегії* (вони найпоширеніші), які базуються на консерва-

тивних переживаннях, міркуваннях та консервативних діяннях. Особливості вияву цих стратегій такі:

– на індивідуальному рівні: нарікання на труднощі, скарги, пошук самовиправдання, безплідне копірвання в проблемах; використання звичних, стереотипних способів психологічної саморегуляції; незмінність способу і стилю життя, прагнення зберегти свої звички та норми поведінки;

– на колективному рівні: емоційно насичене проговорювання (іноді обговорення) проблем; пошук тих, хто винен; критика влади, очікування змін на краще. Переважають негативні почуття (напруженість, роздратування, побоювання, недовіра, песимізм), спрямованість на цінності адаптації, стабільності, в основі яких лежить мотивація нужди, виживання та безпеки; використовуються звичні, стереотипні способи психологічної саморегуляції; стереотипізуються та набуває ціннісного значення все те, що було досі; виявляється цінність взаємодопомоги, підтримки, хоча її форми залишаються такими ж, що й раніше.

Отже, обираючи стратегії адаптації до суспільних змін унаслідок воєнного конфлікту, суб'єкти адаптивного процесу частіше віддають перевагу стратегіям, які вони використовували раніше, вдаються до готових адаптивних форм, заснованих на своєму досвіді чи взятих за приклад від інших, тобто обирають консервативно-рутинні стратегії.

Водночас під тиском обставин суб'єкт адаптації прагне до найбільш успішного адаптивного результату, що спонукає його до пошуку нових можливостей, утілення нереалізованого потенціалу та прихованих резервів, нових способів розв'язання проблем та досягнення адаптованості, до вироблення та застосування проактивно-трансформаційних стратегій. Останні постають, як правило, унаслідок тривалої компрометації консервативних стереотипних переживань, міркувань, діань, що багаторазово не виправдали себе як засіб успішної адаптації до нових умов. Основою цих стратегій є трансформаційні переживання, трансформаційні міркування і трансформаційні діяння, що виявляються в потребі якось інакше поставитися до того, що відбувається в житті; поміняти емоційні пріоритети; переосмислити досвід; наростити готовність змінюватися, зростати, брати відповідальність на себе; націлитися на розвиток нових сил і ресурсів адаптації, екзистенційну переоцінку, набуття знань і навичок, які сприяють підвищенню благополуччя та досягненню адаптованості. У колективному контексті йдеться про вироблення нових способів організації життєдіяльності, а також істотне підвищення громадської активності – як індивідуальної, так і колективної.

На основі узагальнення результатів теоретичного та емпіричного дослідження розроблено *модель психологічних стратегій адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту*, яка підтверджує, що адаптація спільноти до життя в період воєнного конфлікту відбувається

неминуче під тиском об'єктивних обставин (умов і наслідків воєнного конфлікту) (рис.). Воєнний конфлікт справляє на життєдіяльність людей соціально травмівний вплив, що, з одного боку, змушує відшукувати способи виживання, використовувати випробувані, стереотипні засоби, а з другого – спонукає до пошуку нових можливостей, утілення нереалізованого потенціалу та прихованих резервів, вироблення нових, трансформаційних психологічних стратегій адаптації.



Рис. Структурно-процесуальна модель психологічних стратегій адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту

Отже, під впливом несприятливих або змінених умов життєдіяльності (у нашому випадку це умови й наслідки воєнного конфлікту) суб'єкт адаптації робить спроби осмислити її, сконцентрувати та мобілізувати зусилля, що спонукає:

– до використання загальноприйнятих стереотипних моделей поведінки, застосування консервативно-рутинних стратегій адаптації та реалізації моделі так званої рутинної (реактивної) адаптації: успішної, у результаті якої (якщо ці спроби були успішними) відбувається консер-

вація наявного досвіду, або *неуспішної* – яка може призвести до дезадаптивних виявів, безпорадності, зневіри тощо (занурення в себе, частих конфліктів) або ж змусити продовжувати адаптаційний процес, шукати нові способи розв'язання проблеми, нові стратегії;

– до *активного, усвідомленого пошуку нових можливостей*, утілення нереалізованого потенціалу та прихованих резервів, вибору проактивних моделей поведінки, які мають внутрішню зумовленість та виявляються в здатності протистояти зовнішнім впливам та активно впливати на них, орієнтуватися на майбутнє, тобто до вироблення проактивно-трансформаційних психологічних стратегій адаптації, у результаті яких реалізується модель так званої *проактивної адаптації* – *ефективної або неефективної*.

Результатом реалізації *ефективної проактивної адаптації* є набуття позитивного досвіду, готовність до подальшого розвитку, досягнення більш високого рівня функціонування в певних сферах, спрямованість на розвиток нових сил і ресурсів адаптації. Тут можна говорити про такі зміни, коли система (особа, група, спільнота) здатна переструктуруватися, модифікуватися і коли в ній закладено можливість переходу до вироблення *інноваційно-трансформаційних стратегій*. Застосування цих стратегій сприяє змінам у уявленнях системи (особи, групи, спільноти) про себе, а саме оцінюванню того, як вона змінюється, своєї здатності до самозмін та переструктурування, і реалізації моделі так званої *преадаптації*, що базується на мотивації розвитку, зростання, ключовою функцією якої є готовність до змін.

А проте адаптація в результаті застосування проактивно-трансформаційних психологічних стратегій може виявитися *неефективною* – тобто адаптація відбулася, але вона потребувала значних зусиль і призвела до виснаження ресурсів. Це може спонукати людину або ж до застосування консервативно-рутинних стратегій, або ж, після відновлення та входження в стадію мобілізації, до зміни чи вироблення інших проактивно-трансформаційних стратегій.

У процесі реалізації проактивної моделі адаптації представники спільноти здатні використовувати навички моніторингу як зовнішньої реальності, так і внутрішньої, бачити альтернативні можливості, самодистанціюватися, адекватно сприймати й оцінювати себе та зовнішній світ. Сприймання останнього як контрольованого дає можливість працювати над собою та докладати зусиль, аби змінити те, що представники спільноти вважають за потрібне змінити – тобто вони цілком здатні до системної рефлексії.

Коли реалізується модель реактивної, рутинної адаптації, часто густо виявляється квазірефлексивна активність, що відображає спрямованість психічної діяльності спільноти (людини) на об'єкт, який не має стосунку до актуальної життєвої ситуації. Як внутрішні, так і зовнішні проблеми спільнота (людина) долає, занурюючись у фантазування;

системна ж рефлексія не реалізується, тому що беруться до уваги окремі елементи, а не вся цілісна картина, а тому визначення власних потреб значно утруднюється.

Як засвідчують результати проведеного нами дослідження, спільноти як соціальні категорії можуть розпадатися на підкатегорії, що реалізують різні стратегії (іноді навіть взаємозаперечні). Утім, представники різних спільнот можуть використовувати і близькі, ідентичні стратегії; у цьому випадку підставою для конструювання спільнот стає схожість моделей адаптивної поведінки. На вибір представниками спільноти тих чи тих стратегій адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту можуть впливати різні чинники: ступінь залученості в ці події, глибина їх сприймання й переживання, втрати, рівень суб'єктивного благополуччя та соціальної активності, прагнення соціально-психологічних трансформацій, критична оцінка влади, доступ до інформації та особливості застосування медіапрактик, розвиток рефлексивних процесів, система цінностей, обставини життєдіяльності.

**Висновки.** Запропонована на основі результатів дослідження структурно-процесуальна модель стратегій адаптації спільноти до умов воєнного конфлікту показує, що така адаптація відбувається під тиском об'єктивних обставин, пов'язаних із воєнним конфліктом; при цьому одні представники спільноти демонструють досить ефективне опанування процесу адаптації із застосуванням перетворювальних, проактивних стратегій та здатність до відрефлексування результатів їх застосування, для інших ці процеси суб'єктивно залишаються не досить опанованими, а стереотипність переживань, неактуалізовані когнітивні зусилля щодо усвідомлення причин подій, їхнього впливу на майбутнє, атрибуції відповідальності та неактуалізовані рефлексивні процеси уповільнюють перехід від стереотипних, консервативних стратегій до трансформаційних, інноваційних відповідно до змінених умов.

Результати дослідження дозволяють говорити про те, що наразі означився хоча й невпевнений, та все ж такий, що простежується, перехід від консервативно-рутинних до проактивно-трансформаційних психологічних стратегій адаптації як найбільш ефективного варіанта індивідуальної і колективної зараджувальної поведінки в різних сферах життєдіяльності. Однак цей процес охоплює ще незначну частину спільноти, адже потрібні час і зусилля для усвідомлення причин подій, їхнього впливу на майбутнє, атрибуції відповідальності, а також актуалізації та активізації рефлексивних процесів як на індивідуальному, так і на колективному рівні.

**Перспектива подальших досліджень** полягає у виробленні, реалізації та підтвердженні ефективності соціально-психологічних засобів активізації колективних зусиль для підвищення адаптивності до наслідків воєнного конфлікту.

### Список використаних джерел

1. Васютинський, В. (2010). *Психологічні виміри спільноти*. Київ: Золоті ворота.
2. Norris, F. H., Stevens, S. P., & Pfefferbaum, B. (2008). Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness. *American Journal Community Psychology*, 41(1–2), 131–134.
3. *Здоровье–2020: основы европейской политики и стратегии для XXI века*. (2013). Копенгаген: Европейское региональное бюро ВООЗ.
4. Гусак, Н., Чернобровкіна, В., Чернобровкін, В., Максименко, А., Богданов, С. & Бойко, О. (2017). *Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс*. Київ: НАУКМА.
5. Горностаї, П. П. (2012). Колективна травма і групова ідентичність. *Психологічні перспективи. Спец. випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп*, 2, 89–95.
6. Суший, О. (2014). Проблема колективної травми в українському соціумі та пошук стратегії її опанування. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*, 6(74), 18–32.

### References

1. Vasiutynskiy, V. (2010). *Psykhologichni vymiry spilnoty* [The psychological measuring of community]. Kyiv: Zoloti vorota Publ. (ukr).
2. Norris, F. H., Stevens, S. P., & Pfefferbaum, B. (2008). Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness. *American Journal Community Psychology*, 41 (1–2), 131–134.
3. *Zdorovye–2020: osnovy yevropeyskoy politiki i strategii dlya XXI stoletiya*. (2013). [Health 2020. A European policy framework and strategy for the 21st century]. Kopingagen: European Regional Office World Health Organization (rus).
4. Gusak, N., Chernobrobkina, V., Chernobrobkin, V., Maksymenko, A., Bogdanov, S., & Boiko, O. (2017). *Psykhosotsialna pidtrymka v umovakh nadzvychainykh sytuatsii: pidkhid rezilyiens* [Psychological Support in conditions of Unordinary Situations: resiliency approach]. Kyiv: Kyiv-Mohyla Academy (ukr).
5. Hornostai, P. P. (2012). Kolektyvna travma ta hrupova identychnist [Collective trauma and group identity]. *Psykhologichni perspektyvy. Spetsialnyi vypusk: Aktualni problemy psykhologii malykh, srednikh ta velykykh hrup* [Psychological perspectives. Special issue: topical problems of psychology of small, medium and large groups], 2, 89–95 (ukr).
6. Sushyi, O. (2014). Problema kolektyvnoi travmy v ukrainskomu sotsiumi ta poshuk stratehii yii opanuvannya [The problem of collective trauma in the Ukrainian society and the search for coping strategies]. *Naukovi zapysky Instytutu politychnykh i etnonatsionalnykh doslidzhen imeni I. F. Kurasa NAN Ukrainy* [Scientific notes of the Institute of Political and Ethnonational Studies named after I. F. Kurasa], 6(74), 18–22 (ukr).