



УДК 159.98:613.86

**INFLUENCE OF WAR ON THE ADAPTATION OF PERSONALITY
ВПЛИВ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ НА АДАПТИВНІ МОЖЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ****Isachenko V. P. / Ісаченко В. П.**

ORCID 0000-0003-0224-1214

Scopus-Author ID 57270419200

с.ped.s., as.prof. / к.пед.н., доц.

Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University,

Ukraine Cherkasy region, Uman, st. Sadova 28, 20301

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини,

Україна, Черкаська обл., м. Умань, вул. Садова 28, 20301

Анотація. У статті розглядаються ключові аспекти адаптації, такі як розвиток психологічної підтримки, оптимізація навчальних процесів і соціальна інтеграція через створення програм взаємодії та підтримки. Виявлено, що адаптація є багатовимірним процесом, який потребує комплексного підходу, спрямованого на подолання негативних наслідків воєнного конфлікту та сприяння розвитку студентів як особистостей і майбутніх професіоналів.

Дослідження адаптаційних процесів спільноти в умовах воєнного конфлікту зосереджено не лише на складнощах їхнього перебігу в умовах війни, а й на пошуку ефективних психологічних стратегій та соціально-психологічних засобів, які можуть допомогти подолати негативні наслідки конфлікту.

У статті розглядаються різноманітні аспекти адаптації, включаючи фактори, що сприяють або перешкоджають успішній адаптації, як на індивідуальному, так і на колективному рівнях. Підкреслюється важливість розробки нових підходів до соціальної інтеграції та психологічної підтримки, що включають підтримку соціальних програм і ініціатив для зміцнення взаємодії в спільнотах.

Виявлено необхідність використання комплексного підходу до адаптації, який враховує як негативний вплив війни, так і можливості для позитивних змін, що можуть сприяти розвитку особистості та колективу в умовах кризи.

Автори підкреслюють важливість оптимізації адаптаційних можливостей студентів для забезпечення їхньої стійкості та розвитку в умовах нестабільності.

Ключові слова: адаптація, адаптивні можливості, соціальна адаптація, психоемоційний стан, стрес, травматичний досвід, освітній процес, колективна адаптація, психологічні наслідки, кризові ситуації, соціальні програми.

Вступ.

Дослідження соціальної адаптації здобувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану є надзвичайно важливим для розуміння впливу війни на молодь та розробки ефективних стратегій підтримки та інтеграції студентів у навчальний процес. Це дозволить: розробити рекомендації для освітніх установ щодо створення сприятливих умов для навчання та психологічної підтримки студентів; запропонувати психологічну допомогу студентам, які зазнали травматичних подій, що сприятиме їхній адаптації та зниженню рівня стресу; оцінити ефективність існуючих форм дистанційного навчання та розробити нові підходи для забезпечення якості освіти в умовах кризових ситуацій; забезпечити підтримку соціальної інтеграції студентів через розвиток соціальних програм та ініціатив, спрямованих на зміцнення взаємодії та взаємопідтримки в студентських колективах.



Дослідження соціальної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану є важливим кроком до забезпечення стійкості та ефективності освітнього процесу під час кризових ситуацій. Результати таких досліджень допоможуть не лише покращити умови навчання для студентів, але й сприяти загальному покращенню їхнього психологічного та соціального стану, що є ключовим для розвитку суспільства в умовах нестабільності.

Мета дослідження – здійснити теоретичний аналіз проблеми впливу військового стану на адаптивні можливості особистості.

Основними проблемами соціальної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану є: важкий психоемоційний стан студентів; проблеми зі вступом; відсутність мотивації, обладнання та доступу до інтернету; поляризація та дискримінація переселенців. Щоб вирішити ці проблеми, необхідно розвивати психологічні служби ЗВО, по можливості евакуювати студентів в безпечні регіони країни, оптимізувати навчальний процес та систему оцінювання, розробити та реалізувати державні програми, спрямовані на забезпечення комп'ютерним обладнанням та інтернетом, проводити роз'яснювальні заходи серед громадян щодо недопущення поляризації в суспільстві та випадків дискримінації.

Від успішності соціальної адаптації студента до освітнього процесу в умовах воєнного стану багато в чому залежить його подальший розвиток як особистості та як майбутнього професіонала. Від того, наскільки швидко та ефективно він подолає перешкоди під час оволодіння професійними компетенціями залежить, як він реалізує свої здібності у сфері професійної діяльності та поза нею. Отримані вміння та навички стануть фундаментом для особистісного та кар'єрного зростання, формування життєвих принципів та ідеалів. Соціальна адаптація є безперервним процесом активної адаптації людини до умов соціального середовища та результатом цього процесу. Іншими словами, це її здатність пристосовуватися до нового соціального середовища без почуття внутрішнього дискомфорту та без конфлікту з ним [4].

Соціальна адаптація – одна зі складових процесу соціалізації особистості. У широкому розумінні адаптація розглядається як пристосування організму до певних умов існування. У соціальній роботі соціальна адаптація – це процес активного пристосування індивіда до певних умов соціального середовища, формування адекватної системи відносин із соціальними об'єктами, інтеграція особистості у соціальні групи, діяльність, спрямована на пристосування до певних соціальних умов, прийняття норм і цінностей нового соціального середовища [1].

Процес соціальної адаптації пов'язаний з адаптивною підготовкою особистості, тобто тими вміннями та навичками щодо пристосування, яких індивід набуває в процесі життєдіяльності [1].

Бойові дії на сході нашої країни, пов'язані з воєнною агресією Росії та насильницьким захопленням частини територій України, призвели до людських втрат, переміщень, стресів, економічних потрясінь. Під їхнім впливом практично всі верстви населення втягнуто в адаптивний чи дезадаптивний процес [5].



Воєнний конфлікт наразі не завершений, у його зоні гинуть наші захисники, мирні громадяни. Новини про це є трагічними і травматичними. У реаліях сьогодення на старі травми накладаються наступні, що породжує нове коло травматичних нашарувань, зумовлює посилення тривожних настроїв, страху, розчарування, розгубленості, дезадаптації.

Ці події спричиняють значні психологічні наслідки для всіх верств населення, а складність їхнього вивчення пов'язана з тим, що ці наслідки обумовлені впливом багатьох екстремальних чинників: на їхній прояв впливає рівень стресогенності мирних умов життя; вони можуть проявлятися не відразу, а через деякий час. Сьогодні важко прогнозувати, коли закінчиться війна, розв'язана Росією, а її наслідки будуть залежати від того, як вона закінчиться, адже це не лише війна, яка відбувається на фронті, це так звана гібридна війна, яка йде перш за все за розум і душі людей [7].

Сучасна ситуація в Україні актуалізувала у громадян потребу усвідомлювати, пояснювати події, пов'язані з воєнною агресією, та зміни усталеного способу життя, виробляти засоби протидії індивідуальній і колективній травмі та ефективні стратегії зараджувальної поведінки. Події, що відбуваються на сході України, змістили акценти та змінили поле осягнення проблеми адаптації, показали необхідність переінтерпретації відповідних теоретичних положень у контексті адаптації як окремої особи, так і різних соціальних груп, спільнот до суспільних змін унаслідок воєнного конфлікту, вивчення психологічних стратегій адаптації до цих умов [7].

Дослідження адаптаційних процесів спільноти в умовах воєнного конфлікту зосереджено не лише на складностях їхнього перебігу в умовах війни, а й на пошуку успішних психологічних стратегій пристосування та вироблення соціально-психологічних засобів активізації індивідуальних і колективних зусиль із подолання негативних наслідків цих подій у різних сферах життєдіяльності [7].

Під впливом воєнного конфлікту на сході України практично всі верстви населення України втягнуто в адаптивний чи дезадаптивний процес. Пристосування населення України до життя в умовах воєнного конфлікту відбувається як в особистому, так і в колективному контекстах. Безперечним є те, що будь-яка людина належить до тієї чи іншої спільноти, яка водночас постає як структурна одиниця і суспільства, і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі, а отже становить особливий інтерес у контексті дослідження стратегій адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту, підвищення адаптивності представників різних спільнот та активізації їхніх зусиль із подолання наслідків цього конфлікту. Спільноту ми визначаємо, відповідно до психологічної теорії спільноти, як відносно велику (численну) номінально-реальну соціальну групу, що виділяється за наявністю спільної ознаки, яка є для багатьох або більшості її носіїв суб'єктивно значущою, а кількість таких носіїв досягає достатнього критичного рівня [2, с. 18].

Травматичні події та обставини кардинально змінюють звичний спосіб життя людей, їх побут, стосунки, мрії, цінності, пріоритети, що потребує постійної адаптації до кризових умов. Наявність кризи, з одного боку, може



негативно відобразитись на умовах життя, а з іншого – спонукати до пошуку нових можливостей, втілення нереалізованого потенціалу та прихованих людських ресурсів, вироблення ефективних психологічних стратегій адаптації. Виділяємо два типи факторів адаптації особистості в умовах бойових дій, зокрема: перший тип: фактори, що сприяють успішній адаптації особистості. Ці фактори здійснюють позитивний вплив, допомагають особі адаптуватися до нових умов середовища, до прийнятих в ньому норм і правил поведінки, пристосуватися до нової соціальної ролі, переосмислити своє місце в суспільстві. Такі фактори стимулюють особу до повноцінного включення у соціальну діяльність, допомагають у відновленні після травматичного досвіду; другий тип: фактори, що перешкоджають успішній адаптації особистості. Такі фактори здійснюють скоріше деструктивний вплив, підтримують руйнівну поведінку особи, негативну оцінку життєвої ситуації, не сприяють або перешкоджають відновленню та в цілому ускладнюють процес адаптації особи [6].

У монографії О. Кокун обґрунтовано вибір адаптаційних можливостей людини як об'єкта спрямування заходів психофізіологічного забезпечення діяльності й оптимізації як концептуального різновиду впливу на адаптаційні можливості. На цій основі здійснена концептуальна та практична розробка універсального алгоритму оптимізації адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні різних видів діяльності [3].

На адаптацію можуть позитивно чи негативно впливати різноманітні фактори. Перелік факторів, що спричиняють позитивний або негативний вплив, є різноманітним і стосується усіх сфер життєдіяльності особистості. Фактори першого типу можуть суттєво вплинути на успішність адаптації, полегшити період пристосування до нових правил, укріпити в особистості здорову впевненість та життєстійкість, а також допомагати тримати у фокусі позитивні зміни. Фактори другого типу можуть суттєво ускладнити адаптивний період особистості в умовах бойових дій, посилити негативний погляд на оцінку життєвих ситуацій [6].

Теоретичний аналіз здійснений дослідниками соціально-психологічної адаптації особистості в умовах бойових дій 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 позитивного розвитку особи, підвищення її потенціалу при включенні її в систему міжособистісних відносин та знаходження умов для реалізації потреб у самоповазі й самореалізації [6].

Утім, як свідчать дослідження, травматичний досвід спричиняє не лише негативні наслідки, а й може сприяти посиленню відновлювальних зусиль, знаходженню нових цілей, нового сенсу життя, змінювати ставлення людини до себе, до інших і до світу.

Відповідно, коли йдеться про адаптацію спільноти та вироблення нею стратегій адаптації до наслідків воєнного конфлікту, важливим для нас є розуміння адаптації як результату оволодіння складними життєвими



ситуаціями. Цей результат полягає в позитивних змінах на рівні особистості, групи, соціуму. Адже криза, з одного боку, може негативно позначитися на умовах життя людини, а з другого – спонукати до мобілізації прихованих можливостей та пошуку нових, утілення нереалізованого потенціалу та прихованих ресурсів як особи, так і спільноти, вироблення ефективних психологічних стратегій адаптації і таким чином сприяти позитивним змінам та розвитку в різних сферах життєдіяльності [3].

Адаптацію за такого підходу можна розглядати як процес «позитивної адаптації», або «посттравматичного зростання», суб'єкта адаптації в складних життєвих ситуаціях. Позитивна адаптація – це не просто результат травматичних подій, а результат оволодіння цією реальністю [7].

У дослідженні О. Кокун визначено три основних етапи оптимізації адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності: 1) перший етап передбачає оптимізацію адаптаційних можливостей певного контингенту осіб на основі визначення загальних найбільш адаптаційно значущих для виду діяльності факторів та впливу на ці фактори; 2) на другому етапі здійснюється індивідуальна оптимізація адаптаційних можливостей тих осіб, що її потребують; 3) на третьому етапі оптимізація адаптаційних можливостей людини проводиться шляхом моніторингу її психофізіологічного стану в процесі діяльності [3].

Аналіз процесу адаптації в умовах суспільних трансформацій унаслідок воєнного конфлікту дає підстави розглядати спільноти як суттєвий чинник перетворень у багатьох аспектах: як носія потреб і справжнього автора соціального замовлення; як сенс спільноти, включаючи членство, вплив, інтеграцію потреб та емоційні зв'язки; як ресурс, що створює потенціал задоволення потреб у добробуті і психологічному благополуччі членів спільноти [7]. Унаслідок воєнного конфлікту та спричинених ним суспільних змін можна спостерігати увиразнення практично всіх симптомів колективної травми. Набувають поширення синдром недовіри, невіра в майбутнє, ностальгія за минулим, політична апатія, переоцінка минулого, аномія, цивілізаційна некомпетентність, соціальні суперечності, колективне почуття провини, колективне почуття сорому, криза ідентичності, криза легітимності, знижується тривалість життя, зростає кількість самогубств, порушуються канали соціальних відносин, соціальної системи, ієрархії тощо.

Висновки.

Вплив військового стану на особистість є складним процесом, який потребує уваги як з боку наукових досліджень, так і з боку практичних заходів для підтримки ветеранів. Постійна загроза життю та здоров'ю, а також перебування в умовах бойових дій спричиняють високий рівень стресу, що може призводити до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та інших психологічних розладів. Умови військового стану можуть погіршувати навички соціальної взаємодії, можуть відчуватися відчуженість, труднощі в комунікації та соціальній інтеграції. Тривалий перебіг військових дій виснажує фізичні та емоційні ресурси особистості, що ускладнює подальшу адаптацію до нормальних умов життя.



Травматичний досвід, набутий українцями внаслідок військових дій, спричиняє не лише негативні наслідки, а й може сприяти формуванню відповідальності, стресостійкості та вмінню швидко адаптуватися до змінних умов, знаходженню нових цілей, нового сенсу життя.

Література:

1. Бондаренко З.П., Лях Т.Л. Основні поняття і категорії соціальної роботи URL:

https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/8927/1/T_LYAKH_OKSR_KSP%2526SR_IL.pdf (дата звернення 01.09.2024).

2. Васютинський В. О. Індивідуальні і колективні стратегії адаптації мешканців міських громад до життя в період воєнного конфлікту. *Проблеми політичної психології* : зб. наук. праць. К.: Міленіум, 2017. Вип.5 (19). С.43–52.

3. Коун О. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1513/1/%D0%9A%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BD%D0%9C%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80_04.pdf (дата звернення 01.09.2024).

4. Лукашевич М.П., Шандор Ф.Ф., Червона Л.М. Людина. Адаптація. Соціалізація (соціологічний контекст): Підручник. Ужгород: «АУТДОР-ШАРК», 2023. 208 с. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/56699/1/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%96%D0%B7%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F2023.pdf> (дата звернення 01.09.2024).

5. Особистість, суспільство, війна : тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, Україна, 15 квіт. 2022 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Нац. поліція України та ін. Харків : ХНУВС, 2022. 132 с. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7bdfb52e-2b59-4fe5-a698-d68202761fd8/content> (дата звернення 01.09.2024).

6. Приб Г.А., Раєвська Я.М. Бегеза Л.Є. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 33 (72). № 2. 2022. С.104-109. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/2_2022/17.pdf (дата звернення 01.09.2024).

7. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / за наук. ред. Л.М.Коробки; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 286 с.

References.

1. Bondarenko, Z.P., & Lyakh, T.L. Osnovni ponyattya i katehoriyi sotsial'noyi roboty. [Basic Concepts and Categories of Social Work]. Retrieved from: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/8927/1/T_LYAKH_OKSR_KSP%2526SR_IL.pdf. [in



Ukrainian].

2. Vasyutyns'kyi, V.O. (2017). Indyvidual'ni i kolektyvni stratehiyi adaptatsiyi meshkantsiv mis'kykh hromad do zhyttya v period voyennoho konfliktu. [Individual and Collective Adaptation Strategies of Urban Community Residents to Life During Military Conflict]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi: zb. nauk. prats'*, Kyiv: Milenium. Vyp. 5 (19), S. 43–52. [in Ukrainian].

3. Kokun, O. (2004). *Optymizatsiya adaptatsiynykh mozhlyvostey lyudyny: psykholohichnyy aspekt zabezpechennya diyal'nosti: Monohrafiya*. [Optimization of Human Adaptive Capabilities: Psychophysiological Aspect of Activity Provision: Monograph]. Kyiv: Milenium. 265 s. Retrieved from: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1513/1/%D0%9A%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BD%D0%9C%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80_04.pdf. [in Ukrainian].

4. Lukashevych, M.P., Shandor, F.F., & Chervona, L.M. (2023). *Lyudyna. Adaptatsiya. Sotsializatsiya (sotsiolohichnyy kontekst): Pidruchnyk*. [Human. Adaptation. Socialization (Sociological Context): Textbook.]. Uzhhorod: "AUTDOR-SHARK". 208 s. Retrieved from: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/56699/1/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%96%D0%B7%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F2023.pdf>. [in Ukrainian].

5. *Osobystist', suspil'stvo, viyna: tezy dop. uchasnykiv mizhnar. psykholoh. forumu* [Personality, Society, War: Abstracts of the International Psychological Forum Participants] (m. Kharkiv, Ukrayina, 15 kvit. 2022 r.) / MVS Ukrayiny, Kharkiv. nats. un-t vnutr. sprav, Nats. politsiya Ukrayiny ta in. (2022). Kharkiv: KhNUVS. 132 s. Retrieved from: <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7bdfb52e-2b59-4fe5-a698-d68202761fd8/content>. [in Ukrainian].

6. Prib, H.A., Rayevs'ka, Ya.M., & Beheza, L.Ye. (2022). Sotsial'no-psykholohichni osoblyvosti adaptatsiyi osobystosti v umovakh boyovykh diy. [Socio-psychological features of personality adaptation in combat conditions]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernads'koho. Seriya: Psykholohiya*, Tom 33 (72), № 2, S. 104–109. Retrieved from: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/2_2022/17.pdf. [in Ukrainian].

7. *Spil'nota v umovakh voyennoho konfliktu: psykholohichni stratehiyi adaptatsiyi: kolektyvna monohrafiya* [Community in Conditions of Military Conflict: Psychological Adaptation Strategies: A Collective Monograph] / za nauk. red. L.M. Korobky; Natsional'na akademiya pedahohichnykh nauk Ukrayiny, Instytut sotsial'noyi ta politychnoyi psykholohiyi. (2019). Kropyvnyts'kyi: Imeks-LTD. 286 s. [in Ukrainian].

Abstract. The article examines key aspects of adaptation, such as the development of psychological support, optimization of educational processes, and social integration through the creation of interaction and support programs. It is found that adaptation is a multidimensional process that requires a comprehensive approach aimed at overcoming the negative effects of the military conflict and promoting the development of students as individuals and future professionals.

The study of community adaptation processes in the context of a military conflict focuses not only on the complexities of their progression during the war but also on finding effective psychological strategies and socio-psychological means to help overcome the negative impacts of the conflict.

The article discusses various aspects of adaptation, including factors that either facilitate or hinder successful adaptation at both individual and collective levels. It highlights the importance of developing new approaches to social integration and psychological support, which include supporting social programs and initiatives to strengthen interaction within communities.

Key words: adaptation, adaptive capabilities, social adaptation psychosocial state, stress, traumatic experience, educational process, collective adaptation, psychological consequences, crisis situations, social programs.

Стаття надіслана: 01.09.2024

© Ісаченко В.П.