МОДЕЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТОВАНOSTI УЧАСНИКІВ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ

MODEL OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE PARTICIPANTS OF THE JOINT FORCES OPERATION

У статті представлено результати теоретичного дослідження соціально-психологічної адаптованості учасників Операції об'єднаних сил, за результатами якого визначено, що поняття «адаптація» розкриває процес та стан пристосування людини до наявних у суспільстві вимог за рахунок присвоєння норм і цінностей цього суспільства. Під час адаптації змінюється не лише особистість, але й середовище, в якому цей процес відбувається. Адаптивність визначається як особистісна властивість, що полягає не лише у здатності адаптуватись до змін, але й у бажанні до них пристосуватись.

З бойовим досвідом особистість набуває не лише фізичних, але й психологічних травм, що позначаються на умовах мирного життя. Участь у військових діях спричиняє складності у сім'ї, професійній та навчальній діяльності, встановлення нових контактів та проблем особистісного характеру.

За результатами теоретичного аналізу розроблено авторську модель зазначеної адаптованості. Запропонована модель розкриває соціально-психологічну адаптованість з її структурними компонентами, а саме зовнішніми та внутрішніми чинниками. Зовнішніми чинниками є складнощі працевлаштування, напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї, потреба в комплексній соціальній реабілітації, складності у міжособистісних стосунках, проблеми отримання освітніх послуг перекваліфікації, проблеми професійного самовираження. До внутрішніх чинників соціально-психологічної адаптації з адаптивним та дезадаптивним її виявом належать нервово-психічна стійкість/нестійкість, комунікативні здібності/їх порушення, моральна нормативність/її порушення, особистісний адаптаційний потенціал/його порушення, тривожність, депресивність, агресивність, адаптивні та дезадаптивні поведінкові прояви.

Ключові слова: адаптація, учасники Операції об'єднаних сил, тривожність, депресія, агресивність, травма.

The article presents the results of a theoretical research of the socio-psychological adaptability of the participants in the joint forces operation. According to the results of the research, it is determined that the concept of adaptation reveals the process and state of human adaptation to the existing requirements in society through the assignment of norms and values of this society. During adaptation, not only the personality changes, but also the environment in which this process takes place. Adaptability is defined as a personal trait that consists not only in the ability to adapt to change, but also as the desire to adapt to it.

Combat experience causes not only physical but also psychological trauma, which affects the peaceful life of the individual. Participation in hostilities causes difficulties in relations with the family, complicates professional and educational activities, makes it difficult to establish new contacts and leads to personal problems.

Based on the results of theoretical analysis, the author's model of adaptability was developed. The proposed model reveals the socio-psychological adaptation with its structural components: external and internal factors. External factors include: the complexity of employment, tense and conflicting relationships with family members, the need for comprehensive social rehabilitation, difficulties in interpersonal relations, problems, problems of professional self-expression. Internal factors of socio-psychological adaptation with its adaptive and maladaptive manifestation include neuropsychological stability/instability, communicative abilities/their violation, moral normativeness/its violation, personal adaptive potential/its violation, anxiety, depression, aggression, adaptive and disadable behavioral manifestations.

Key words: adaptation, participants in the joint operation, anxiety, depression, aggression, trauma.

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.22.5>

Кочубинська Т.М.

аспірант кафедри психології та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. На території України з 2014 року тривають військові дії, які нищівним чином впливають на все її населення, особливо на учасників Операції об'єднаних сил (ООС). Учасники Операції об'єднаних сил під час повернення до мирного життя можуть відчувати складності адаптування, що в разі несприятливих соціальних умов можуть призвести до негативних особистісних утворень.

Постановка завдання. Важливо визначити внутрішні чинники, що є основоположними конструктами адаптованості учасника бойових дій, а також фактори зовнішнього впливу, які сприятимуть її формуванню. Першим етапом перед проведенням емпіричного

дослідження є визначення теоретичного підґрунтя окреслених проблем.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема адаптації ветеранів до мирного життя стоїть гостро у всіх країнах світу, які залучені до збройних конфліктів, оскільки будь-яка війна має для суспільства як безпосередні, так і відстрочені наслідки, зокрема ціннісно-сміслові та моральні девіації учасників, їх негативні психічні стани (дезадаптація, зниження опірності організму, нервово-психічне перенапруження); перехід сформованих психічних станів у посттравматичний стресовий розлад.

Повертаючись з війни, ветерани ООС зіштовхуються з багатьма труднощами, які

стосуються всіх сфер життя. До них належать проблеми в сім'ї, професійній та навчальній діяльності, труднощі у встановленні нових контактів та проблеми особистісного характеру.

Набуваючи бойового досвіду, учасники військового конфлікту зазнають не лише фізичних, але й психологічних травм. Адаптація військовослужбовців, які повернулися з «гарячих точок», до звичайного, мирного життя ускладнюється численними соціально-психологічними проблемами [6].

Самі характеристики локального воєнного конфлікту і суспільна реакція на нього в майбутньому можуть посилювати посттравматичні стресові розлади у учасників військових дій і, як наслідок, викликати труднощі адаптації в мирному житті.

Повертаючись з війни, ветерани починають жити за своїми правилами, адже вони є тим, що допомогло їм вижити в екстремальній ситуації, а також тим те, без чого учасники бойових дій не обходяться в мирному житті. Саме ці правила викликають труднощі з адаптацією до соціуму, важкість у встановленні контактів, підвищують ступінь недовіри та стимулюють замкненість особистості [12].

Так звані правила закріплюються на все життя, тому найголовнішим для учасників та не учасників війни є прийняття того, що змінити ситуацію не можна. Ці правила не несуть шкоди іншим, вони лише захищають воїна від реальної чи уявної загрози, що виникає на його шляху.

Не менш важливою проблемою ветеранів ООС є сімейні стосунки. Після бойових дій особистість може змінитись настільки, що навіть для найближчих людей буде важко її прийняти. З проблемами нерозуміння і замкненості стикаються багато сімей. Необхідно прийняти той факт, що для повернення демобілізованого військовослужбовця до нормального життя потрібен час.

Зміни емоційної сфери можуть стати причиною сімейних сварок та розлучень. Повернувшись з війни, воїн змінює звичну поведінку, часто рідні та близькі не приймають того, що військовий повністю не повернеться до того стану, в якому був до війни.

Зміни емоційної сфери сприяють важкості в адаптації до соціуму. Вони стимулюють захисні механізми, які дають змогу відсіювати тих, хто може нести небезпеку для воїна чи його близьких.

Відбувається зміна соціального статусу військовослужбовця, який на війні є професіоналом, від якості роботи якого залежить результат війни, до того ж його місія почесна і відповідальна, бо саме від нього залежить перемога та доля всієї країни. Після повернення до мирного життя через те, що військовий досвід військовослужбовця не може застосувати, він виявляється неконкуренто-

спроможним на ринку праці, що змушує його займатись некваліфікованою працею, а часом і вдаватись до правопорушень, оскільки в «силовій сфері» він відчуває себе більш впевнено, ніж в «інтелектуальній» [2].

Під терміном адаптації перш за все розуміють пристосування людини до наявних у суспільстві вимог та критеріїв оцінки за рахунок присвоєння норм і цінностей цього суспільства. Під час адаптації змінюється не лише особистість, але й середовище, в якому цей процес відбувається. В ході звикання до соціуму людина може так і не адаптуватися в ньому. Це означає, що ціннісні установки та особисті принципи повністю розходяться з тими, що існують в навколишньому середовищі, зокрема культурному, соціальному, комунікативному, тому адаптивність як особистісна властивість визначається не лише як здатність адаптуватися до змін, але й як бажання до них пристосуватись [3].

Варто розрізняти поняття психічної, психологічної та соціальної адаптації.

Психічна адаптація – це процес, який виникає у відповідь на зміни у навколишньому світі, процес взаємодії особистості та середовища, за якого особистість повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх потреб. Процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних потреб [7].

Психологічна адаптація – це сукупні властивості індивіда, що характеризують його стійкість до умов середовища та рівень пристосування до них, а також результат такого пристосування.

Соціальна адаптація (від лат. “adaptation” – «пристосування», “socialis” – «суспільний») – це процес пристосування людини до нового для неї соціального середовища, а також наслідки цього процесу. Соціальна адаптація – це формування в індивіда в процесі онтогенезу соціальної поведінки, яка співвіднесена з поведінкою інших людей і спрямована на встановлення соціальних стосунків – достатньо стійких і самостійних зв'язків між індивідами та соціальними групами. Соціальна адаптація передбачає дотримання особою соціальних норм – історично зумовлених суспільним буттям вимог до діяльності та взаємин індивіда, соціальних груп, суспільних інститутів, що виражають суспільну потребу в організації діяльності та відносин відповідно до об'єктивних умов [8, с. 15].

Змістом процесу соціальної адаптації і показником її успішності є засвоєння людиною норм, правил, традицій, культури, моралі, духовності свого народу та знаходження власного місця в суспільстві.

Під час розгляду проблеми соціальної адаптації необхідно визначити особливості соціального суспільства, до якого необхідно адаптуватися особистості. Відповідно, соціальну адаптацію можна визначити як процес та результат установаження відносної взаємодії відповідності між потребами особистості та вимогами соціального середовища.

Соціальна адаптація триває протягом усього людського життя, відповідно, є безперервним процесом, оскільки зміни, що відбуваються в суспільстві, розвиток соціальної дійсності завжди потребують адаптації до них людини. Проте адаптація відбувається з різною інтенсивністю, адже зміни соціальної дійсності, що зумовлюють її, також мають мінливий характер. Періоди підвищеної інтенсивності адаптації співвідносні з погасанням соціальної дійсності суспільства, періоди невисокої інтенсивності відбуваються під час уповільнення соціального прогресу [3].

Отже, соціальна адаптація є інтегративним виявом взаємодії значної кількості чинників, які одночасно існують в умовах системи, яка перебуває в умовах нестійкої рівноваги.

Соціально-психологічна адаптація визначається як процес і результат активного пристосування людини до видозміненого середовища за допомогою найрізноманітніших інтеріоризованих соціальних засобів (дій, вчинки, діяльність) [7].

Відповідно до наукової концепції А.В. Фурмана визначено типологію рівнів функціонування соціально-психологічної адаптації. Він зазначає, що на рівні суб'єкта адаптація розглядається як процес, а на рівні особистості – як результат [11, с. 16].

Представники різних психологічних напрямів розглядали проблему адаптації та її соціально-психологічних особливостей.

В психоаналітичній концепції адаптація розглядалася Г. Гартманом, З. Фрейдом [9; 10], захисні механізми адаптації вивчали А. Фройд, З. Фрейд. Визначено такі два види адаптації: аллопластична адаптація, що здійснюється за допомогою зміни людиною зовнішнього середовища для задоволення власних потреб; аутопластична адаптація, що відбувається за рахунок особистісних змін самої людини [9; 10].

В психоаналізі соціально-психологічна адаптація трактується як результат, що виражається в гомеостатичній рівновазі особистості з вимогами зовнішнього оточення. Основна формула процесу адаптації: «конфлікт – тривога – захисні механізми» [10]. Виникнення внутрішнього конфлікту є наслідком суперечності між Супер-Его та Ід, тобто між вродженими інстинктивними спонуканнями та вимогами, що висуває соціальне середовище.

В індивідуальній психології А. Адлера дезадаптація розглядається як комплекс неповноцінності, а адаптація полягає в подоланні зазначеного переживання. Людина розвивається, вдосконалюється, адаптується задля того, щоби подолати залежність та меншовартість [10, с. 10–30].

В епігенетичній концепції Е. Еріксона соціально-психологічна адаптація запропонована такою формулою: «протиріччя – тривога – захисні механізми індивіда в середовищі – гармонічна рівновага чи конфлікт», тобто конфлікт – це лише один з можливих кінцевих результатів взаємодії особистості і середовища. Іншим можливим результатом є співробітництво і гармонія індивіда та середовища [10].

Ж. Піаже запропонував ідею про зміну організму та середовища як сторін процесу адаптації. Він описав цей процес як складений з двох взаємодоповнюючих процесів, а саме акомодатції та асиміляції.

Перший термін застосовують, коли говорять про адаптацію до середовища, що забезпечує модифікацію, функціонування організму чи дій суб'єкта згідно з властивостями середовища. Другий же процес змінює ті чи інші компоненти цього середовища, переробляючи їх згідно зі структурою організму або включаючи у схему поведінки суб'єкта. Ці процеси тісно пов'язані між собою та опосередковують один одного [12].

У гуманістичній психології процес адаптації описується такою формулою: «конфлікт – фрустрація – акти пристосування» [10, с. 215]. Причому конфлікт виникає не в разі неузгодження реальності з будь-якими потребами особистості загалом, а лише тоді, коли фруструються фундаментальні, базальні потреби особистості. До їх числа А. Маслоу відносить фізіологічні потреби, потребу в безпеці, аффіліативні потреби, потребу в повазі, визнанні, любові і потребу в самоактуалізації. Виділяються конструктивні та неконструктивні поведінкові реакції. Ознаками неконструктивних реакцій є агресія, регресія, фіксація [10].

К. Роджерс ввів поняття «відповідність» та «невідповідність». Невідповідність проявляється у відчутті напруги, тривоги; в екстремальній ситуації невідповідність може виразитись у втраті орієнтації та розгубленості [10, с. 449].

Відповідно до когнітивно-поведінкового напрямку, соціально-психологічна адаптація представлена такою формулою: «конфлікт – загроза – реакція пристосування». З позиції когнітивного дисонансу виділяються два рівні адаптації, а саме адаптованість і дезадаптованість. Адаптованість пов'язується з відсутністю переживання загрози, а дезадаптованість – з вираженим емоційним переживанням [10].

Необіхевіористи адаптацію визначають подвійно: як стан, у якому потреби індивіда, з одного боку, та вимоги середовища, з іншого боку, повністю задоволені (стан гармонії між індивідом та природою або соціальним середовищем); процес, за допомогою якого цей гармонійний стан досягається [10].

Вітчизняні автори (В.С. Агеев, О.М. Леонтьев), які є представниками діяльнісного підходу, в структурі соціальної адаптації особистості виділяють такі компоненти (вони ж критерії адаптованості), як вихідні параметри діяльності особистості, ступені інтеграції особистості з макро- і мікросередовищем, ступінь реалізації внутрішньо особистісного потенціалу, емоційне самопочуття [5]. Використання цих показників як критеріїв адаптації дає змогу виділити чотири основні рівні адаптованості особистості, такі як надмірний, оптимальний, низький, дезадаптивний.

У процесі адаптації активно змінюється як особистість, так і середовище, в результаті чого між ними встановлюється відношення адаптованості.

Г. Сельє у концепції загального адаптаційного розглядає конфлікт як наслідок невідповідності потреб особистості, які обмежуються вимогами соціального середовища. Результатом конфлікту є актуалізація стану особистісної тривоги. Важливо підкреслити, що ступінь адаптованості особистості в цьому підході визначається характером її емоційного самопочуття. Внаслідок цього виділяються два рівні адаптації, а саме адаптованість і неадаптованість. Адаптованість при цьому пов'язується з відсутністю у особистості тривоги, а неадаптованість – з наявністю проявів стану тривоги [5]. За тривалого перебування організму в екстремальних умовах настають значні зміни, а саме фізіологічні, психологічні та соціально-психологічні, які набувають уже незворотного характеру. Організм вступає у смугу патологічних пошкоджень, що може призвести до смерті. В подальших дослідженнях явища загального адаптивного синдрому було встановлено, що виникає стадія «супергіперкомпенсації», коли вже незворотно пригнічені захисні механізми, виснажені ерготропні функції живої системи, починають домінувати трофотропні фактори, що обов'язково приводять організм до колапсу, шоку й загибелі, якщо тільки не втрутається зовнішні сили [4].

Вплив на соціальну адаптацію факторів психотравмуючих ситуацій в учасників військових конфліктів багато в чому залежить від підтримки, яку надають сім'я та суспільство.

За результатами теоретичного аналізу дослідження проблеми соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій встановлено, що адаптація до умов мирного життя

залежить від зовнішніх факторів впливу на особистість та внутрішніх особистісних чинників. Було розроблено модель соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників бойових дій. Представлена модель демонструє уявлення про соціально-психологічні особливості адаптації учасників бойових дій, основоположним конструктом яких є соціально-психологічна адаптація та їх компоненти, такі як емоційний, комунікативний, поведінковий та мотиваційний.

Основоположним конструктом запропонованої моделі є соціально-психологічна адаптація, що формується під впливом зовнішніх факторів. Щодо учасників військових дій зазначені такі соціальні фактори, як складнощі працевлаштування, напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї, потреба в комплексній соціальній реабілітації, складності у міжособистісних стосунках, проблеми отримання освітніх послуг перекваліфікації, проблеми професійного самовираження.

Соціальні фактори можуть як сприяти адаптації, так і провокувати виникнення дезадаптованості. Наприклад, складнощі працевлаштування, недостатній рівень соціальних послуг викликають почуття незахищеності, виникнення негативних емоційних станів, неадаптивних поведінкових стратегій тощо.

До внутрішніх чинників соціально-психологічної адаптації з адаптивним та дезадаптивним її виявом належать нервово-психічна стійкість/нестійкість, комунікативні здібності/їх порушення, моральна нормативність/її порушення, особистісний адаптаційний потенціал/його порушення, тривожність, депресивність, агресивність, адаптивні та дезадаптивні поведінкові прояви.

Висновки з проведеного дослідження.

За результатами теоретичного дослідження і відповідно до запропонованої у дослідженні моделі встановлено, що соціально-психологічна адаптація учасників ООС виражається через адаптивний та дезадаптивний континуум, що виражається у зовнішніх факторах, якими є складнощі працевлаштування, напружені та конфліктні стосунки з членами сім'ї, потреба в комплексній соціальній реабілітації, складності у міжособистісних стосунках, проблеми отримання освітніх послуг перекваліфікації, проблеми професійного самовираження; а також у внутрішніх чинниках, якими є нервово-психічна стійкість/нестійкість, комунікативні здібності/їх порушення, моральна нормативність/її порушення, особистісний адаптаційний потенціал/його порушення, тривожність, депресивність, агресивність, адаптивні та дезадаптивні поведінкові прояви.

Адаптованість учасників бойових дій виражається у нервово-психічній стійкості адаптивних поведінкових стратегій, переживанні

позитивних емоційних станів, встановленні міжособистісних стосунків та оптимальної комунікації, моральній нормативності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Берковиц Л.В. Агрессия: причины, последствия и контроль. Санкт-Петербург, 2011. 512 с.
2. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г.Л. Військовий синдром АТО: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні. *Збірник наукових праць Харківського національного університету повітряних сил*. 2015. № 2 (43). С. 176–181.
3. Войтко В.І. Психологічний словник. Київ, 2012. 294 с.
4. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Москва, 1983. 370 с.
5. Леонтьев О.М. Потребы, мотивы і емоції. Москва, 1971.
6. Малышева Е.М. Мировые войны и локальные военные конфликты в истории: последствия, уроки. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/mirovye-voyny-i-lokalnye-voennye-konfli.com>.
7. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Эксмо, 2010. 368 с.
8. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О.М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
9. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции. Москва : Наука, 1989. 456 с.
10. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. 864 с. (Психологическая энциклопедия).
11. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості : наукове видання. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.
12. Чухрій І.В. Особливості переживання психічної травми ветеранами АТО/ООС з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної освіти* : збірник матеріалів IV Подільської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2019. Вип. 3 (26). С. 155–157.