

Л.М. Коробка
*Кандидат психологічних наук, доцент, старший науковий співробітник,
завідувач лабораторії психології мас і спільнот,
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
Київ, Україна
larisakorobka@gmail.com*

СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИ В КОНТЕКСТІ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДО УМОВ І НАСЛІДКІВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

Актуальність теми дослідження. Дослідження проблеми психологічного благополуччя особи, його підвищення та гармонізації в умовах суспільних змін, що відбуваються внаслідок воєнного конфлікту, а також вироблення психологічних стратегій адаптації до умов і наслідків цього конфлікту постає як актуальна проблема сучасної української психологічної науки. Вивчення психологічних стратегій адаптації особи до умов і наслідків воєнного конфлікту, аналіз того, як реалізація тих чи інших стратегій впливає на рівень суб'єктивного благополуччя особи, розкриття їх комунікативно-інтерактивної природи, постануть необхідною передумовою активізації колективних зусиль із підвищення рівня індивідуальної та колективної адаптації до наслідків воєнного конфлікту та підвищення рівня суб'єктивного благополуччя особи.

Аналіз актуальних досліджень. Суб'єктивне благополуччя як явище, що визначає якість життя особи в цілому постає предметом дослідження різних науковців. Соціально-психологічна складова якості життя аналізується в роботах А. Кампбелла, Ф. Конверса, А. Маслоу, Е. Фромма; критерії якості життя та методи його оцінки – в працях Г. Зараковського, В. Хащенко, А. Журавльова, Н. Водопьянкової та інших. Суб'єктивна оцінка якості життя досліджується серед різних груп населення – дитячому віці (Л. Шестопалова), студентів (Г. Баранова), літніх людей (Л. Ратманська, М. Розенбаум), менеджерів (Н. Водопьянова, О. Старченкова). Найбільш детального

дослідження проблема суб'єктивного благополуччя дістала в роботах таких науковців, як Н. Бахарєва, О. Бочарова, І. Джидар'ян, В.Духневич, Л. Куліков, Р. Шаміонов та інших.

Теоретичним підґрунтям дослідження психологічних стратегій адаптації спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту постають загальні положення про адаптацію та адаптивні характеристики особистості (Г.Балл, О.Кокун, Л.Лєпіхова, А.Налчаджян, С.Посохова, В.Розов та ін.); адаптацію особи в умовах суспільних трансформацій (Є.Головаха, О.Донченко, О.Лактіонов, Н.Паніна, Т.Титаренко та ін.); групу як активного учасника адаптивної взаємодії, так звану, «адаптивну здатність групи (А.Хохлова), а також спільноту як структурну одиницю суспільства і життєдіяльності особи в значущому для неї середовищі (В.Васютинський); адаптацію особи в складних життєвих ситуаціях як результат оволодіння цією реальністю, який супроводжується позитивними змінами на рівні особистості, групи, соціуму (О. Нєстєрова, R.Tedeschi, L.Calhoun, N.Pole, M.Seligman та ін.); адаптацію як вибір альтернативних стратегій поведінки у таких ситуаціях чи умовах, що вимагають зміни взірців, способів поведінки і оцінки зовнішніх подій (В.Москаленко, О.Посипанов, М.Ромм, Т.Ронгінська, та ін.) [2, с. 98-99].

Виклад основного матеріалу. Дослідження проблематики психологічного благополуччя, якості життя особи в складних кризових умовах (якими і є умови воєнного конфлікту та його наслідки) та процесу психологічної адаптації до таких умов постає одним із пріоритетних напрямків соціально-психологічних досліджень.

Слід зазначити, що дослідниками якість життя визначається як інтегральний показник життєдіяльності людей, який включає як об'єктивні (рівень життєдіяльності людини), так і суб'єктивні (ступінь задоволення потреб та ціннісних структур) показники. Як зазначає Т. Савченко, на інтегральний показник життєдіяльності людей, який включає як об'єктивні (рівень життєдіяльності людини), так і суб'єктивні (ступінь задоволення потреб та

ціннісних структур) показники сприйняття якості життя впливають культурні особливості, ціннісні орієнтації різних груп, та, з іншого боку, існують інваріантні фактори, що притаманні різним групам (економічні та соціальні фактори, індивідуальні особливості) [3].

Сучасні зарубіжні вчені спрямовують дослідження на виявлення структури суб'єктивного благополуччя (Е. Дієнер); впливу життєвих цілей на суб'єктивне благополуччя (Р. Еммонс). Рівень задоволеності різними сторонами життєдіяльності внутрішньо переміщених осіб досліджують такі вчені як М. Бельські, В. Гриценко, визначаються умови та специфіка соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб Н. Лебедевою, В. Константиновим, Г. Солдатовою.

Різні аспекти проблеми суб'єктивного благополуччя представлено в роботах таких вітчизняних учених, як: О. Васильченко (репродуктивні уявлення в структурі суб'єктивного благополуччя особистості), Е. Кологривова (вплив особистісних прагнень на переживання суб'єктивного благополуччя молодою людиною), Л. Коробка (суб'єктивне благополуччя особи в контексті проблеми бідності як стилю життя), І. Семків (суб'єктивне благополуччя як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність), Т. Титаренко (вплив життєвих домагань особистості на задоволеність власним життям) та інших.

В результаті теоретичного аналізу підходів до розуміння сутності переживання суб'єктивного благополуччя, зазначаємо, що воно полягає в задоволеності життям, позитивному ставленні суб'єкта до фрагментів світу і різних аспектів власного майбутнього, превалюванням позитивних емоцій різної інтенсивності над негативними та супроводжується переживанням актуальної значимості майбутнього, що втілюється в формуванні особистісних прагнень.

Як показують дослідження, психологічним індикатором якості життя виступає задоволення із різних сфер життя. Визначається, що структура

суб'єктивного благополуччя особи містить в собі як емоційний, так і оціночний компоненти, які окремо досліджувались вченими як оптимізм (К. Муздибаєв), щастя (В. Меренков, М. Аргайл), задоволеність життям (Л. Куліков, О. Копіна).

Суб'єктивні індикатори якості життя поділяють на когнітивну і афективну складові. Когнітивна складова включає оцінку загального задоволення з життя та оцінку задоволення різними сферами життя. Вивчення когнітивного аспекту суб'єктивного благополуччя передбачає дослідження задоволеності людини своїми стосунками із оточенням, своєю роботою чи навчанням, фінансовою забезпеченістю, способами відпочинку і побутовими умовами.

Афективна складова постає як баланс позитивного (відчуття щастя, соціальної підтримки, особистої компетентності) та негативного (депресія, тривожність, стрес) афектів.

Задоволеність життям в цілому пов'язана з позитивним емоційним ставленням до життя, до себе та інших, превалюванням різних за інтенсивністю та тривалістю позитивних емоцій, що і формує переживання суб'єктивного благополуччя. Благополуччя передбачає позитивні переживання та актуальну значущість майбутнього, що втілюється в формуванні особистісних прагнень.

Аналіз різних підходів до оцінки якості життя, психологічного благополуччя показав, що важливим показником якості життя постають індивідуальні переживання особи відносно соціальних обставин та життєвих ситуацій, в яких вона перебуває та дозволив виокремити загальні тенденції, що впливають на суб'єктивне відчуття загального благополуччя – це свобода вибору, незалежність від зовнішніх обставин і контроль над ситуацією. Та, слід зазначити, що ці тенденції і показники в сьгоднішніх умовах життя українців мають скоріше і здебільшого негативний вектор.

Воєнний конфлікт, що триває на сході України, порушення цілісності країни, непередбачуваність розвитку подій, трансформаційні суспільні процеси, складна економічна ситуація негативно позначаються на фізичному та

психологічному стані людей, призводять до загострення стресових розладів, складності адаптації до нових умов існування і, в цілому, до погіршення якості їхнього життя, що звісно позначається і на їхньому психологічному благополуччі.

Населення України постало перед фактом розв'язання воєнних дій на Сході України і вимушене адаптуватися до цих умов і наслідків. В такому разі виникає питання про те, чи можна говорити про стратегії адаптації як продуману сплановану програму цілеспрямованих дій, комплекс засобів використання можливостей та ресурсів для досягнення мети чи задоволення існуючих інтересів. Адже більша частина суспільства була вимушена хаотично і безсистемно пристосовуватися до нових умов без будь якого планування, відповідно ситуації «тут і зараз».

В умовах війни також слід говорити про феномен виживання, як специфічний спосіб життєдіяльності (адаптації), що спирається на низькі життєві ресурси, коли усі форми активності спрямовані на самозбереження. В таких умовах людина організовує своє життя як очікування: зараз досягти хоча б елементарного відтворення життя, а вже потім можна буде повноцінно розвиватися. Вживання – це відкладення задоволення своїх потреб, важливих вчинків, дій на майбутнє. Життя в цих обставинах наче консервується, спрощується, з багатогранного перетворюється на лінійне. Обмеження ресурсів скорочує варіанти життєвих виборів особи, її соціальна поведінка обмежується короткими життєвими проектами.

Також ми можемо припустити про наявність таких стратегій адаптації, як толерантність, як одна з оптимальних і конструктивних форм і стратегій адаптації, чи, скажімо, девіантність, що відображає кризову ідентичність, коли розбіжність в системі цінностей, «релятивність» соціальних ідеалів, шизоїдизація свідомості розмивають границі ідентичності та ініціюють девіації як дезадаптивні стратегії. Такі стратегії визначаються як адаптаційний засіб збереження ідентичності. Також слід виокремити, скажімо, соціальну

мобільність як адекватну сучасній ситуації розвитку громадянського суспільства стратегію адаптації.

Зважаючи на це, на основі вивчення існуючих стратегій адаптації особи і спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту, виявляється можливість виробити-розробити ефективні психологічні стратегії адаптації та соціально-психологічні засоби активізації колективних зусиль із підвищення рівня індивідуальної і колективної адаптації та рівня суб'єктивного благополуччя особи.

Слід зазначити, що як і суб'єктивне благополуччя, процес адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту може бути розглянутий з позиції суб'єктивної оцінки населенням процесу адаптації, життєздійснення та ступеня особистої адаптованості до таких умов, задоволення базових життєвих потреб.

Саме суб'єктивна оцінка населенням особистої адаптованості, як зазначає О.Злобіна, є одним із показників адаптаційного потенціалу. І хоча вербальні оцінки пристосування не завжди відображають реальний ступінь адаптації та мають інтерпретуватися разом з іншими об'єктивними показниками, вони все ж дають можливість уявити картину соціальних трансформацій в суб'єктивному вимірі через оцінку людьми своїх можливостей «вписатися» в відповідний соціальний контекст [1, с.50], контекст, що змінюється в наслідок війни.

Однією із складових адаптації є зміна соціального оточення. Цей аспект адаптації базується на налагодженні контактів з індивідами, соціальними групами та колами того статусного прошарку в який соціалізується мобільний індивід. Зміни в суспільстві вимагають від людини значного адаптаційного ресурсу, наявність якого обумовлює швидкість соціальної мобільності.

Адаптаційний потенціал формується під впливом певних чинників: спрямованість життєвих орієнтацій, досвід позитивного надбання, співвідношення придбаного і втраченого, виражений потяг до самореалізації тощо.

Висновки. Результати досліджень дозволяють говорити про наявність взаємозв'язку суб'єктивної якості життя, задоволеністю життям, психологічним благополуччям, інтегральна характеристика яких визначається психологічними характеристиками, стилем життя особи та психологічними стратегіями адаптації до умов життєдіяльності.

Вивчення процесу пристосування до кризових умов (якими і є умови воєнного конфлікту та його наслідки), дає підстави говорити про існування різних моделей адаптації, скажімо пасивних й активних, що спонукає нас в ситуації воєнного конфлікту до пошуку відповідей на те чим відрізняються ці моделі, які психологічні стратегії адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту застосовуються особою і спільнотою, які стратегії виступають засобами реалізації активних або-та пасивних моделей адаптації у різних сферах індивідуальної і колективної життєдіяльності, та реалізація яких із них впливає на відчуття психологічного благополуччя особи.

Список використаних джерел:

1. Злобина Е. Проблемы национальной безопасности общества в личностном измерении / Елена Злобина // Криза в Україні: зони ураження. Погляд соціологів — К.: тов. «Друкарня «Бізнесполіграф», 2010. — 116 с.
2. Коробка Л.М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження /Л.М.Коробка // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. Збірник наукових праць - №4 (29), 2015 – Київ, 2015. – С.96-103.
3. Савченко Т.Н., Головина Г.М. «Круглый стол» «Качество жизни: понятия, методы, оценки» / Т.Н.Савченко, Г.Н.Головина //Психол. журнал. - 2004. - т.25, №6.- С.106-108.

Коробка Л.М. Суб'єктивне благополуччя особи в контексті проблеми адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту У статті показано, що суспільні зміни внаслідок воєнного конфлікту в Україні негативно позначаються на фізичному і психологічному стані людей, призводять до загострення стресових розладів, складності адаптації і, в цілому, до погіршення якості життя та суб'єктивного благополуччя. На основі теоретичного аналізу проблеми якості життя, задоволеності життям та суб'єктивного благополуччя показано, що їх інтегральна характеристика визначається психологічними характеристиками особи, її стилем життя та психологічними стратегіями адаптації до умов життєдіяльності. Наголошено, що процес адаптації до умов і наслідків воєнного конфлікту потребує відповіді на те, які психологічні стратегії адаптації застосовуються особою і спільнотою та реалізація яких із них впливає на підвищення рівня індивідуальної і колективної адаптації та суб'єктивного благополуччя.

Коробка Л.Н. Суб'єктивное благополучие человека в контексте проблемы адаптации к условиям и последствиям военного конфликта

В статье показано, что изменения в обществе вследствие военного конфликта на востоке Украины негативно сказываются на физическом и психологическом состоянии людей, приводят к обострению стрессовых расстройств, к сложностям адаптации и, в целом, к ухудшению качества жизни и субъективного благополучия. На основе теоретического анализа проблемы качества жизни, удовлетворенности ею и субъективного благополучия показано, что их интегральная характеристика определяется психологическими характеристиками личности, ее стилем жизни и психологическими стратегиями адаптации к условиям жизнедеятельности. Акцентировано, что процесс адаптации к условиям военного конфликта и его последствиям требует ответа на то, какие психологические стратегии адаптации используются личностью и сообществом, реализация каких из них влияет на повышение уровня индивидуальной и коллективной адаптации, субъективного благополучия.

Korobka L.M. Subjective well-being of a person in context of the problem of adaptation to a military conflict conditions and consequences

The article describes that the changes in the society due to the military conflict in eastern Ukraine negatively affect the physical and psychological state of people, lead to an increase of stress disorders, to difficulties of adaptation and, in general, to a deterioration in the quality of life and subjective well-being. Based on the theoretical analysis of the quality of life, satisfaction with it and subjective well-being, it is shown that their integral characteristic is determined by psychological characteristics of a person, his/her lifestyle and psychological strategies to adapt to the conditions of life. It is highlighted that the process of adaptation to the military conflict conditions and its consequences requires an answer on what psychological strategies are used by an individual and the community, the implementation of which

of them has an influence on the improvement of individual and collective adaptation, subjective well-being.

Key words: *subjective well-being, adaptation, military conflict conditions, psychological strategies of adaptation.*