

РЕСУРСИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ
ДО УМОВ ВІЙНИ

Кушнерик М. О. здобувач PhD
зі спеціальності 053 Психологія
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0001-6571-0976>

Перепелюк Т. Д. кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Стаття присвячена ресурсам психологічної адаптації студентів до умов війни. Визначено, що психологічний стан і психічне здоров'я під час війни надзвичайно важливі. Війна призводить до постійної напруги, емоційних змін, масових людських страждань, зниження рівня психологічного благополуччя. Метою цієї статті є вивчення особливостей ресурсів психологічної адаптації студентів до умов війни. Встановлено, що ресурси адаптації значною мірою пов'язані із особистісною та соціальною ідентичностями людини, особливо це проявляється в умовах війни, або у контексті популярного нині поняття «воєнної повсякденності». Доведено, що важливою метою дослідження є вивчення факторів (тобто соціальної підтримки, задоволення потреб; стратегії подолання та адаптації), які передбачають внутрішньо індивідуальні зміни в соціальних ідентичностях, які відбуваються з часом. Інша ціль, яку варто досягти, полягає у визначенні наслідків таких змін. Ми припустили, що посилене почуття ідентифікації з новою соціальною групою (наприклад, студентською для першокурсників чи мілітарною для волонтерів чи цивільних, так чи інакше залучених до подій воєнної повсякденності) повинно передбачати підвищення психологічного благополуччя. Встановлено, що найбільше у досліджуваних студентів виражені адаптивні копінг-стратегії, зокрема поведінкові, емоційні і когнітивні. Найменше досліджуваним властиві емоційні та поведінкові неадаптивні копінг, натомість когнітивні неадаптивні копінг виражені достатньо сильно за рахунок досліджуваних студентів 3-4 курсів. Базуючись на принципах розвитку, доведено, що з часом особистість має тенденцію ставати все більш складною, оскільки різні соціальні ідентичності інтегруються в Я-концепцію. Коли ідентичності інтегровані в Я-концепцію, вони можуть співіснувати всередині Я, не стикаючись і не конфліктуючи одна з одною. Відповідно, інтеграція ідентичності повинна передбачати стан покращеної психологічної адаптації та психологічного благополуччя.

Ключові слова: адаптація; психологічне благополуччя; копінг-стратегії; ідентичність; ресурси; воєнна повсякденність.

Вступ. Війна в Україні – одне з найбільш руйнівних лих для української нації, здоров'я, життя та добробуту населення. Це жах, який існує за межами розуміння та досвіду більшості людей. Постійні новини з гарячих точок бойових дій, вбивства та тортури цивільного населення і військових, бомбардування та обстріли мирних міст і сіл, примусова зміна населенням місця проживання, втрата майна та роботи – все це призводить до втрати почуття безпеки, впевненості, стабільності і передбачуваності життя загалом. Психологічний стан і психічне здоров'я під час війни надзвичайно важливі. Багато людей страждають від виснаження, спустошення, перевтоми, тривоги та паніки.

Війна призводить до постійної напруги, емоційних змін, масових людських страждань, зниження рівня психологічного благополуччя. Крім того, вже понад два роки в інформаційному полі ключовими є дані про наслідки війни, які шокують кожного українця. За таких умов питання психологічного супроводу особистості під час війни набувають особливої актуальності.

Ми зазначаємо, що війна є способом формування консолідованої української ідентичності, а не змаганням між різними ідентичностями (західної, східної чи південної «ми одесити», «ми харків'яни»). Тому варто запобігти насильницьким процесам конструювання ідентичності, а отже зосередитися на формуванні тимчасово

консолідуючої соціальної ідентичності, яка стане важливим чинником виживання нації в буремні часи війни. Ми наголошуємо, що нинішня російсько-українська війна – це війна за ідентичність, зокрема дітей, підлітків та молоді.

Метою цієї статті є вивчення особливостей ресурсів психологічної адаптації студентів до умов війни. Завданнями статті є визначення зв'язку адаптації із ідентичністю, психологічним благополуччям та копінгам в умовах воєнної повсякденності.

Завдання статті полягає у висвітленні проблеми адаптації до складних життєвих умов/ кризових/екстремальних та звернути увагу на дослідження ресурсності особистості для подолання кризових ситуацій.

Теоретичне підґрунтя.

Основоположником розробки адаптаційної проблематики прийнято вважати Г. Сельє. Науковці виділяють різні рівні адаптації, залежно від того, який аспект у системі «організм – середовище» розглядається (субклітинний, клітинний, тканинний, системи органів; цілісного організму; груповий; популяційний; видовий; біогенетичний; екосферний), а також різні аспекти аналізу процесу адаптації – статичний (відображає властивість (стан) біосистеми, її стійкість до умов середовища як рівень її адаптованості) та динамічний (відображає процес, динаміку пристосування біосистеми до умов середовища, що змінюються) (Кузікова С. та ін., 2024).

Ресурси адаптації значною мірою пов'язані із особистісною та соціальною ідентичностями людини, особливо це проявляється в умовах війни, або у контексті популярного нині поняття «воєнної повсякденності». Під воєнною повсякденністю ми розуміємо весь комплекс повсякденно-побутових реалій людей, в яких провідну роль відігравав «військовий фактор». До воєнної повсякденності слід віднести фронтову повсякденність – самі війни та збройні локальні конфлікти, а також тилкову повсякденність – реалії, що їх супроводжують – розквартирування військ у тилу під час ротації, волонтерство, забезпечення повсякденних потреб життєдіяльності військових угруповань і таке інше.

Люди відповідають на запитання «Хто Я?» не лише через досвід міжособистісної схожості чи відмінності, а через поєднання обох. Іншими словами, міжособистісні подібності та відмінності сприяють ідентичності людини, тобто «риси та характеристики, соціальні відносини, ролі та членство в соціальних групах, які визначають, ким є людина» (D. Oyserman, Jr. N. A. Lewis, V. X. Yan, O. Fisher, 2017). Відповідно, атрибути, які відрізняють людину від інших членів групи, формують «особисте Я», а атрибути, якими користуються інші члени групи, сприяють колективному Я, тобто «Ми» (M. Alvesson, K. Lee Ashcraft, R. Thomas, 2008). Замість того, щоб просто визнавати співіснування «особистого Я» та «соціального Я», як це зробили деякі теоретики ідентичності, В. В. Walker запропонував модель оптимальної відмінності, яка аналізує, як два аспекти особистості ідентичність взаємопов'язані (Caprar D. V., Walker B. W., Ashforth B. E., 2022). Завдяки своїй концепції оптимальної відмінності він зосереджується на перевагах досягнення рівноваги між «особистим Я» та «соціальним Я». Надалі дослідники ідентичності далі досліджували плінність між цими двома аспектами і розробили різні погляди на взаємодію між особистими та соціальними компонентами ідентичності людини (Onorato R. S., Turner J. C., 2004). Звідси, «соціальне «Я» – це самовизначення, яке базується на подібності з іншими в соціальному порівнянні, натомість «особисте Я» – це самовизначення, яке відрізняє індивіда від інших у міжособистісному порівнянні.

Психологічне благополуччя як наслідок зміни соціальної ідентичності. Важливою метою дослідження є вивчення факторів (тобто соціальної підтримки, задоволення потреб; стратегії подолання та адаптації), які передбачають внутрішню індивідуальні зміни в соціальних ідентичності, які відбуваються з часом. Інша ціль, яку варто досягти, полягає у визначенні наслідків таких змін. Ми припустили, що посилене почуття ідентифікації з новою соціальною групою (наприклад, студентською для першокурсників чи мілітарною для волонтерів чи цивільних, так чи інакше залучених до подій воєнної повсякденності) повинно передбачати підвищення психологічного благополуччя. Сформована

соціальна ідентичність передбачає покращення добробуту, а також задоволеність навчанням, роботою та життям (S. Chambers, C. O. Mayfield, A. Valenti, 2023) і навіть діє як буфер проти негативних подій (яких дуже багато у воєнній повсякденності).

Хоча інтеграція нових соціальних ідентичностей і посилення почуття ідентифікації з новою соціальною групою з часом є бажаними цілями, соціальний контекст також має забезпечувати ресурси, які дозволять новій ідентичності фактично розвиватися. При приєднанні до нової соціальної групи два соціальні чинники, які виникають у групі – соціальна підтримка та задоволення потреб – пропонуються як адаптаційні ресурси, які сприятимуть як адаптації членів групи в новій групі, так і інтеграції нової соціальної ідентичності. Це передбачення узгоджується з роботами з психології розвитку, які підкреслюють роль соціального середовища та міжособистісних стосунків у процесі розвитку. Дослідження, проведені під час таких змін, як імміграція та злиття організацій, показали важливість соціальної підтримки для прогнозування адаптації до цих змін (J. W. Berry, 2022). Соціальна підтримка також передбачає використання більш адаптивних стратегій під час подолання змін у житті (L. Boileau, P. Gaudreau, A. Gareau, M. Chamandy, 2021). Застосовуючи підхід соціальної ідентичності до соціальної підтримки, E. A. West, S. Iyengar (2022) показали, що інформаційна підтримка мала особливо позитивний ефект на послаблення стресу, коли її надавали члени групи (E. A. West, S. Iyengar, 2022).

На додаток до соціальної підтримки, отриманої в груповому контексті, ступінь задоволення фундаментальних психологічних потреб у групі також має бути потужним предиктором того, як нові члени групи мають справу зі своїм входженням у нову соціальну групу та пристосовуються до них (D. Kealy, S. Ben-David, D. W. Cox, 2022). Відповідно до теорії самовизначення, коли задоволені фундаментальні потреби в автономії, компетентності та спорідненості, це призведе до оптимального функціонування та психологічного благополуччя людини. Дослідження показали, що ці потреби можуть бути задоволені через наші соціальні

групи задоволення потреб в автономії (тобто сприйняття того, що людина може бути автентичною у груповому контексті та її приймають такою, якою вона є насправді), компетентність (відчуття, що цінується внесок людини в групу і є компетентним членом групи), зв'язок (встановлення значущих стосунків з іншими членами групи) позитивно впливає як на ідентифікацію з групою, так і на психологічне благополуччя (K. M. Sheldon, B. A. Bettencourt, 2002).

Зусилля подолання та адаптації також мають відігравати важливу роль у прогнозуванні того, чи розвинеться нова соціальна ідентичність і чи її схвалить члени групи. Процес приєднання до нової групи вимагає зусиль і мотивації. Членам групи необхідно збільшити енергію та зусилля, щоб впоратися з новими вимогами, нормами та способами функціонування в новому груповому контексті. У той час як копінг було формально визначено як поведінкові та когнітивні зусилля людини керувати внутрішніми та зовнішніми вимогами проблемної людини та середовища, спроби подолання також можна концептуалізувати як механізми розвитку. Тривалі переговори з вимогами навколишнього середовища характеризують процес саморозвитку та інтеграції, завдяки якому нові елементи засвоюються людиною. На основі цих пропозицій ми пропонуємо, щоб стратегії подолання та адаптації являли собою конкретні дії, за допомогою яких члени групи активно стають частиною своєї нової групи та ідентифікують себе з цією групою (C. Tang, Y. Liu, 2024). Таким чином стратегії індивідуального рівня включають орієнтовані на завдання стратегії подолання, такі як інвестування зусиль, планування та пошук відповідної інформації. Ці орієнтовані на завдання стратегії повинні передбачати підвищення рівня ідентифікації з новою групою. І навпаки, індивідуальні стратегії подолання, орієнтовані на розмежування, які передбачають розумову та поведінкову розмежування з новою ситуацією, повинні передбачати зниження соціальної ідентифікації з часом.

Методи дослідження. Процедура емпіричного дослідження проводилася в 3 етапи: підготовка, діагностика та аналіз. На підготовчому етапі було здійснено підбір психодіагностичного інструментарію,

визначено експериментальну базу дослідження. Діагностичний етап включав збір психодіагностичних матеріалів та їх статистичну обробку. На третьому етапі аналізуються результати, розробляються рекомендації щодо поліпшення адаптації студентів із застосуванням низки психологічних ресурсів. Ми використали опитувальник симптомів ПТСР PCL-5, спрямований на спостереження за симптомами посттравматичного стресового розладу, даний опитувальник складається з 20 пунктів, які респонденти оцінюють за 5-бальною шкалою, від ніколи до дуже часто, оцінюється тяжкість симптомів за останній місяць і використовуються для постановки попереднього діагнозу ПТСР. Визначаються як загальні показники ПТСР, так і тяжкість симптомів у кожному кластері (відповідно до DSM-5). Для діагностики рівня соціальної адаптації студентів нами було використано методику копінг-стратегій Е.Хейма. Методика психологічної діагностики копінг-стратегій Е.Хейма дозволяє дослідити 26 ситуаційно-специфічних варіантів копіngu, розподілених на три основні сфери психічної діяльності – когнітивні, емоційні і поведінкові, які, у свою чергу можуть бути адаптивними, відносно адаптивними та дезадаптивними.

Наприклад, до адаптивних копінг-механізмів відносяться: проблемний аналіз, встановлення власної цінності, збереження самовладання (когнітивні), протест і оптимізм (емоційні) та альтруїзм, співпраця, звернення (поведінкові); відносно адаптивними копінг-механізмами є відносність, релігійність, надання сенсу (когнітивні), емоційна розрядка, пасивна кооперація (емоційні), відволікання, компенсація, конструктивна активність (поведінкові), а неадаптивними – покора, дисимуляція, ігнорування, розгубленість (когнітивні), придушення емоцій, покірність, самозвинувачення, агресивність (емоційні), активне уникнення, відступ (поведінкові).

Результати і обговорення. У нашому дослідженні взяли участь 128 студентів 1-4 курсів закладів вищої освіти Черкаської області.

Отже, у досліджуваних найбільше виражені симптоми інтрузій та симптоми надмірної реактивності, за результатами статистичного аналізу відмінностей між

досліджуваними підлітками за цими критеріями виявлено не було (при $p > 0,05$). Найменше студентам властиві симптоми уникнення, ми припускаємо, що це пов'язано і з тим, що більшість наших досліджуваних не змінювали місця проживання та адаптувалися до умов війни. Ми наголошуємо, що надмірна реактивність – часто вибухове, аномальне реагування на нормальні стимули, у студентському віці варте особливої уваги через те, що збудження може бути дисфоричним і тривожним. Це можна помітити шляхом спостереження за поведінкою студентів під час тестування та у тренінгових кімнатах чи навчальних класах.

Найбільше у досліджуваних студентів виражені адаптивні копінг-стратегії, зокрема поведінкові, емоційні і когнітивні. Найменше досліджуваним властиві емоційні та поведінкові неадаптивні копінгі, натомість когнітивні неадаптивні копінгі виражені достатньо сильно за рахунок досліджуваних студентів 3-4 курсів.

Адаптивні когнітивні та емоційні копінгі найбільше виражені у студентів 2-3 курсів, натомість поведінкові – у студентів 4-х курсів. Тобто у більш старшому віці копінг спрямований переважно на активну діяльність з метою усунення чи зменшення небезпеки. Часто це виявляється зокрема й у турботі про інших і передачі їм свого досвіду (від старшокурсників до першокурсників, наприклад через групи в соціальних мережах чи живе спілкування), необхідного для виживання в екстремальних умовах.

Студенти-першокурсники характеризуються вираженими адаптивними емоційними копінгамі, натомість когнітивні (раціональний аналіз екстремальної ситуації, пошук логічних можливостей її подолання) у них розвинені найменше.

Окремо у нашому дослідженні слід згадати про студентів ВПО. Люди з міст, які зазнавали прямих і постійних нападів, зіткнулися з дилемою: втекти чи залишитися. У деяких містах на деяких етапах війни існувала також офіційна заборона на виїзд чоловіків (Харків, весна 2022 року). Багато ж людей залишалися у своїх містах протягом усієї війни, незважаючи на такі заборони. Вони вважали, що було б абсурдом залишати свої домівки, якщо тільки вони не відчувають страху, надто сильного, щоб з ним боротися.

«Люди по-різному терплячі до страждань», – резюмувала набуті на війні знання харків'янка років тридцяти. Ніхто з тих, з ким нав доводилося спілкуватися в Харкові весною 2022 року не засуджував тих, хто втікав, за те, що вони нестерпно боялися за своє життя, особливо якщо знали їх особисто. «Моя подруга побачила, як біля її будинку горить автобус, а днями втекла», – з подивом, але з розумінням розповіла інша мешканка Салтівки, хоча сама вирішила не тікати, незважаючи на те, що її будинок був пошкоджений, а її брат-близнюк ледь не загинув у ньому.

У наративах українців виникає скромне визначення хоробрості, дуже далеке від концепції хоробрості героїв поля бою, поширеної у військових фільмах. Хоробрість, яку люди визнавали та якою захоплювалися в обговорюваному тут контексті, була визначена у зв'язку з воєнним повсякденним життям, у якому було вкрай важливо дотримуватися якомога більше рутин мирного часу. Усі ці рутини були обмежені простором: сам акт перебування у містах, які знаходяться під обстрілами, не ходити до сховищ, а залишатися вдома під час нападів, регулярно ходити на роботу, наражатися на небезпеку, щоб допомогти громаді, наприклад, приносячи воду чи ремонтуючи чужі пошкоджені дахи. Вони були вирішальними не лише як засоби опору, а й як засоби зв'язку нав'язаної (ненормальної) ідентичності жертви війни з аспектами ідентичності, що ґрунтуються на мирній нормальності.

У Харкові буквально всі наголошували, що щоранку їдять свіжоспечений хліб. «Пекарям честь!» «Все завдяки їм!» Ці фрази неодноразово виявляли справжнє захоплення людьми, які допомагали своїм співгромадянам зберегти матеріальний зв'язок зі своїм попереднім життям у мирі – зв'язок, який об'єднував обіцянку збереження нормальності та надію на мирне майбутнє. Буханець хліба, поставлений на імпровізованому «кухонному» столі у притулку, став оазисом нормальності. Запах і смак теплого хліба (люди ризикували життям, щоб вийти на вулицю, щоб купити його) дозволили втілити (мінімальний) досвід нормальності, який виявився

надзвичайно емоційним. Багато наративів чітко виявляють усвідомлення сенсу життя людей, закріплених у просторі їхньої щоденної взаємодії, що охоплює сім'ю, друзів і роботу. Зазначимо, що ізоляції ні в Харкові, ні в Києві не було, що полегшило ідентифікаційні процеси на суспільному рівні. Деякі люди «несли ізоляцію з собою», покидаючи атаковані міста, перетворюючи простір ізоляції на місце, про яке прагнули. Наприклад, в іншій країні не відчували себе у безпеці і прагнули повернутися навіть в окуповані міста. Розрив між фізичною присутністю та емоційною дистанцією був нестерпним для багатьох людей, які стали біженцями, щоб уберегти своїх дітей від небезпеки, але залишили своїх друзів і родину. А так описав свій досвід мешканець Північної Салтівки в Харкові, який на деякий час виїхав з родиною до Львова «Любов до дому і до тварин тягла назад. Ми не могли там залишатися, ми повернулися».

Таким чином, вивчення наративів українців, зокрема студентської молоді буде корисним з точки зору аналізу особливостей їх адаптації та ідентифікації із різними соціальними групами.

Висновки. В основі нашої моделі лежить концепція соціальної ідентичності, яка відноситься до тієї частини Я-концепції індивіда, яка впливає з його або її знання про членство в соціальній групі разом із цінністю та емоційним значенням, які надаються цьому. Оскільки кожен із нас належить до різних соціальних груп, наше відчуття «Я» складається з кількох соціальних ідентичностей. Базуючись на принципах розвитку, ми припускаємо, що з часом особистість має тенденцію ставати все більш складною, оскільки різні соціальні ідентичності інтегруються в Я-концепцію. Коли ідентичності інтегровані в Я-концепцію, вони можуть співіснувати всередині Я, не стикаючись і не конфліктуючи одна з одною. Відповідно, інтеграція ідентичності повинна передбачати стан покращеної психологічної адаптації та психологічного благополуччя.

Перспективами подальших досліджень є вивчення гендерних аспектів ресурсів адаптації особистості студентів в умовах війни та подальшого повоєнного відновлення.

Список використаних джерел

1. Кузікова, С., Зливков, В., Лукомська С., Щербак Т., & Котух О. (2024). Психологічний супровід особистості в умовах війни. 261 с.
2. Alvesson, M., Lee Ashcraft, K., & Thomas, R. Identity matters: Reflections on the construction of identity scholarship in organization studies. *Organization*. 2008. Vol. 15(1). P. 5-28.
3. Berry, J. W. Family and youth development: Some concepts and findings linked to the ecocultural and acculturation models. *Societies*. 2022. Vol. 12(6). P. 181.
4. Boileau, L., Gaudreau, P., Gareau, A., & Chamandy, M. Some days are more satisfying than others: A daily - diary study on optimism, pessimism, coping, and academic satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*. 2021. Vol. 91(1). P. 46-62.
5. Caprar, D. V., Walker, B. W., & Ashforth, B. E. The dark side of strong identification in organizations: A conceptual review. *Academy of Management Annals*. 2022. Vol. 16(2). P. 759-805.
6. Chambers, S., Mayfield, C. O., & Valenti, A. The impact of perceived fairness, organizational and professor support on students' intentions to quit. *International Journal of Educational Management*. 2023. Vol. 37(4). P. 863-883.
7. Kealy, D., Ben-David, S., & Cox, D. W. Early parental support and meaning in life among young adults: The mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*. 2022. Vol. 41(6). P. 3865-3872.
8. Onorato, R. S., Turner, J. C. Fluidity in the self - concept: The shift from personal to social identity. *European journal of social psychology*. 2004. Vol. 34(3). P. 257-278.
9. Oyserman, D., Lewis, Jr N. A., Yan, V. X., Fisher, O., O'Donnell, S. C., & Horowitz, E. An identity-based motivation framework for self-regulation. *Psychological Inquiry*. 2017. Vol. 28(2-3). P. 139-147.
10. Sheldon, K. M., Bettencourt, B. A. Psychological need - satisfaction and subjective well - being within social groups. *British Journal of Social Psychology*. 2002. Vol. 41(1). P. 25-38.
11. Tang, C., Liu, Y. Agent-Based Modeling. In *Computational Modeling for Industrial-Organizational Psychologists*. 2024. P. 181-210.
12. West, E. A., Iyengar, S. Partisanship as a social identity: Implications for polarization. *Political Behavior*. 2022. Vol. 44(2). P. 807-838.

References

1. Kuzikova, S., Zlyvko, V., Lukoms'ka, S., Shcherbak, T., & Kotukh, O. (2024). Psykholohichnyy suprovod osobystosti v umovakh viyny. [Psychological support of the individual in war conditions.] 261 s. (in Ukrainian)
2. Alvesson, M., Lee Ashcraft, K., & Thomas, R. (2008). Identity matters: Reflections on the construction of identity scholarship in organization studies. *Organization*, 15(1), 5-28.
3. Berry, J. W. (2022). Family and youth development: Some concepts and findings linked to the ecocultural and acculturation models. *Societies*, 12(6), 181.
4. Boileau, L., Gaudreau, P., Gareau, A., & Chamandy, M. (2021). Some days are more satisfying than others: A daily - diary study on optimism, pessimism, coping, and academic satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*, 91(1), 46-62.
5. Caprar, D. V., Walker, B. W., & Ashforth, B. E. (2022). The dark side of strong identification in organizations: A conceptual review. *Academy of Management Annals*, 16(2), 759-805.
6. Chambers, S., Mayfield, C. O., & Valenti, A. (2023). The impact of perceived fairness, organizational and professor support on students' intentions to quit. *International Journal of Educational Management*, 37(4), 863-883.
7. Kealy, D., Ben-David, S., & Cox, D. W. (2022). Early parental support and meaning in life among young adults: The mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*, 41(6), 3865-3872.
8. Onorato, R. S., & Turner, J. C. (2004). Fluidity in the self - concept: The shift from personal to social identity. *European journal of social psychology*, 34(3), 257-278.
9. Oyserman, D., Lewis Jr, N. A., Yan, V. X., Fisher, O., O'Donnell, S. C., & Horowitz, E. (2017). An identity-based motivation framework for self-regulation. *Psychological Inquiry*, 28(2-3), 139-147.
10. Sheldon, K. M., & Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need - satisfaction and subjective well - being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41(1), 25-38.
11. Tang, C., & Liu, Y. (2024). Agent-Based Modeling. In *Computational Modeling for Industrial-Organizational Psychologists* (pp. 181-210). Routledge.
12. West, E. A., & Iyengar, S. (2022). Partisanship as a social identity: Implications for polarization. *Political Behavior*, 44(2), 807-838.

Summary

RESOURCES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS TO
THE CONDITIONS OF WAR

Kushneryk M. O. candidate for PhD
in specialty 053 Psychology Pavlo Tychyna
Uman State Pedagogical University

Perepeluk T. D. PhD in psychological sciences,
professor of the department of psychology
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. The article is devoted to the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. It was determined that the psychological state and mental health during the war are extremely important. War leads to constant tension, emotional changes, massive human suffering, and a decrease in the level of psychological well-being. The purpose of this article is to study the peculiarities of the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. It has been established that the resources of adaptation are largely related to the personal and social identities of a person, especially this is manifested in the conditions of war, or in the context of the currently popular concept of «military everyday life». It has been proven that an important research goal is to study the factors (i.e., social support, satisfaction of needs; coping and adaptation strategies) that predict intra-individual changes in social identities that occur over time. Another goal worth pursuing is to determine the implications of such changes. We hypothesized that an increased sense of identification with a new social group (for example, a student group for first-year students or a military group for volunteers or civilians, one way or another involved in the events of military everyday life) should predict an increase in psychological well-being. It was established that adaptive coping strategies, in particular behavioral, emotional and cognitive, are most pronounced in the studied students. Emotional and behavioral maladaptive coping are the least characteristic of the studied subjects, on the other hand, cognitive maladaptive coping is expressed quite strongly at the expense of the studied students of 3-4 years. Based on developmental principles, it has been shown that personality tends to become more complex over time as different social identities are integrated into the self-concept. When identities are integrated into the self-concept, they can coexist within the self without clashing or conflicting with one another. Accordingly, identity integration should predict a state of improved psychological adjustment and psychological well-being.

Purpose Studying the peculiarities of the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. The tasks of the article are to determine the connection of adaptation with identity, psychological well-being and coping in the conditions of military everyday life.

Methods We used the PCL-5 PTSD symptom questionnaire. We used E. Heim's method of coping strategies to diagnose the level of social adaptation of students.

Originality We have established that the most pronounced symptoms of intrusions and symptoms of excessive reactivity in the subjects. Adaptive coping strategies, in particular behavioral, emotional and cognitive, are most pronounced in the studied students. Adaptive cognitive and emotional coping are most pronounced in students of the 2nd-3rd years, while behavioral coping - in the students of the 4th years. That is, at an older age, coping is mainly aimed at active activities with the aim of eliminating or reducing danger. First-year students are characterized by pronounced adaptive emotional coping, on the other hand, they have the least developed cognitive (rational analysis of an extreme situation, search for logical possibilities to overcome it). We assume that in the future the personality will become complex because different social roles will be performed, which will be integrated into the self-concept. Identity integration should involve a state of improved psychological adjustment and psychological well-being.

Conclusion Prospects for further research are the study of gender aspects of the resources of students' personality adaptation in the conditions of war and subsequent post-war recovery.

Key words: adaptation; psychological well-being, coping strategies; identity; resources; military; everyday; life.

Концептуалізація – Перепелюк Т. Д.

Моделювання – Кушнерик М. О.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 31.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 24.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.