

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Магдалюк Денис

В умовах повномасштабної війни проблема соціальної адаптації учасників бойових дій до цивільного життя набуває особливої актуальності. Повернення ветеранів до мирного середовища супроводжується необхідністю переосмислення соціальних ролей, відновлення міжособистісних зв'язків та адаптації до нових умов життєдіяльності [4]. Особливого значення у цьому процесі набувають психологічні чинники, які визначають ефективність інтеграції особистості у цивільне суспільство.

Метою нашого дослідження було визначення психологічних чинників соціальної адаптації учасників бойових дій до цивільного життя.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Муніципального ветеранського хабу «Побратим» м. Вінниці та Товариства ветеранів ГО «Мольфар». У дослідженні взяли участь 63 демобілізованих учасники бойових дій. Для діагностики особливостей адаптації були використані методика шкалою самооцінки психофізіологічного стану О. Кокуна, опитувальник оцінки стану адаптації «ОСАДА» С. Яковенка та багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність-200» [1, 3].

Результати дослідження засвідчили наявність виражених труднощів у психоемоційній сфері учасників бойових дій. Зокрема, значна частина респондентів продемонструвала знижений рівень настрою, емоційне виснаження та труднощі емоційної регуляції. Водночас у більшості опитаних зберігався достатній рівень активності та працездатності, що свідчить про мобілізацію внутрішніх ресурсів особистості. Дослідження також показало, що важливим чинником успішної адаптації виступає комунікативний потенціал особистості. Високі показники здатності до міжособистісної взаємодії та групової підтримки сприяють кращій інтеграції ветеранів у цивільне середовище, знижують рівень соціальної ізоляції та полегшують процес психологічного відновлення [5]. Важливу роль у цьому процесі відіграють громадські ініціативи та ветеранські простори, які створюють умови для

соціальної підтримки, взаємодопомоги та відновлення соціальних зв'язків [2].

Аналіз результатів методики «ОСАДА» С. Яковенка засвідчив, що значна частина респондентів демонструє відносно задовільний рівень соціально-психологічної адаптації, який проявляється у позитивному сприйнятті власного психічного стану, міжособистісних взаємин та динаміки життєвої ситуації. Водночас високий рівень недостовірних відповідей у сферах міжособистісної взаємодії та функціонального стану може свідчити про дію психологічних захисних механізмів, спрямованих на приховування внутрішніх переживань та труднощів соціальної взаємодії [3]. Для частини ветеранів характерними є емоційне відчуження, підвищена напруга та труднощі у встановленні довірливих контактів.

За результатами методики «Адаптивність-200» встановлено, що більшість учасників бойових дій характеризуються достатнім рівнем поведінкової регуляції та високим комунікативним потенціалом, що свідчить про збереження здатності до соціальної взаємодії та адаптації до нових умов середовища [1]. Водночас частина респондентів демонструє ознаки нервово-психічної нестійкості та труднощі саморегуляції у стресових ситуаціях. Особливої уваги потребують результати дослідження суїцидального ризику, оскільки частина опитаних перебуває у «зоні ризику», що вказує на необхідність довготривалої психологічної підтримки та профілактичної роботи [4].

Важливу роль у процесі соціальної адаптації відіграють громадські ініціативи, ветеранські спільноти та групові форми роботи. Саме включеність у середовище людей зі схожим досвідом сприяє зниженню рівня соціальної ізоляції, формуванню відчуття прийняття та психологічної безпеки [2]. Отримані емпіричні дані підтверджують дану тенденцію, оскільки високий рівень комунікативного потенціалу було виявлено у 56% опитаних учасників бойових дій, а лише 10% респондентів перебували у зоні ризику дезадаптації. Це свідчить про збереження у більшості ветеранів здатності до міжособистісної взаємодії, підтримання соціальних контактів та

конструктивної комунікації навіть після пережитого бойового досвіду. Крім того, понад половина респондентів продемонстрували достатній рівень задоволеності міжособистісними взаєминами та динамікою життєвої ситуації, що також свідчить про важливість соціальної підтримки у процесі ресоціалізації.

Водночас результати дослідження вказують і на наявність окремих труднощів у сфері соціальної взаємодії. Зокрема, високий рівень недостовірних відповідей у сфері міжособистісних взаємин може свідчити про приховану емоційну напругу, труднощі довіри та дію психологічних захисних механізмів. Для частини ветеранів характерними залишаються емоційне відчуження, складність відкритого обговорення власних переживань та прагнення приховувати внутрішні труднощі. Саме тому особливого значення набуває комунікативна компетентність особистості, яка полегшує процес інтеграції у цивільне середовище, сприяє формуванню відчуття соціальної включеності та виступає важливим ресурсом психологічного відновлення [5].

Отже, результати дослідження свідчать, що провідними психологічними чинниками соціальної адаптації учасників бойових дій є емоційний стан, рівень поведінкової регуляції, комунікативний потенціал та наявність соціальної підтримки. Попри достатній рівень адаптивних ресурсів у більшості респондентів, частина ветеранів потребує комплексного психологічного супроводу, спрямованого на стабілізацію емоційного стану, розвиток адаптивних навичок та покращення соціальної інтеграції у цивільне життя.

Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів учасників бойових дій : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Гриценко Т. Роль громадських ініціатив у підтримці ветеранів. Вісник соціальних досліджень. 2022. № 4. С. 67–74.
3. Євдокимова Н. О. Особистість у кризових ситуаціях: огляд сучасних психодіагностичних методик. Київ : Педагогічна думка, 2016. 229 с.
4. Лазарчук О. Особливості соціальної адаптації ветеранів та членів їх сімей в Україні : кваліфікаційна робота. Львів : Український католицький університет, 2024. 57 с.
5. Остапенко С. Комунікативна компетентність у соціальній адаптації ветеранів. *Психологія та суспільство*. 2023. № 2. С. 77–83.