

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЯК ЧИННИК СХИЛЬНОСТІ ДО СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

У сучасних умовах повномасштабної війни в Україні дослідження впливу психосоціальних факторів на ментальне здоров'я населення набуває особливої актуальності [9]. Збройний конфлікт став потужним стресогенним чинником, що активізував кризи в житті мільйонів громадян: втрату стабільності, вимушене переселення та емоційне напруження [4]. Порушення адаптаційних механізмів знижує можливість суб'єкта конструктивно справлятися з викликами середовища, підвищуючи ризик виникнення аутоагресії та суїцидальності [6]. Соціально-психологічна адаптація розглядається як багаторівневий процес пристосування особистості, що забезпечує її ефективне функціонування [1, 2]. Суїцидальна поведінка, у свою чергу, часто постає як фінальна реакція на неможливість подолати внутрішню кризу в умовах зниження адаптивного ресурсу [3, 7, 8].

Мета дослідження полягала у вивченні характеру взаємозв'язку між рівнем соціально-психологічної адаптації особистості та її схильністю до суїцидальної поведінки в умовах воєнного стану.

Емпіричну базу дослідження склали 40 респондентів різної статі, віку та рівня освіти. Дослідження проводилося за допомогою методики діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд) та методики визначення схильності до суїцидальної поведінки (М. Горська). Обробка даних здійснювалась методами описової статистики, кореляційного аналізу Пірсона та однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA).

Аналіз за методикою К. Роджерса – Р. Даймонда [10] засвідчив, що середній рівень адаптації у вибірці є задовільним. Проте зафіксовано суперечливий внутрішній стан: попри прийнятну соціальну поведінку, у респондентів спостерігається латентна емоційна вразливість. У жінок виявлено вищу соціальну гнучкість та емоційну зрілість порівняно з чоловіками, у яких частіше фіксувалися показники дезадаптації та емоційного дискомфорту.

За методикою М. Горської встановлено, що сумарні бали схильності до суїцидальної поведінки варіюються від 30 до 51 бала. Виявлено високий рівень тривожності (80% вибірки), що є індикатором психологічної вразливості, оскільки супроводжується переживанням безвиході. Кореляційний аналіз виявив дуже сильні позитивні зв'язки між загальним балом суїцидальної загрози та такими характеристиками, як ригідність ( $r =$

0.846;  $p < 0.001$ ), тривожність ( $r = 0.834$ ;  $p < 0.001$ ) та фрустрація ( $r = 0.766$ ;  $p < 0.001$ ). Це підтверджує, що когнітивна негнучкість та емоційна нестабільність є провідними тригерами суїцидальної поведінки.

Особливе значення мають результати однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA). Найбільш статистично значущим адаптаційним предиктором суїцидального ризику виявився ескапізм ( $p = 0.001$ ). Тенденція до уникнення реальності через фантазії або пасивне уникання проблем прямо корелює із суттєвим зростанням ризику аутоагресії. Також значущий вплив виявлено з боку показників «Підлеглість» ( $p = 0.011$ ) та «Неприйняття інших» ( $p = 0.027$ ), що відображає важливість міжособистісної дезадаптації у структурі ризику.

Соціально-психологічна адаптація в умовах війни виступає життєзабезпечувальним чинником. Хоча прямий зв'язок адаптації із суїцидальним ризиком виявився статистично слабким ( $r = -0.111$ ), її роль опосередковується такими чинниками, як емоційна стійкість та когнітивна гнучкість. Пріоритетним напрямом підтримки є формування психоосвітньої культури та впровадження програм розвитку емоційної компетентності [11]. Ефективна профілактика має базуватися на багаторівневому підході, що включає кризове втручання та спеціалізовану реабілітацію для найбільш вразливих груп населення.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Блажківський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2014. № 1. С. 233–242.
2. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки» : зб. наук. праць*. Херсон : Гельветика, 2016. Вип. 3. том 1. С. 111–117.
3. Войтко В. Характерні особливості суїциду та суїцидальної поведінки : навчально-методичний посібник. Кропивницький : КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2016. 421 с.
4. Деменко О. Ф. Особливості соціальної адаптації особистості в умовах сучасного кризового суспільства. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства : зб. матеріалів IV всеукр. наук.-практ. круглого столу з міжнародною участю*. Ірпінь, 2019. С. 18–21.
5. Крамар Ю. А. Суїцидальна поведінка та самоушкодження: організаційні заходи. *НейроNews*. 2019. № 1(102). С. 39–41.

6. Максимова Н. Ю., Грись А. М., Манілов І. Ф. [та ін.]. Психологічні механізми адаптації девіантів до сучасного соціокультурного середовища : монографія. Київ : Педагогічна думка, 2015. 254 с.
7. Павленко С. В. Психологія суїциду. *Молодий вчений*. 2018. № 5(1). С. 226.
8. Сергієні О. В., Когуна Я. Суїцидальна поведінка як прояв соціально-психологічної дезадаптації особистості. *Актуальні проблеми екстремальної та кризової психології : збірник тез Міжнародної науково-практичної конференції*. Дніпро : ДДУВС, 2022. С. 83–87.
9. Національна стратегія з психічного здоров'я. *Міністерство охорони здоров'я України : [офіційний сайт]*. Режим доступу: [moz.gov.ua](http://moz.gov.ua)
10. Rogers C. R., Dymond R. F. *Psychotherapy and Personality Change: Coordinated Research Studies in the Client-Centered Approach*. University of Chicago Press, 1954. 273 p.
11. Mental Health and Psychosocial Support Programme in Schools [Electronic resource]. UNICEF Ukraine. Available at: [unicef.org/ukraine](http://unicef.org/ukraine)